**Содержание**

Введение

Глава 1. Теоретические основы изучения страхов у младших школьников с нарушением зрения

.1 Природа детских страхов

.2 Тревожность - предпосылки для формирования страхов

Выводы по главе 1.

Глава 2. Особенности проявления страхов у детей с нарушением зрения

.1 Содержание констатирующего эксперимента

.2 Результаты констатирующего эксперимента

Вывод по главе 2.

Глава 3. Способы преодоления страхов посредством драматерапии

.1 Содержание коррекционной работы. Формирующий эксперимент

.2 Результаты коррекции страхов посредством драматерапии

Вывод к главе 3.

Заключение

Список литературы

Приложения

**Введение**

**Актуальность исследования.** Неблагоприятная обстановка в семье, нарушение принципов воспитания, как дома так и в учебном заведении, низкий уровень жизни, интернет, компьютерные игры и многие другие факторы стали причиной появления многих вариантов расстройств у детей, как физических так и психических. К сожалению ни родители, ни большинство педагогов не владеют методами и средствами диагностики, а в дальнейшем и психокоррекции психофизических расстройств у детей, в том числе тревожности, фобий и страхов.

Большинство детских страхов являются временными, быстропроходящими и обусловлены возрастными особенностями. Если детские страхи долго не преодолеваются, это говорит о нервной ослабленности ребенка, конфликтной обстановке в семье и в коллективе, неправильном воспитании и в целом о напряженной обстановке вокруг ребенка. Многие причины идут из семьи: завышенные ожидания, непоследовательное воспитание, отрицательные отношения ребенка и родителей. В связи с этим у ребенка возникает повышенная тревожность, которая впоследствии перерастает в негативное отношение к миру.

У детей психика сильно подвижная, в отличии от психики взрослого человека, они впечатлительны и ранимы, неспособны противостоять неблагоприятным обстоятельствам. Невротические страхи проявляются при долгих нерешимых переживаниях или при психических потрясениях. Поэтому невротические страхи требуют особого внимания психологов, педагогов и других специалистов, а так же родителей. Это необходимо, потому что ребенок с подобными страхами становится скованным и напряженным, замкнутым пассивным. При подобных проблемах очень важна ранняя диагностика этих страхов, так же возможность ранней психокоррекционной работы.

Необходимость просвещения, в данном вопросе, родителей, педагогов и других специалистов, так же является значительной проблемой, но освещаться в данной исследовательской работе не будет.

В современном мире вопросы диагностики и коррекции невротических страхов стоят очень остро, так как все больше и больше детей стали этому подвержены. В связи с вышесказанным, мы можем предполагать, что необходим комплексный подход для решения данной проблемы. Это предполагает предоставление результатов исследований в доступной форме родителям, направление родителей к другим специалистам при необходимости (страхи могут формироваться при каких-то острых конфликтах в семье, в таком случае семья направляется к специалисту по семейному консультированию). При таком подходе мы можем избавиться не только от внешних проявлений страхов, но и от причин порождающих этот страх.

Страхи корректируются и проходят безболезненно у детей не старше десяти лет. Поэтому одна из главных задач родителей, это своевременное обращение к специалисту, который примет меры для преодоления страха у ребенка. Одна из задач психолога - поиск новых, более актуальных и современных методов выявления и преодоления страхов и фобий у младших школьников.

**Гипотеза исследования:** драматерапия является одним из самых эффективных средств для преодоления страхов у младших школьников с нарушением зрения.

**Цель исследования:** изучение страхов у младших школьников с нарушениями зрения и способов их преодоления с помощью такого средства как драматерапия.

**Объект исследования:** дети младшего школьного возраста с нарушениями зрения, подверженные различным страхам и фобиям.

**Предмет исследования:** страхи детей младшего школьного возраста снарушениями зрения, и методы их преодоления, в частности такой как драматерапия.

**Задачи исследования:**

1. Анализ работ отечественных и зарубежных педагогов и психологов, занимающихся проблемой детских страхов и страхов детей с нарушениями зрения.

2. Изучение причин формирования детских страхов.

3. Изучение влияния страхов, фобий и тревожности на формирование личности ребенка.

4. Изучение основных методов диагностики страхов, фобий и тревожности и отбор оптимально подходящих для исследования страхов у детей с нарушениями зрения.

5. Изучение характера детских фобий и страхов и способов их преодоления в определенном возрасте.

6. Разработка и апробирование серии психокоррекционных занятий с использованием методов драматерапии для преодоления детских страхов у младших школьников с нарушением зрения.

**Методологические основы:** методы и теории, выдвинутые отечественными психологами и педагогами, такими как: А.В. Запорожец, А.И. Леонтьевым, Л.С. Выготским, Т.М. Мишиной, А.И. Божович, К.Д. Ушинским, А.С. Спиваковской, А.И. Захаровой, К. Изард, Л.А. Петровской, А.Т. Лидерса. Изучались работы отечественных тифлопсихологов связанных с изучением тревожности и страхов у младших школьников с нарушением зрения - Л.И. Плаксиной, А.Г. Литвака, А.Н. Шимгаевой.

За основу были взяты так же зарубежные психологи и педагоги: З. Фрейд, А. Адлер, В.Э. Гебзатель, Э. Фром, Ф. Перлз, К. Хорни, Дж. Уотсон, Ч. Спилбергер, Г.С. Саливан, чьи работы были посвящены фобиям, страхам и тревожности и их влиянию на формирование личности. Благодаря данной литературе психокоррекционная работа имеет теоретическое обоснование.

При изучении вышеперечисленных источников, а так же другой информации по данной проблеме, были сделаны следующие выводы: психическое здоровье и эмоциональное равновесие - это основополагающие факторы полноценного детства. Именно по этой причине важно чтобы, те, кто занимаются воспитанием ребенка, будь то родители, педагоги, психологи или другие специалисты, понимали следующие особенности его психики: внушаемость, впечатлительность и чрезмерную эмоциональность. Если эта специфика будет не учтена, то подготовить ребенка к " взрослой" жизни, полной проблем, опасностей и необходимости принятия собственных решений будет практически не возможно.

Исследование проводилось на базе государственного образовательного учреждения " начальная школа - детский сад" №1665 города Москвы. Данные для сравнения с нормой были использованы А.И. Захарова. Участниками эксперимента были дети 7-8 лет имеющие нарушение зрения.

В данной работе использовались следующие методы психологического исследования: анализ научной литературы, тестирование, беседа, наблюдение, прямое взаимодействие в игровой деятельности, математический анализ.

В исследовании применялись следующие методики: "Страхи в домиках" А.И. Захарова и М.А. Панфиловой, помогающая увидеть приоритетные страхи у ребенка; графический метод М.А. Панфиловой "Кактус", который помогает увидеть состояние эмоциональной сферы ребенка, помогает определить наличие, интенсивность и направленность агрессии; проективная методика изучения эмоциональных проблем и трудностей взаимоотношений в семье "Моя семья" В.К. Лосевой, а так же социометрическая проба "День рождения", которая помогает раскрыть эмоциональное восприятие ребенка в общении.

Так же использовались следующие этюды и игры: "придумываем сказку", "напугаем страх", " закапываем страх", " придумываем страшилку", " пишем волшебнику Добросилу", этюд " Страшный сон", этюд " Гроза", этюд по сценке из мультфильма " Котенок по имени Гав", игра " пчелка в темноте", упражнение "качели", "неваляшка", игра "в темной норе", игра "тень". страх зрение школьник

**Глава 1. Теоретические основы изучения страхов у младших школьников с нарушением зрения**

**.1 Природа детских страхов**

Страх - психическое состояние, возникающее на основе инстинкта самосохранения как реакция на действительную или воображаемую опасность. Причины страхов бывают различными, как субъективными так и объективными. У страха могут быть так же и различные формы.

Формы страхов:

1. Боязнь.

2. Испуг.

3. Аффективный страх (41).

У многих детей в возрасте 3 лет и старше присутствуют распространенные страхи, такие как:

1. Оставаться одному дома.

2. Заболеть.

3. Сказочных персонажей.

4. Смерти (своей, близких и в целом самого факта).

5. Людей (это может быть как в целом социофобия, так и боязнь конкретных людей - родителей, других детей, врачей и других).

6. Боли.

7. Крови.

Полный список распространенных страхов в приложение (см. Приложение 2).

Дети наиболее чувствительные к страхам - это дети в возрасте 6-7 лет, то есть старшие дошкольники - младшие школьники (10).

Уже давно психологи и психиатры, такие как Л.А. Петровская, Т.М. Мишина, А.С. Спиваковская говорили о том, что одной из главных причин появления детских страхов является напряженная обстановка в семье, неблагополучие семьи ребенка и любые не стандартные семейные ситуации (5).

Многие теоретики сходятся в своих мнениях о том что благополучное психическое и психологическое состояние ребенка на прямую зависит от взаимоотношений в семье. И соглашаются в одном - негативная атмосфера в доме не может положительно сказаться на ребенке.

Семейные причины образования негативных черт у ребенка:

1. Конфликтные ситуации внутри семь.

2. Неадекватные формы воспитания.

3. Нарушение или отсутствие контакта с родителем в следствии распада семьи или отсутствие кого то из родителей.

При неадекватном отношении и воспитании родителями ребенка начинается распад эмоциональных связей внутри семьи.

Нужно отметить, что страх у младших школьников то не основополагающая черта характера и при должном внимании со стороны взрослых к этой проблеме - обратимы.

Проблема заключается в том, что сам страх пагубно влияет на развитие разных сторон личности. Ушаков говорил, о том, что страх может спровоцировать у человека аморальное поведение[5].

Тревожное состояние зарождается в большинстве случаев в раннем детстве (10). В возрасте 2 лет это состояние может возникнуть, как результат не правильного воспитания. Ребенок не отходит от матери, везде ждет "подвоха". Так же большой страх могут вызывать игрушки создающие резкие звуки или производящая резкие движения.

Паника является одним из близких состояний страху (по эмоциональным проявлениям и механизму)[41]. Паника отличается от страха отсутствием адекватного представления об опасности. Основная черта панического состояния - проявление инстинкта самосохранения. В первую очередь проявляются эмоции направленные на защиту и способствующие уходу от опасности.

Способы преодоления страха и паники:

1. Активное внешнее поведение.

2. Переключение внимания

3. Отвлечение от объекта, вызывающего данное состояние.

4. Обретение уверенности в собственных силах.

5. Обостренное чувство долга

В такой ситуации главное сохранять самообладание и контроль. Личный пример других людей может способствовать выведению из подобных состояний. Научно-медицинская литература выделяет социально- культурные и психологические предпосылки развития страха [26]. Ребенок во время первых нескольких лет жизни боится всего нового и не изведанного. Он делает живым не живое: сказочных персонажей, предметы - данное одушевление вызывает у него страх. Он боится того на что мы в повседневной жизни не обращаем внимания, но при этом и слепо верит в такие вещи, как вечная жизнь родителей. Сильно развитое воображение у детей делает реальным любую мелочь, в том числе и страхи. Бабайка - это живущий по соседству дедушка, который не вызывает приятных эмоций, в первую очередь у родителей, из-за своего внешнего вида и преклонного возраста. А товарищ полицейский только и ждет, когда дети начнут себя плохо вести, что бы забрать у родителей. Объективная оценка происходящего приходит гораздо позднее, тогда когда начинает развиваться логика и абстрактное мышление. Когда дети начинают различать что такое реальность, а что не реально. В младшем школьном возрасте структура психики усложняется, появляется чувство стыда, вины, жалости, вместе с этим усложняется и структура страхов. Страхи становятся менее осязаемыми, но при этом более реальными, например, страх смерти. В возрасте 6-7 лет дети уже понесли первые утраты. Это может быть не такая существенная потеря - например рыбка, или большое горе семьи (что давит на ребенка не только из-за самой утраты, но и из-за напряженной обстановке в семье), такое как утрата бабушки или дедушки.

В этот период жизни у ребенка появляются страхи, основанные не только на инстинкте самосохранения, но и социальные страхи, связанные первоначально только с близкими ему людьми, родителями, дальше они могут распространиться на членов семьи. В конечном итоге страхи охватывают не только знакомых ему людей, но и выходят за рамки его [10].

Процесс урбанизации ведет к усложнению социальных взаимоотношений, как в мини обществе (семья, класс), так и в обществе в целом, с которым ребенок взаимодействует в течении своего становления и личностного роста. Влияние общества может негативно сказываться на эмоциональном развитии ребенка. Живя в городе, часто и взрослые, сталкиваются с проблемой нахождения и построения межличностных взаимоотношений. У детей эта проблема возникает, в частности из-за гиперопеки со стороны родителей. У ребенка нет возможности спланировать свое свободное время, и выделить часть из него на общение со сверстниками. Если ребенок живет в отдельной квартире, а не в коммунальной или общежитии, вероятность возникновения страхов у него гораздо выше, в особенности у девочек. При жизни в коммунальной квартире или общежитии у ребенка возникает больше возможности общения как с взрослыми так и с сверстниками, соответственно уровень тревожности понижается, вместе с вероятностью появления у такого ребенка страхов. Когда ребенок живет в отдельной квартире вероятность появления страха темноты, одиночества и других возрастает в несколько раз. Особенно этому подвержены единственные дети в семье.

Если ребенок не достаточно активен, мало взаимодействует со сверстниками, отсутствие подвижных и/или коллективных игр способствуют развитию у ребенка тревожности. В дальнейшем большинство из этих детей отказывается от коллективных подвижных игр. Отсутствие подобных игр, односторонней интеллектуализации психики. [12].

Возникновение страха на прямую зависит от состояния матери и распределения социальных ролей в семь. Мы знаем, что в младенчестве психическое настроение ребенка зависит от состояния матери. Так же нам известно, что мальчики и девочки, воспитывающиеся в семье, где главой является мать, боятся гораздо чаще, чем в семье, где глава - отец. Это объяснимо тем, что работающая мать, сама часто встревожена и направляет свою тревогу на детей. Вследствие чего - тревога детей является всего на всего ответной реакцией. Такое положение в семье матери подавляет авторитет отца и его значимость в жизни ребенка, из-за этого, главенствующая роль отца, для большинства, уходит на второй план, что усиливает передачу тревоги от матери к детям.

Чем раньше мать выходит на работу, тем раньше ребенок обретает тревожность, особенно если это происходит в младенческом возрасте, где связь ребенка и матери должна быть неразрывна. В младенчестве мать для ребенка - это вся их жизнь. При этом ребенок испытывает тревогу не только из-за отсутствия матери, но и из-за того, что когда мать появляется в их жизни чаще всего она встревожена, внутри нее идет борьба мотивов. Так же тревожность возникает на фоне резкого увеличения окружения ребенка, либо рано отдают в дошкольное учреждение, не подготовив его к данным видам деятельности, в лучшем случае ребенок остается на попечении бабушек и дедушек.

Отдельно хочется отметить категорию мам с отсутствием чувства меры во всем, проявляющие гиперопеку, при этом постоянно выискивающих в своих детях недостатки. Их может не устраивать все - начиная характером и темпераментом, заканчивая формой носа. Часто такие родители встречаются у детей с различными нарушениями, они сравнивают своих детей с нормой, и видя различия вымещают тревогу на своих детях. Вымещение подобного рода может быть как словесное, так и физическое - не обоих родителей. У матерей с гиперопекой забота проявляется во всех возможных и не возможных ситуациях. Подобные мамы пытаются просчитать каждую возможную ситуацию наперед и оградить своего ребенка от негативного воздействия, тем самым ограничивая его свободу и не давая развиваться самостоятельности. Так же типичная строгость для этих мам вызвана желанием подстроить жизнь своего ребенка под уже заготовленный план, возможно реализовав то, что им самим не удалось реализовать в таком возрасте. Такое холодное и расчетливое поведение матери у эмоционально не стабильных дошкольников вызывает еще большую тревогу, по причине отсутствия необходимого контакта с самым близким человеком, что является самым необходимым в данном возрасте.

В таких условиях дети быстро привыкают к подобному обращению, стараются не реагировать на упреки, излишние требования, не замечают ее гиперопеки. Дети, живущие в подобных условиях уже в старшем дошкольном возрасте могут приобретать черты присущие подростковому возрасту, такие как негативизм, упрямство, отгороженность от родителей. У них появляется свой мир переживаний и эмоций. У большинства из них появляются воображаемые друзья, а их поведение копирует поведение матери. Есть и второй вариант развития подобной ситуации - ребенок становится не уверенным в себе, замкнутым, часто закатывает истерики, пытаясь восполнить дефицит общения с матерью. Таким оброзом возникает противоречие между эмоционально не стабильными детьми, чье количество возрастает из поколения в поколение, и матерями кидающихся из крайности в крайность, либо отказываясь от ребенка, перевешивая ответственность с себя на других людей, либо они гиперопекают детей не давая им свободы и самостоятельности[12].

Конфликты возникающие в семь по большей части влияют на дошкольников и младших школьников. В большей мере их травмируют конфликты между родителями. Число детских страхов ударом конфликты между родителями будут для девочек нежели для мальчиков. При наличии стрессовых конфликтов мать может на долгий срок потерять авторитет у дочери, что скажется в дальнейшим на ее становлении, в том числе и в подростковом возрасте.. У девочек из конфликтных семей, чаще, чем у девочек того же возраста но из благополучных семей возникает страх перед животными. А мальчики из подобных семей чаще подвержены страху смерти, стихии, болезни, заражения, а так же родителей и страшных снов. Таким образом, проявляется эмоциональный отклика те конфликты которые возникают в данной семье, и от них практически не возможно избавиться без изменения эмоционального фона в семье[19].

В случае с девочками, у них не только больше страхов, чем у мальчиков, и их страхи более тесно связаны как в школьном, так и в дошкольном возрасте. Если выразиться по-другому, то можно сказать, что страхи у девочек в большей степени связаны с формированием личности и характера. В первую очередь это влияет на эмоциональную сферу. Интенсивное связывание в эмоциональном плане страхов между собой происходит у детей обоих полов в возрасте 3-5 лет. В этом возрасте страхи соединяясь между собой могут образовать единую структуру, которую сложнее разрушить, чем одиночный страх. Так как этот возрастной период совпадает с периодом активного роста и развития эмоциональной и интеллектуальных сфер, мы можем выдвинуть предположение, что страхи в этом возрасте более структурированные и мотивированные.

Самый пик по количеству страхов мы наблюдаем у детей 5-8 лет, при этом чем старше ребенок становится тем структура межстраховых отношений становится слабее, при этом структура самого страха становится сложнее. И чем старше ребенок становится, тем страхов становится меньше, но при этом оставшиеся из детства страхи сложнее преодолеть. Известным фактом является то, что к 6 годам основные черты эмоциональной сферы сформированы. В этом возрасте эмоции ребенка отличаются своей зрелостью.

В возрасте 5 лет начинается активное интеллектуальное развитие ребенка, в этот момент на первый план выходит мышление (именно в этом возрасте во многих странах мира детей отдают в школу). Именно в этом возрасте у детей обостряется инстинкт самосохранения, они начинают осознавать что может причинить им вред, стараясь избегать опасности или угрозы. В таком возрасте страхи проявляются чаще всего, и уже к младшему школьному возрасту мы можем с уверенностью говорить о появлении не только об эмоциональной основе страха, но и о рациональной основе появления того или иного страха[18].

Количество страхов проявляемых в данном возрасте может зависеть от состава их семьи. Число страхов будет на порядок выше у девочек и мальчиков старшего дошкольного и младшего школьного возраста из не полных семей. Этот факт позволяет нам отметить излишнюю чувствительность данного возраста к разрыву между папой и мамой. В 5-7 лет у детей идет наиболее активная идентификация с родителем того же пола, мальчики при этом стремятся быть во всем похожими на отца, который в те годы является для них авторитетом и является представителем мужского пола, а девочки стараются во всем подражать своей матери, беря с которых пример они обретают уверенность общаясь с ровесниками. При отсутствии отца в семье и наличии гиперопекающей матери мальчики не чувствуют себя защищенными, все это делает мальчиков инфантильными, самовлюбленными и не самостоятельными с большим количеством страхов. Девочке в такой же ситуации страхи возникают по большей части не из-за отсутствия отца, а из- за нарастающей тревоги матери

Больше подвижен страху единственный ребенок, как эпизентр гиперопеки и тревог. В случае с единственным ребенком в семье - н чаще всего находится в более эмоциональном контакте с окружающими его близкими, и соответственно легче перенимает настрой окружающих. Стремящиеся ускорить или боящиеся не успеть максимально в каждый период развить своего ребенка родители, загружая непомерно ребенка, способствуют развитию страха не соответствовать чему, быть непризнанным кем-либо, в первую очередь родителями. Этот страх приводит, к тому, что ребенок не может сам справится с данным состоянием, становится нервным, раздражительным и чувствует себя несчастным.

При разрастании семьи может быть 2 варианта:

1. Положительный - увеличение количества детей, что приводит к большей социальной активности и уменьшении страхов.

2. Отрицательный - увеличение количества взрослых, что приводит к гиперопеке, искусственно созданным условиям развития, где ребенок не чувствует себя самим собой, где он не может проявить характер, тем самым ребенок эмоционально не удовлетворен и постоянно испытывает чувство тревоги, что обостряется при навязывании определенных ролей, при условии того, что ребенок на это не способен или не хочет. Так же на ребенка в подобной ситуации сильно влияет возникновение конфликтных ситуаций в семье, которые возникают из-за отсутствия понимания и единодушия между взрослыми в вопросах воспитания.

Не малую роль играет возраст родителей в возникновении страхов у детей младшего возраста. В основном у молодых пар, с их жизнерадостностью и непосредственность, дети менее подвержены страхам и тревоге. У пар более старшего поколения, 30-35 и старше, дети более тревожны. Это объяснимо тем, что мать передает им свою тревогу из-за позднего замужества, родов и большой разницы поколений между детьми и родителями. Большинство таких детей подвержены гиперопеке и вследствие этого тревожности со стороны матери. По причине легкой усваевомости эмоционального состояния матери эти дети рано становятся тревожными и проявляют признаки наличия страхов. Эта тревожность с возрастом может перерастать в постоянное чувство тревоги[19].

Страхи - как проблема в современной психологической литературе

В XX веке психологи и педагоги утверждали, что причина тревоги - это быстрый темп развития цивилизации, большой поток информации, что, несомненно, влияет на психологическое развитие ребенок. В наше время ученые пришли к выводу, что тревога является социальной проблемой [7].

К. Изард говорит о различиях между страхом и тревогой: тревога - это большое количество комбинированных эмоций, а страх является отдельной эмоцией. А.И. Захаров считал, что это одна из самых главных эмоций человека [17].

Если объективно взглянуть на проблему страха, то мы увидим, что не смотря на негативную окраску, страх является той эмоцией, которая выполняет защитную роль. Главная роль страха - это защита, это то чувство которое не позволяет нам встретиться лицом к лицу с опасностью. Как считал А.И. Захарова, страх это то, что естественным путем сопровождает человека в течение всей жизни.[18].

Общая классификация страхов:

1. Ситуационные (проявляющие себя не посредственно в конкретной ситуации).

2. Личностно обусловленные (являются чертой характера, заложены с рождения).

В случае с первым типом, он возникает в случае крайней опасности или необходимости защитных механизмов. Во втором типе страх обусловлен характером, темпераментом и является врожденным. Таким образом, может проявляться склонность к тревоге во время знакомства с новыми людьми или при нахождении в новой не знакомой обстановке. Страх бывает реальный и воображаемый, острый и хронический. Можно так же выделить возрастные страхи, которые чаще всего связаны с определенным возрастным периодом развития ребенка или с периодом, характеризующим определенный виток развития психика данного ребенка. Общей чертой для страха и тревоги является, то волнительное чувство, которое приходит вместе с этими состояниями

Фобия - сильный, безосновательный страх, например воды или клаустрофобия, страх темноты или смерти, страх врачей или уколов, страх перед животными или посторонними людьми, страх перед определенными людьми. Чаще всего эти страхи являются индивидуальными и у большинства других людей не вызывают ни какой негативной эмоциональной реакции[7].

Фобии чаще всего возникают при какой либо психологической травме, заболевании, физическом или умственном переутомлении, при переживании каком либо переживании стрессовых ситуаций. Люде страдающие фобиями не имеют сильную волю в большинстве своем. Но есть и фобиикоторыми страдают и психически здоровые люди, например страхи темноты, воды, глубины [7].

Страхи являются простыми фобиями, и их существует великое множество. Они являются одной из главных составляющих структуры личности.[7] .

Г.С. Саливан писал о том, что психика любого человека, вне зависимости от возраста является сложной структурой и разобраться в ней можно лишь распутав те взаимодействия, которые у него возникают при потребности проявления собственной индивидуальности. Основная часть этих взаимоотношений связана с потребностью в общении с другими людьми. В первые годы такая потребность возникает у ребенка по отношению к матери[26].

По мнению ученых тревога, являющая собой не большие контролируемые очаги жизненно необходима для личностного развития. Об этом говорил еще Виктор Эмиль фон Гебзаттель[50].

При наличии у детей социальной не благополучности. В их страх нет конкретной подоплеки. Страх таких детей опирается на тревожные состояния.

И.В. Ачков, говорил о том что при использовании выше изложенных понятий можно запутаться. Не каждый психолог может объяснить разницу между всеми этими понятиями[17].

Тревога - это эмоциональное переживание, а тревожность - состояние. Так же тревожность используется как термин характеризующий черту личности[17, 49].

Критерии разделения этих понятий:

1. Степень угрозы.

2. Направление угрозы.

3. Способ реагирования человеком.

4. Сложность организации переживания.

5. Интенсивность переживания[4].

А.И. Божович продуктивнее всех рассматривала данную проблему. И говорила об адекватности и неадекватности тревожности[3].

Большинство ученых склоняется к тому, что причина страхов в старшем дошкольном возрасте и младшем школьном кроется в сложных отношениях в семье[53].

**1.2 Тревожность - предпосылки для формирования страхов**

Тревожность - одна из наиболее сложных проблем современной психологической науки. Почти в каждой исследовательской работе мы обязательно встретим ссылки на ее неразработанность, неопределенность, на неточность и многозначность самого понятия [22].

Но одновременно это одна из наиболее используемых в практике категорий - как диагностических, так и объяснительных, интерпретационных. Когда речь идет о влиянии тревожности на поведение и развитие личности, о саморегуляции состояния тревоги, о тревожном типе личности, о "работе с тревогой", способах преодоления устойчивой тревожности и т.п. - сравнительно легко достигается взаимопонимание между специалистами, вне зависимости от их теоретических взглядов [17].

Сложность применения известных точек зрения к анализу страха и тревоги у детей, как подчеркивалось неоднократно, связана, по крайней мере, с двумя обстоятельствами. Во-первых, разграничение внешней и внутренней, определенной и неопределенной угрозы возникает в онтогенезе довольно поздно. Во-вторых, разграничение "витальной" и "социальной" угрозы часто достаточно искусственно, во всяком случае для детей.

Тревожность не связана с какой-либо определенной ситуацией и проявляется почти всегда. Это состояние сопутствует человеку в любом виде деятельности. Когда же человек боится чего-то конкретного, мы говорим о проявлении страха. Например, страх темноты, страх высоты, страх замкнутого пространства.

Б.И. Кочубей и Е.В. Новикова считают, что тревожность развивается вследствие наличия у ребенка внутреннего конфликта, который может быть вызван:

1. Противоречивыми требованиями, предъявляемыми родителями, либо то, что ребенка в школу из-за плохого самочувствия, а учитель ставит "двойку" в журнал и отчитывает его за пропуск урока в присутствии других детей.

2. Неадекватными требованиями (чаще всего, завышенными). Например, родители неоднократно повторяют ребенку, что он непременно должен быть отличником, не могут и не хотят смириться с тем, что сын или дочь получает в школе не только "пятерки" и не является лучшим учеником класса.

3. Негативными требованиями, которые унижают ребенка, ставят его в зависимое положение. Например, воспитатель или учитель говорят ребенку:

"Если ты расскажешь, кто плохо себя вел в мое отсутствие, я не сообщу маме, что ты подрался". Специалисты считают, что в дошкольном и младшем школьном возрасте более тревожны мальчики, а после 12 лет девочки. При этом девочки больше волнуются по поводу взаимоотношений с другими людьми, а мальчиков в большей степени беспокоят насилие и наказание. Совершив какой-либо "неблаговидный" поступок, девочки переживают, что мама или педагог плохо о них подумают, а подружки откажутся играть с ними. В этой же ситуации мальчики, скорее всего, будут бояться, что их накажут взрослые или побьют сверстники. Как отмечают авторы книги, через 6 недель после начала учебного года у школьников обычно повышается уровень тревожности, и они нуждаются в 7 - 10 - дневном отдыхе [38].

Тревожность ребенка во многом зависит от уровня тревожности окружающих его взрослых. Высокая тревожность педагога или родителя передается ребенку. В семьях с доброжелательными отношениями дети менее тревожны, чем в семьях, где часто возникают конфликты.

Интересен тот факт, что после развода родителей, когда, казалось бы, в семье закончились скандалы, уровень тревожности ребенка не снижается, а, как правило, резко возрастает. Психолог Е.Ю. Брель выявила и такую закономерность: тревожность детей возрастает в том случае, если родители не удовлетворены своей работой, жилищными условиями, материальными детей неуклонно растет. Авторитарный стиль родительского воспитания в семье тоже не способствует внутреннему спокойствию ребенка [38].

Существует мнение, что учебная тревожность начинает формироваться уже в дошкольном возрасте. Этому могут способствовать как стиль работы воспитателя, так и завышенные требования к ребенку, постоянные сравнения его с другими детьми. В некоторых семьях на протяжении всего года, предшествующего поступлению в школу, в присутствии ребенка ведутся разговоры о выборе "достойной" школы, "перспективного" учителя. Озабоченность родителей передается и детям. Кроме того, родители нанимают ребенку многочисленных учителей, часами выполняют с ним задания. Неокрепший и еще не готовый к такому интенсивному обучению организм ребенка иногда не выдерживает, малыш начинает болеть, желание учиться пропадает, а тревожность по поводу грядущего обучения стремительно возрастает [48].

Тревожность может быть сопряжена с неврозом или с другими психическими расстройствами. В этих случаях необходима помощь медицинских специалистов.

Две тысячи лет назад Цицерон в трактате "Тускуланские беседы" писал: "Тревожность как черта характера (anxietas) отличается от состояния тревоги (angor) в том смысле, что тот, кто иногда испытывает страх, не обязательно всегда встревожен, а тот, кто тревожен, не обязательно во всех случаях испытывает страх" [17].

Анализируя это суждение, Г. Айзенк указывает: "Из контекста видно, что под тревожностью как чертой характера Марк Тулий Цицерон понимает относительно постоянное состояние сильного возбуждения симпатической нервной системы, страха и повышенной эмоциональности, в то время как состояние тревожности представляет собой состояние человека в конкретный момент, независимое от уровня эмоциональности, обычного для данного человека" [17].

В 1970г. Ч. Спилбергер с коллегами опубликовал опросник, который может быть использован для эмпирического исследования различия между тревожностью как чертой характера и тревожностью как состоянием.

В упомянутом трактате Цицерона также сформулирована идея, предвосхитившая современное представление о тревожности как результате научения. Цицерон писал: "Кто страдает, тот боится, ибо причины, вызывающие страдание, при угрозе их появления вызывают страх". И далее:

"Страх вызывается отсутствующими факторами, присутствие которых вызывает страдание". Это представление созвучно с теорией обусловливания, если рассматривать тревожность (страх) как условную реакцию, а страдание (например, боль) как безусловную.

Принято считать, что проблема тревожности как проблема собственно психологическая была впервые поставлена и подверглась специальному рассмотрению в трудах 3. Фрейда. При этом необходимо отметить, что взгляды З. Фрейда во многом близки к философской традиции, берущей свое начало от С. Кьеркегора (эту близость подчеркивают многие исследователи, в частности известный отечественный знаток фрейдизма В.М. Лейбин, хотя сам Фрейд избегал указаний на философские источники своих идей и вообще старался дистанцироваться от философствования) [17].

Эта близость особенно интересна в понимании тревоги и страха. И Кьеркегор, и Фрейд признавали необходимость разграничения страха и тревоги, считая, что страх - реакция на конкретную опасность, тогда как тревожность - реакция на опасность, не известную и не определяемую.

Считая, что понимание тревожности имеет чрезвычайно большое значение для объяснения психической жизни человека, З. Фрейд очень скрупулезно подходил к анализу данного явления, неоднократно пересматривал и уточнял свою концепцию - главным образом в тех ее частях, которые касаются причин и функций тревожности. Классической работой Фрейда по этой проблеме является его книга "Торможение. Симптом. Тревожность", которая уже через год после ее выхода была издана в переводе на русский язык под названием "Страх".

По мнению З. Фрейда, тревожность выступает повторением в наших фантазиях ситуаций, связанных с испытанными в прошлом опыте переживаниями беспомощности. З. Фрейд выделял три ее основных вида:

1) объективную, вызванную реальной внешней опасностью;

2) невротическую, вызванную опасностью не известной и не определенной;

3) моральную, определяемую им как "тревожность совести".

Анализ невротической тревожности, позволил Фрейду выделить два ее основных отличия от объективной, то есть от реального страха. Невротическая тревожность отличается от объективной "в том, что опасность является внутренней, а не внешней, и в том, что она сознательно не признается". Основной источник невротической тревожности - боязнь потенциального вреда, который может причинить освобождение влечений.

Невротическая тревожность, по Фрейду, может существовать в трех основных формах. Во-первых, это "свободно плавающая", "свободно витающая" тревожность, или "готовность в виде тревоги", которую, как образно замечает Фрейд, тревожный человек носит повсюду с собой и которая всегда готова прикрепиться к любому более или менее подходящему объекту (как внешнему, так и внутреннему). Например, она может воплотиться в страх ожидания.

Во-вторых, это фобические реакции, которые характеризуются несоразмерностью вызвавшей их ситуации, - боязнь высоты, змей, толпы, грома и т.п.

В-третьих, это страх, возникающий при истерии и тяжелых неврозах и характеризующийся полным отсутствием связи с какой-либо внешней опасностью.

Правда, с точки зрения З. Фрейда, разграничение объективной и невротической тревожности весьма условно, поскольку невротическая тревожность имеет тенденцию проецироваться вовне. Моральная же тревожность, с точки зрения Фрейда, возникает вследствие восприятия Эго опасности, идущей от Супер - Эго. Она представляет собой, по сути, синтез объективной и невротической тревожности, так как Супер - Эго является интроецированным голосом авторитета родителей и продуцирует вполне реальную боязнь угроз и наказаний - реальную, по крайней мере, для детей [46].

Несмотря на то, что в наши дни идеи классического психоанализа уже не столь популярны в психологическом сообществе, как в прежние времена, необходимо признать, что представления Фрейда на долгие годы, вплоть до наших дней, определили основные направления изучения тревожности. Проблема тревожности получила дальнейшее развитие в русле неофрейдизма, в первую очередь в работах Г.С. Салливана, К. Хорни и Э. Фромма. В работах К. Хорни особый акцент делается на роли неудовлетворения потребности в межличностной надежности. Рассматривая в качестве главной цели развития человека стремление к самореализации, К. Хорни оценивает тревогу как основное противодействие этой тенденции. Существуют различия между пониманием тревожности в ранних и более поздних работах К. Хорни. Неизменным, однако, оставалось подчеркивание роли среды в возникновении тревожности у ребенка.

Возможности удовлетворения основных потребностей ребенка зависят от окружающих его людей. У ребенка есть и определенные межличностные потребности: в любви, заботе, одобрении со стороны других. Более того, по мнению Карен Хорни, человек нуждается в определенных столкновениях - "здоровых трениях" - с желаниями и волей других. Если эти потребности удовлетворяются в раннем опыте ребенка, если он чувствует любовь и поддержку окружающих, то у него развивается чувство безопасности и уверенности в себе. Но слишком часто близкие люди не могут создать для ребенка такой атмосферы: их отношение к ребенку блокируется их собственными искаженными, невротическими потребностями, конфликтами

Вот как описывает К. Хорни искаженные отношения: "Они могут быть доминирующими, гиперопекающими, запугивающими, тревожными, чрезмерно требовательными, чрезмерно снисходительными, колеблющимися, некритичными, безразличными и т.п. В результате у ребенка развивается не чувство "мы", а переживание глубокой ненадежности и смутной озабоченности, для которой используют понятие "базисная тревожность". Это чувство изолированности и беспомощности в мире, который он воспринимает как потенциально враждебный себе".

Наиболее значимым в работах К. Хорни представляется именно выделение неудовлетворения потребности в межличностной безопасности, надежности как основного источника тревожности - прежде всего для детей [46].

Эрих Фромм подчеркивал, что основным источником тревожности, внутреннего беспокойства является переживание отчужденности, связанное с представлением человека о себе как об отдельной личности, чувствующей в связи с этим свою беспомощность перед силами природы и общества. Основным путем разрешения этой ситуации Э. Фромм считал самые различные формы любви между людьми. Недаром один из первых разделов своей книги "Искусство любви" он назвал "Любовь - разрешение проблемы человеческого существования" [46].

В совсем ином ключе подходили к проблеме тревожности представители поведенческого направления в психологии. Согласно взглядам классиков теории научения и представителей ее, более современных ответвлений, тревожность и страх - очень близкие явления. И тревожность, и страх - эмоциональные реакции, возникающие на основе условного рефлекса. Они, в свою очередь, создают почву для широкого репертуара инструментальных реакций избегания, на основе которых и происходит социализация индивида, возникают (в случае закрепления неадаптивных форм) невротические нарушения. Основателю бихевиоризма Дж. Уотсону принадлежит первое исследование сравнительной эффективности различных путей преодоления страха.

Маленького ребенка следует учить преодолевать тревогу. Это особенно важно на ранних этапах, когда идет интенсивное становление психики ребенка. На втором году жизни не следует формировать ни бесшабашного бесстрашия, ни чрезмерной осторожности. Ребенка надо чутко "вести за руку", передавая ему опыт взаимодействия с окружающим миром, помня о возрастных особенностях. Формирование 6азального доверия к окружающему миру необходимо для преодоления детской тревожности [22].

**Выводы по главе 1.**

Детские страхи свойственны определенному возрасту, уровню психического развития, но они могут наблюдаться при некоторых заболеваниях. Например, неврозах. Страхи чаще всего встречаются у эмоционально чувствительных детей, мнительных, беспокойных и неуравновешенных родителей. На всех возрастных этапах страхи более свойственны девочкам, чем мальчикам.

Помимо возрастных страхов есть еще и невротические. В их основе все- гда лежат психические потрясения и травмы у детей, неумение взрослых спра- виться с их возрастными проблемами, чрезмерная строгость и жесткость в от- ношениях, конфликты в семье и тревожно-мнительные черты характера у родителей. В этих условиях возрастные страхи обостряются, приобретая болезненный, невротический характер. В дальнейшем это может привести к серьезным последствиям, в числе которых плохая успеваемость в школе, замкнутость, агрессивное поведение.

Преодоление страхов возможно лишь при нормализации отношений в семье, предоставлении детям больших возможностей для эмоционального самовыражения и проявления активности, отказе от попыток устранить страх, используя наказания, ругая и стыдя ребенка. Устранение любых страхов требует терпения и заинтересованности родителей, педагогов. В ряде случаев необходима квалифицированная психотерапевтическая помощь специалистов.

**Глава 2. Особенности проявления страхов у детей с нарушением зрения**

**.1 Содержание констатирующего эксперимента**

Констатирующий эксперимент. Здесь мы поставили следующие задачи:

1. Составить группу детей для участия в эксперименте;

2. Подобрать пакет методик для диагностики уровня эмоционального состояния детей, имеющих нарушение зрения;

3. Провести первичную диагностику тревожно-фобических состояний у детей, имеющих нарушение зрения.

4. Составить технологию занятий для детей, имеющих нарушение зрения.

В наших исследованиях мы использовали ряд психодиагностических методик, в частности методику для выявления детских страхов "Страхи в домиках" А.И. Захарова и М.А. Панфиловой, графический метод М.А. Панфиловой "Кактус", который помогает увидеть состояние эмоциональной сферы ребенка, отметить наличие агрессивности, тревоги, проективная методика изучения эмоциональных проблем и трудностей взаимоотношений в семье "Моя семья" В.К. Лосевой, а так же социометрическая проба "День рождения", которая помогает раскрыть эмоциональное восприятие ребенка в общении.

На этом этапе мы подобрали детей для исследования. Экспериментальная группа детей была подобрана в учреждении "начальная школа - детский сад" № 1665 города Москвы. Основанием для отбора в экспериментальную группу послужили личные наблюдения, беседа с педагогами, дефектологами и специальными психологами.

Кроме того, уточнить список потенциальных участников эксперимента помог школьный врач и психоневролог. Они дали характеристику тревожно-фобических состояний детей, а так же подтвердили биологический анамнез детей.

Для исследования по данной проблеме, мы подобрали группу детей, имеющих нарушение зрения в возрасте 7-8 лет.

При проведении констатирующего эксперимента нами был использован пакет диагностических методик, из которых в совокупности и был определён уровень тревожных состояний на данном этапе:

1. Модифицированный тест "Страхи в домиках" М.А. Панфиловой [33]. Автором произведен своеобразный синтез двух известных методик: модифицированной беседы А.И. Захарова и теста "Красный дом, черный дом".

Модифицированная беседа о страхах А.И. Захарова поможет нам выявить и уточнить, какие страхи присущи данной группе детей. В методике есть список страхов на основании которого и проводиться беседа и тестирование (см. Приложение 2). Это нам поможет выявить с какими страхами в дальнейшем нам предстоит работать в данной группе. Эта методика совершается при наличии установленного эмоционального контакта с ребенком и при полном доверии. Так же должен отсутствовать конфликт. Чаще всего данную методику проводит человек хорошо знакомый ребенку или специалист долго с ним работающий. В последствии данные можно уточнить у родителей[34].

Данная методика подходит детям не младше 3 летнего возраста, тк вопросы должны быть доступны для понимания ребенку в данном конкретном возрасте. При перечислении страхов стоит избегать самого слова страх и перечислять их медленно, расторопна ожидая односложных ответов. Повторять вопрос о том, боится или не боится ребенок, следует только время от времени. Если ребенок пытается отрицать все страхи необходимо попросить его давать развернутый ответ - нет/да не боюсь/ боюсь. В этой методике важен тактильный контакт взрослого и ребенка, что бы ребенок получал достаточно позитивного подкрепления за честный ответ. Лучше, чтобы взрослый перечислял страхи по памяти, только иногда заглядывая в список, а не зачитывая его.

Ребенок должен нарисовать 2 домика - красный и серный, так же можно предъявить готовый бланк (см. Приложение 1). Ребенок при помощи взрослых или самостоятельно распределяет страхи по домикам - страшные в черный домик, не страшные в красный. Дальше ребенок закрывает страхи на замок, рисуя его на черном домике. Ключ от него выбрасывается. А.И. Захаров предлагает возрастные нормы страхов и их распределение (по полу и возрасту) (см. Приложение 3). Из 29 страхов, выделенных автором, у детей наблюдаются от 6 до 12. У городских детей возможное количество страхов доходит до 15.

По инструкции в красный и черный дом надо расселить 29 страхов (см. Приложение 2). В черном будут жить страшные страхи, а в красном - нестрашные. Взрослый перечисляет страхи и записывает их номера внутри дома

2. Графическая методика "Кактус" М.А. Панфиловой, помогает увидеть состояние эмоциональной сферы ребенка, отметить наличие агрессивности, ее направление и интенсивность.

Когда мы анализируем рисунки по данной методике, мы обязаны учитывать художественный опыт детей.

Ребенку при проведении данной методики выдается чистый лист и простой карандаш. И дается инструкция - нарисуй кактус. На уточняющие вопросы эксперементатор отвечать не может.

При обработке мы смотрим на любую деталь рисунка - в какой части листа находится, каких размеров, закрашен или нет, какого размера колючки и есть ли они вообще у данного кактуса.

3. Проективная методика "Моя семья" В.К. Лосевой позволяет отследить эмоциональные проблемы и трудности взаимоотношений в семье ребёнка, увидеть его субъективную оценку о его месте в семье и отношениях с другими членами семьи (см. Приложение 5).

Тест помогает выявить отношение ребенка к членам своей семьи, узнать о конфликтных ситуациях и выявить взаимосвязь между детьми и родителями[29].

Перед ребенком кладется лист бумаги и цветные карандаши. Его просят нарисовать свою семью в полном составе. Когда ребенок рисует мы видим кого он изображает первым а кого последним. кого не изображает вовсе.

Таким образом, мы поднимаем вопрос сложной структуры взаимоотношений в семье.

4. Социометрическая проба "День рождения" М.А. Панфиловой, которая помогает раскрыть эмоциональное восприятие ребенка в общении.

Экспериментатор дает ребенку бланк, в котором просит рассадить людей за стол. Стол посвящен дню рождению ребенка. За столом 10 стульев, но ребенок не обязан занимать все, так же ребенок может доставлять стулья(см. Приложение 6).

Перед проведением теста ребенку дается инструкция: "Давай поиграем в твой день рождения". (см. Приложение 7).

После четвертого выбора можно повторить вопрос: "Ты будешь еще кого-то сажать, или уберем (зачеркнем) стульчики?" (ответ ребенка дает нам возможность предположить его потребность в общении) (см. Приложение 7). Когда ребенок заполнит все десять "стульчиков", задаем вопрос о необходимости добавить "стульчики" "Если хочешь еще кого-то посадить, то мы можем добавить (дорисовать) "стульчики".

Иногда дети ставят стульчики не только в промежутках между уже имеющимися, но и доставляю 2 и 3 ряд.

**2.2 Результаты констатирующего эксперимента**

. Модифицированный тест "Страхи в домиках"

**Цель:** выявить личностные нарушения у детей, количественные и качественные проявления страха.

В ходе его проведения, нами была составлена таблица из которой мы видим, каким страхам в наибольшей степени подвержены мальчики и девочки младшего школьного возраста с нарушением зрения (см. Приложение 8).

При анализе данных отраженных в таблице №2 (см. Приложение 8), мы можем сделать выводы о преобладании определенных видов страха. Таблица позволила также выявить самые "популярные" страхи, к ним относятся - страх смерти, страх сказочных персонажей и страх темноты.

**Вывод:** чаще всего, самыми распространенными страхами у детей являются: страх смерти, страх сказочных персонажей, страх темноты - это связано с эмоциональными перегрузками детей младших классов, темпом и ритмом жизни в большом городе. При бесконечной занятости обоих родителей, при нехватке времени, эмоциональных и физических сил, ребенок часто остается наедине со своими проблемами, которые кажутся ему очень серьезными и порой не разрешимыми. Из этих проблем рождаются страхи.

3. Графическая методика "Кактус"

**Цель:** настроить детей на совместную работу и получить более общую характеристику личности, по возможности отметить проблемы.

Интерпретация рисунка

Агрессия - наличие иголок, иголки длинные, сильно торчат и близко расположены

Импульсивность - отрывистые линии, сильный нажим Эгоцентризм - крупный рисунок, в центре листа

Зависимость, неуверенность - маленькие рисунок внизу листа

Демонстративность, открытость - наличие выступающих отростков, необычность форм

Скрытность, осторожность - расположение зигзагов по контуру или внутри кактуса

Оптимизм - использование ярких цветов

Тревога - использование темных цветов, внутренней штриховки, прерывистые линии

Женственность - наличие украшения, цветов, мягких линий, форм Экстровертированность - наличие других кактусов, цветов Интровертированность - изображен только один кактус Стремление к домашней защите - наличие цветочного горшка Стремление к одиночеству - изображен дикорастущий кактус.

**Качественный анализ теста "Кактус"**

Вова П.

Высокая степень агрессивности, эгоцентризм, импульсивность, демонстративность, женственность, стремление к домашней защите.

Настя Ж.

Агрессия, импульсивность, эгоцентризм, демонстративность, тревога, наличие чувства одиночества.

Саша П.

Агрессия, импульсивность, эгоцентризм, демонстративность, женственность, осторожность, стремление к домашней защите.

Ваня С.

Агрессия, импульсивность, эгоцентризм, тревога, демонстративность, интровентированность, наличие чувства одиночества.

Ксюша Б.

Импульсивность, стремление к лидерству, демонстративность, скрытнорсть, осторожность, стремление к домашней защите.

Эллина С.

домашней защите.

Леша Ж.

Агрессия, тревога, стремление к домашней защите, демонстративность. Катя М.

Импульсивность, стремление к домашней защите, тревога. Таня Р.

Агрессивность, импульсивность, тревога, стремление к лидерству, эгоцентризм.

Витя К.

Агрессия, импульсивность, эгоцентризм, тревога, демонстративность, интровентированность, наличие чувства одиночества.

**Вывод:** При интерпретации рисунков можно сделать вывод: практически у всех детей отмечалась агрессивность, эгоцентризм, стремление к домашней защите, демонстративность, импульсивность.

Тест показал, что уровень тревожности у детей на данном этапе высокий.

**Качественный анализ рисунков**: Вова П.

На рисунке отсутствует папа. У Вовы с мамой более близкие отношения, она обладает большой властью, возможно у Вовы есть проблемы в учебе. Т.к. искажения идут по правой стороне. Маму он считает самой умной, но она нуждается в помощи и защите, мама словесно воздействует на мальчика. Он считает себя и маму слабее, чем окружающие люди (количество пальцев на руке). Для сына он главный персонаж. Солнце вверху листа является символом верховной власти и защиты, высшего авторитета.

Настя Ж.

Настя нарисовала только маму, ее портрет. В жизни девочки мама играет центральную роль, как кажется Насте, мама все время чего-либо агрессии со стороны мама (большой, заштрихованный рот), сильные эмоции матери, заглушают все стремления дочери, сблизиться с ней.

Ваня С.

Ваня отказался рисовать свою семью. Его воспитывает бабушка, хотя мама и папа у него тоже есть. Как нам сказал ребенок, его родители постоянно заняты на работе допоздна и когда они приходят, он уже спит. Ребенок очень переживает по этому поводу, ему не хватает любви, ласки и внимания со стороны родителей. Ребенок не воспринимает такого слова как "семья".

Саша П.

На рисунке мальчика отсутствует старшие сестра и брат, нет и самого Саши, что говорит о трудностях самовыражения, главное место занимает мама, она вызывает тревожность у ребенка, автор считает маму беспокойной, словесно она на Сашу не влияет (нет рта), мама себя не контролирует (нет шеи). У ребенка нет близкого контакта с матерью, а отсутствие рук говорит о том, что ласки мать не проявляет, но может наказать. Так как нет большой опоры на ноги, мама, по мнению сына, не твердо стоит на ногах. Ребенок замкнут в семье.

Ксюша Б.

На рисунке отсутствует младший брат, возможно, это негативные бессознательные чувства к нему, ближе всех к автору мама, но на рисунке не наблюдается тесных психологических контактов. Самым умным человеком она считает папу. Ксюша наделила его самой большой головой, большие глаза у всех персонажей воспринимаются ребенком как тревожные. Папа, по мнению Ксюши, слушает всех, а мама и сама девочка критику в семье в свой адрес не воспринимает (наличие ушей). Мама в семье имеет больше прав (большие руки). Папа опору чувствует больше в работе, чем в семье.

Эллина С.

У девочки полная семья, но она нарисовала только маму. Мама вызывает у ребенка тревогу, и боится попросить о помощи. По мнению Эллины, она не воспринимает ни какой критики в свой адрес (нет ушей). Для мамы Эллины отношения в доме важнее происходящего в окружающем мире, в реальности она не имеет опоры. Она уделяет больше времени созданию уюта и комфорта в доме. Мама нарисована сидящей на диване, в это время она для Эллины не досягаема. Эллина многие эмоции удерживает в себе. Закрытые шкафы символизируют для ребенка наличие в семье тайны, к которой она не допущена. Очень тщательно нарисована одежда на маме, что говорит о ее закрытости и конформизме.

Леша Ж.

На рисунке отсутствует папа. У Вовы с мамой более близкие отношения, она обладает большой властью, возможно у Вовы есть проблемы в учебе. Т.к. искажения идут по правой стороне. Маму он считает самой умной, но она нуждается в помощи и защите, мама словесно воздействует на мальчика. Он считает себя и маму слабее, чем окружающие люди (количество пальцев на руке). Для сына он главный персонаж. Солнце вверху листа является символом верховной власти и защиты, высшего авторитета.

Катя М.

Ваня отказался рисовать свою семью. Его воспитывает бабушка, хотя мама и папа у него тоже есть. Как нам сказал ребенок, его родители постоянно заняты на работе допоздна и когда они приходят, он уже спит. Ребенок очень переживает по этому поводу, ему не хватает любви, ласки и внимания со стороны родителей. Ребенок не воспринимает такого слова как "семья".

Таня Р.

У девочки полная семья, но она нарисовала только маму. Это говорит о том, что у нее появляются негативные бессознательные чувства к людям не нарисованными, девочке трудно само выражаться в семье (нет автора). Мама Эллины, она не воспринимает ни какой критики в свой адрес (нет ушей). Для мамы Эллины отношения в доме важнее происходящего в окружающем мире, в реальности она не имеет опоры. Она уделяет больше времени созданию уюта и комфорта в доме. Мама нарисована сидящей на диване, в это время она для Эллины не досягаема. Эллина многие эмоции удерживает в себе. Закрытые шкафы символизируют для ребенка наличие в семье тайны, к которой она не допущена. Очень тщательно нарисована одежда на маме, что говорит о ее закрытости и конформизме.

Вика К.

На рисунке мальчика отсутствует старшие сестра и брат, нет и самого Саши, что говорит о трудностях самовыражения, главное место занимает мама, она вызывает тревожность у ребенка, автор считает маму беспокойной, словесно она на Сашу не влияет (нет рта), мама себя не контролирует (нет шеи). У ребенка нет близкого контакта с матерью, а отсутствие рук говорит о том, что ласки мать не проявляет, но может наказать. Так как нет большой опоры на ноги, мама, по мнению сына, не твердо стоит на ногах. Ребенок замкнут в семье.

**Цель**: выявление эмоциональных проблем и трудностей взаимоотношений в семье, которые может переживать человек любого возраста.

**Вывод:** Из всех выше перечисленных интерпретаций можно сделать вывод, что рисуночная методика раскрыла перед нами проблемы, о которых дети не рассказывают вслух. На всех рисунках прослеживается линия - страх быть неправильно понятыми или не оправдать надежды родителей. Нет духовного контакта между близкими детям людьми.

4. Социометрическая проба "День рождения"

**Цель**: раскрыть эмоциональное восприятие ребенка в общении. Анализируя результаты, М.А. Панфилова выделяет три группы:

1. Потребность в общении:

добавляются новые;

б) желает общаться, но с близкими людьми в ограниченном кругу - "убираются стульчики";

в) несформированная потребность в общении - выбор игрушек, животных, предметов.

2. Эмоциональные предпочтения в общении: близкие, доверительные, приятные отношения - люди расположены рядом с "именинником".

3. Значимость социальных окружений:

а) количественные преобладания взрослых, детей, предметов - наличие опыта общения с ними;

б) преобладание какой-то группы (семья, школа, двор, и т.д.) - значимая среда в общении.

в) половое преобладание в общении - наличие мальчиков и девочек, женщин, мужчин.

На основе этих 3 группа, нами был составлен качественный анализ теста.

**Качественный анализ**

Вова П.

1) а

2) Андрей, папа.

3) а) дети > взрослых; б) школа в) мальчиков > девочек. Настя Ж.

1) а

2) Вова, Сережа.

3) а) только дети б) школа в) мальчиков > девочек. Ваня С.

1) а

2) друг Дима, мама.

3) а) детей > взрослых б) школа в) девочек = мальчиков.

Саша П.

1) а

2) Вова, Никита

3) а) дети > взрослых б) школа в) мальчиков > девочек. Ксюша Б.

1) а

2) Ксюша, Эллина

3) а) только детей б) школа в) девочек > мальчиков. Эллина С.

1) а

2) Катя, Эллина (лучшая подруга из дома)

3) а) детей > взрослых б) школа, двор в) девочек > мальчиков. Леша Ж.

1) а

2) Вова, Саша

3) а)детей > взрослых б) школа в) мальчиков > девочек. Катя М.

1) а

2) Настя, мама

3) а) детей > взрослых, б) школа, семья в) девочек > мальчиков. Таня Р.

1)а

) Настя, Катя

*) а*) детей > взрослых, б) школа, семья в) девочек > мальчиков.

Витя К.

1) а

2) Вова, папа

3) а)детей > взрослых б) школа в) мальчиков > девочек.

**Вывод по главе 2.**

Качественный анализ показал, что все дети экспериментальной группы желают общаться в широком круге - используют все "стульчики", четверо из испытуемых (Настя Ж., Саша С., Ксюша Б., Эллина С.) находятся в близких, доверительных отношениях с одноклассниками и лишь двое детей (Вова П., Ваня С.) указали рядом с собой своих близких: маму, папу. Значимая среда в общении для детей данной категории - это школа.

Всё это говорит нам о том, что отношения между детьми и их родителями поверхностные, поэтому ребенок, имеющий такую проблему как страх, не доверяет её своим близким. Дети абсолютно не испытывают потребности в общении со своими близкими, предпочтение отдают своим сверстникам.

Проведенная нами работа показала:

самыми распространенными страхами, как у мальчиков, так и у девочек являются: страх смерти, страх сказочных персонажей, страх темноты

- это связано с эмоциональными перегрузками детей младших классов, темпом и ритмом жизни в большом городе;

- у всех детей схожие признаки страха на лице, характеризующие данную эмоцию;

- уровень тревожности у детей на данном этапе высокий;

- прослеживается линия - страх быть неправильно понятыми или не оправдать надежды родителей;

- дети абсолютно не испытывают потребности в общении со своими близкими, предпочтение отдают своим сверстникам.

**Глава 3. Способы преодоления страхов посредством драматерапии**

**.1 Содержание коррекционной работы. Формирующий эксперимент**

**Цель** данного этапа заключалась в проведении цикла занятий, с целью коррекции и по возможности преодоление наиболее распространенных страхов у детей участвующих в эксперименте (страх темноты, страх сказочных персонажей, страх смерти).

Проведенный констатирующий эксперимент позволили выделить наиболее часто встречающиеся страхи и направить наше внимание на их коррекцию и преодоление.

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 [16].

На наш взгляд, при коррекции страхов наиболее эффективна работа в малой группе, где число участников варьируется от 3 до 8 человек. Преимущества групповой формы работы по сравнению с индивидуальной:

— общая тревожность детей в группе снижается, так как они видят, что страхи есть у всех и это вполне нормально;

— у детей в группе появляется больше инициативы;

— работа в группе позволяет повысить самооценку ребенка, а также развивает его способность к рефлексии;

— коррекционный процесс протекает более динамично, что повышает мотивацию детей к занятиям.

Серия занятий со страхами первоклассников была составлена с учетом индивидуальных особенностей детей и наличия у них определенных страхов.

Занятия направлены на работу с такими страхами, как: страх сказочных персонажей; страх темноты; страх смерти.

Основной вид терапии, который составлял 80% проводимых занятий - это технологии драматерапии. В эти занятия входили как игровые формы деятельности, так и этюды, так и кукольный театр разных видов.

Одним из преимуществ драматерапии является то, что ребенок может сам стать героем игр или этюдов. В этом случае не стоит давить на ребенка, ведь излишнее давление может привезти к тому, что ребенок будет воспринимать данный вид деятельности как унылую обязанность (11).

Метод релаксации, мышечного и эмоционального расслабления ребенка с помощью музыкального сопровождения и соответствующего текста, обычно завершает занятие наряду с обратной связью. Обратная связь

— обмен впечатлениями, мнениями, групповая и индивидуальная рефлексия участников.

Стоит подчеркнуть, что условия проведения и организации занятий требуют наличия просторного помещения (это может быть классная комната или кабинет психолога). Многие занятия нуждаются в заранее подготовленном реквизите и оборудовании. Занятия проводятся 1 раз в неделю в течение часа. Количество ведущих группы - один или два. Для усиления психологического эффекта занятия можно проводить дважды в неделю, но основное их условие - систематичность и непрерывность цикла.

**3.2 Результаты коррекции страхов посредством драматерапии**

На заключительном этапе работы нами был проведен контрольный эксперимент.

**Цель -** выявить эффективность применения цикла занятий в коррекции страха у детей младшего школьного возраста с нарушением зрения в сравнении с возрастными нормами по А.И. Захарову.

Контрольный эксперимент заключался в повторном проведении беседы о том чего боятся дети, результаты в приложении.

Как мы видим, число страхов значительно уменьшилось благодаря проведенной нами коррекционной работе.

Исходя из полученных данных констатирующего эксперимента и обработанных данных контрольного эксперимента, нами была построена сводная диаграмма страхов, в которой отчетливо видно, что количество страхов на выходе из системы значительно уменьшилось.

**Вывод к главе 3.**

Вова П.

Стало чаще возникать желание добиться каких-либо результатов, стал намного спокойнее, снята агрессия. Снят страх нападения бандитов, страх смерти, страх темноты, преодолен страх уколов.

Саша П.

Стал более контактным, появились положительные сдвиги в развитии мимики. Скорректированы страхи: умереть, сказочных персонажей, перед тем как заснуть, страшных снов, темноты.

Ваня С.

Появилась большая самостоятельность, свобода в выражениях эмоций. Подавлены страхи: умереть, сказочных персонажей, перед тем как уснуть, темноты.

Настя Ж.

Появилось умение давать правильную оценку своим поступкам, стала более эмоциональна. Подавлен страх умереть.

Ксюша Б.

Стала добиваться результатов самостоятельно, находить общение с мальчиками. Сняты страхи: умереть, сказочных персонажей, страшных снов, уколов.

Эллина С.

Снята агрессия, девочка стала более активной и открытой. Чувство одиночества подавлено. Преодолены страхи: сказочных персонажей, темноты.

Леша Ж.

Стало чаще возникать желание добиться каких-либо результатов, стал намного спокойнее, снята агрессия. Снят страх нападения бандитов, страх смерти, страх темноты, преодолен страх уколов.

Таня Р.

Стала добиваться результатов самостоятельно, находить общение с мальчиками. Сняты страхи: умереть, сказочных персонажей, страшных снов, уколов.

Катя М.

Снята агрессия, девочка стала более активной и открытой. Чувство одиночества подавлено. Преодолены страхи: сказочных персонажей, темноты.

Витя К.

Появилась большая самостоятельность, свобода в выражениях эмоций. Подавлены страхи: умереть, сказочных персонажей, перед тем как уснуть, темноты.

**Заключение**

В современных цивилизациях существует всё более возрастающее число объектов, событий, условий, ситуации, которые пугают или потенциально могут быть пугающими. Вероятно, именно этим можно объяснить тот факт, что страх является предметом научного исследования, познаний, чаще, чем какая-либо другая эмоция.

Страх - это эмоция, которая может возникнуть в любом возрастном периоде.

В ходе написания дипломной работы, была достигнута цель - изучение страхов у детей младшего школьного возраста и их преодоление.

В ходе проведенной работы, были достигнуты цели и задачи.

На основе проведенной нами работы были изучены:

1. Природа детских страхов.

2. Проблема фобий в современной психологической и педагогической литературе.

3. Личностная тревожность как предпосылка формирования страха у ребёнка.

**Исследования, которые были проведены, подтверждают:**

- Что в младшем школьном возрасте страхи наиболее успешно подвергаются психологическому воздействию, поскольку они во многом носят возрастной переходящий характер.

- В работе с детьми при устранении страхов, необходимо придавать большое значение взаимоотношениям родителей и детей, а так же визуальной проработке страхов.

**Анализ результатов исследования показывает:**

- Работая с тревожными детьми, следует учитывать их особое, специфическое отношение к успеху, неуспеху, оценке и результату.

Тревожные дети очень чувствительны к результатам собственной деятельности, боятся и избегают неуспеха. Им очень трудно оценить результаты своей деятельности, они не могут сами решить, правильно сделали что-либо, а ждут этой оценки от взрослого.

- Совместная коррекционная работа психолога и родителей сказывается не только на процессе устранения страха у ребенка, но и позитивно влияет на взаимоотношения родителей и детей. Главным фактором, препятствующим избавлению детей от страхов, будет неблагополучное нервно-психическое состояние самих родителей и конфликты в семье. В этом случае необходима предварительная помощь самим родителям и нередко всей семье в целом. Только после этого имеет смысл проведение занятий на преодоления страхов детьми.

- Многие страхи являются развитием раннее предшествующих страхов и тревог. Поэтому чем раньше начата работа по преодолению и предупреждению страхов, тем больше вероятность их отсутствия в подростковом возрасте. Если психологическая, родительская и медицинская помощь будет оказана в дошкольном возрасте, можно рассчитывать на эффект предупреждения развития психастенических черт характера и невроза в подростковом возрасте.

**Поэтому, учитывая все выше сказанное, необходимо выделить следующие основные параметры в работе с детскими страхами:**

- Чтобы существенно снизить тревожность ребенка необходимо визуализировать детский страх.

- Помочь превратит визуальный страх в нечто не страшное.

 Для того чтобы воздействовать на ребенка и помочь ему избавиться от страхов, родителям необходимо также знать, что такое страх, какую функцию он выполняет, как возникает и развивается, чего больше всего боятся дети и почему, как предупредить страхи у детей и что предпринять, если они уже есть.

 Педагогу-психологу, прежде чем проводить коррекционные занятия с тревожными детьми, необходимо корректировать нарушения семейных отношений и неадекватного воспитания детей.

 С целью предупреждения появления страхов у детей, необходимы позитивные перемены в жизни самого ребенка и семьи.

Подтверждая выше сказанное, что сами родители при желании могут помочь детям своевременно преодолевать страхи еще не перешедшие в неуверенность и неврозы. Наиболее эффективной формой устранения детских страхов следует считать совместную работу педагога-психолога и родителей. Родители, в том числе могут проводить драматерапию в домашних условиях.

Детские страхи заслуживают самого внимательного изучения и как можно более раннего устранения с целью предупреждения появления неврозов как психогенного заболевания формирующейся личности ребенка.

**Список литературы**

1. Барташева Н. Не надо бояться Бармалея! // Дошкольное воспитание.- 1994.- №9.- с.66- 68.

2. Беляускайте Р.Ф. Рисуночные пробы как средство диагностики развития личности ребёнка / Под ред. И.В. Дубровиной.- М.: АПН СССР, 1987.- 146с.

3. Божович Л.И. Избр. психол. труды. Проблемы формирования личности / Под ред. Д.И. Фельдштейна.- М.: АСТ, 1995.- 349с.

4. Бреслав Г.М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве.- М.: Педагогика, 1995.- 181с.

5. Варга А.Я. Системная семейная психотерапия. Краткий лекционный курс.- СПб.: Питер, 2001.- 278с.

6. Варга А.Я. Психологическая коррекция нарушений общения младших школьников в игровой группе // Семья в психологической консультации / Под ред. А.А. Бодалева, В.В. Столина. М., 1998.- 152с.

7. Вард И. Фобия. - М.: Проспект, 2002. - 78с.

8. Венгер А.Л. Психологическое консультирование и диагностика.- М.: Генезис, 2001.- 128с.

9. Волков Б.С., Волкова Н.В. Психология развития человека.- М.: Академ. Проспект, 2004.- 224с.

10. Вологодина Н.Г. Детские страхи днём и ночью.- М.: "Феникс", 2006.- 106с.

11. Выготский Л.С. Детская психология // Собр. Соч. - М., 1982. - т.4 -336 с.

12. Гозман Л.Я., Алёшина Ю.Е., Социально-психологические исследования семьи: проблемы и перспективы // Психологический журнал. - 1991. - №4 - с.84-92.

13. Громова Т.В. Страна эмоций: Методика как инструмент диагностической и коррекционной работы с эмоционально-волевой сферой ребёнка. - М.: УЦ "Перспектива", 2002. - 48 с.: ил.

14. Гульянц Э.К., Гриднёва С.В., Тащеева А.И. Психологическая коррекция страха медицинских процедур у детей дошкольного возраста (от 3 до 5 лет) с помощью куклотерапии // Современная семья: проблемы и перспективы - 1994. - 114 с.

15. Данилина Т.А., Зедгенидзе В.Я., Стёпина Н.М. В мире детских эмоций: пособие для практических работников ДОУ.- М.: Айрис-пресс, 2004. - 160 с.

16. Диагностика и коррекция психического развития дошкольника / Под ред. Я.Л. Коломинского, Е.А. Панько.- Минск.: Университет, 1997. - 237с.

17. Жигарькова О. Время тревожных детей // Психологическая газета.- 2001.- №11.- с.6-7.

18. Захаров А.И. Дневные и ночные страхи у детей. - СПб.: Речь, 2005. - 320с.

19. Зверева О.Л., Ганичева А.Н. Семейная педагогика и домашнее воспитание.- М.: Проспект, 1999.- 308с.

20. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Михайлов А.М. Волшебный источник. СПб.: Питер, 1996. - 116с.

21. Капранова С. Путешествие с волшебной кисточкой. Ростов-на- Дону, 1997. - 66с.

22. Котова Е. О профилактике детской тревожности // Ребёнок в детском саду.- 2003.- №5 .- с.34.

23. Коренева Е.Н. Детские капризы.- Ярославль: Академия развития, 2001.- 75с.

24. Крюкова С.В., Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста: практическое пособие.- М.: Генезис, 2003.- 204с.

25. Лебедева Л. Силуэт человека // Школьный психолог.- 2002.-№47.-с.8-9.

26. Леви В.Л. Приручение страха. - М.: Метафора, 2006.- 192с.

27. Лешли Дж. Работать с маленькими детьми, поощрять их развитие и решать проблемы. Пер. с англ. Книга для воспитателя детского сада.- М.: Просвещение, 1991.- 223с.

28. Лешкова Т. Коробка со страхами // Дошкольное воспитание.- 2004.- №10.-с.30-32.

29. Ле Шан Э. Когда ваш ребёнок сводит вас с ума. Пер. с англ. .- М.: Педагогика, 1990.- 272с.

30. Лосева В.К. Рисуем семью: диагностика семейных отношений.- М.: АПО, 1995.- 40с.

31. Лютова Е.К., Монина Г.Б. Шпаргалка для взрослых. Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми.- М.: Генезис, 2000.- 202с.

32. Лэндрет Г.Л. Игровая терапия: искусство отношений. М., 1994.- 368с.

33. Никифорова Л.А. Вкус и запах радости: цикл занятий по развитию эмоциональной сферы.- М.: Книголюб, 2005.- 48с.

34. Панфилова М.А. Страхи в домиках. Диагностика страхов у детей и подростков // Школьный психолог.- 1999.- №8.- с.10-12.

35. Панченко С.А. Мне страшно…Я боюсь // Школьный психолог.- 2002.- №14.- с.8-9.

36. Плаксина Л.И., Григорян Д.А. // Содержание методико- педагогической помощи в дошкольном учреждении для детей с нарушением зрения.- М.: "ГороД", 1993. - 84с.

37. Плаксина Л.И. Коррекционная работа в детском саду.

38. Плаксина Л.И. Формирование социально-адаптивного поведения, у учащихся с нарушением зрения в начальных классах.- Калуга: "Адель", 1998. - 238с.

39. Райнпрехт Х. Воспитание без огорчений // Дошкольное воспитание.- 2001.- №4.- с.90-91.

40. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога.- М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2001.- 384с.

41. Романов А. Расстройство поведения и эмоций у детей в целом.- М.: изд-во "Плэйт", 2003. - 58с.

42. Романова Е.С., Потёмкина О.Ф. Графические методы в психологической диагностике.- М.: Дидакт, 1998.- 94с.

43. Руководство по использованию восьмицветового теста Люшера / Сост. О.Ф. Дубровская.- М.: "Когито-Центр", 2001.- 63с.

44. Семиотика страха. Сборник статей. - М.: Русский институт: Европа, 2005.- 456с.

45. Снегирёва Т. Детские рисунки глазами психолога // Обруч.- 1996.- №5.- с.5-6.

46. Спиваковская А.С. Профилактика детских неврозов.- М.:,1988.-246с.

47. Степанова Е. Поиграем в "забавные страхи и смешные ужасы" // Дошкольное воспитание.- 1997.- №5.- с.65-68.

48. Степанова В.А. Проявление эмоциональности детей дошкольного возраста в рисунке // Психолог в детском саду.- 2003.- №4.- с.46-60.

49. Ферс Г.М. Тайный мир рисунка: Исцеление через искусство. - СПб.: Европейский дом, 2000. - 288с.

50. Флэйк - Хобсон К., Робинсон Б.Е., Скин П. Развитие ребёнка и его отношений с окружающими.- М.: АСТ- Пресс, 1998.- 314с.

51. Фридман Л.М. Психология детей и подростков: справочник для учителей и воспитателей.- М.: Изд-во Института Психотерапии, 2003.- 480с.

52. Фридстад М., Арнольд Дж. Ребёнок с эмоционально неустойчивым характером.- СПб.: Питер, 2004.- 272с.

53. Хрестоматия по детской психологии / сост. Г.В. Бурменская.- М.: Институт практической психологии, 1996.- 264с.

54. Шапиро А.З. Психолого - гуманистические проблемы позитивно- негативных внутрисемейных отношений // Вопросы психологии.- 1994.- №4.- с.45-46.

55. Шванцара Л.Й. Развитие детских графических представлений. Диагностика психического развития.- Прага: мед. изд-во АВИЦЕНУМ, 1980.- 262с.

56. Широкова Г.А. Справочник дошкольного психолога.- Ростов н/Д: Феникс, 2003.- 384с.

57. Шишова Т. Страхи - это серьёзно - М.: Издат. дом. "Искатель", 1997.- 94с.

58. Яковлева Н.Г. Психологическая помощь дошкольнику. - СПб.: Валерии СПД, М.: ТЦ Сфера, 2002.-197с.

**Приложение 1.**

Бланк для методики: страхи в домиках













**Приложение 2.**

Список страхов для методики "Страхи в домиках"

1. Страх одиночества.

2. Страх смерти.

3. Страх родителей.

4. Страх снов.

5. Страх войны.

6. Страх темноты.

7. Страх перед животными.

8. Страх сказочных персонажей.

9. Страх врачей.

10. Страх других людей.

11. Страх крови.

12. Страх засыпания

13. Страх болезни.

14. Страх наказания.

15. Страх транспорта.

16. Страх стихии.

17. Страх высоты.

18. Страх глубины.

19. Страх замкнутого пространства.

20. Страх воды.

21. Страх огня.

22. Страх пожара.

23. Страх больших улиц, площадей.

24. Страх других детей.

25. Страх боли.

26. Страх уколов.

27. Страх резких звуков.

28. Страх что-то сделать не так.

29. Страх опоздать.

**Приложение 3.**

Таблица 1 Сравнительная таблица возрастных норм страхов у мальчиков и девочек

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Возраст | Количество страхов у мальчиков | Количество страхов у девочек |
| 3 | 9 | 7 |
| 4 | 7 | 9 |
| 5 | 8 | 11 |
| 6 | 9 | 11 |
| 7д | 9 | 12 |
| 7ш | 6 | 9 |
| 8 | 6 | 9 |
| 9 | 7 | 10 |
| 10 | 7 | 10 |
| 11 | 8 | 11 |
| 12 | 7 | 8 |
| 13 | 8 | 9 |
| 14 | 6 | 9 |
| 15 | 6 | 7 |

**Приложение 4.**

Пример рисунка для методики "Кактус".

Рисунок 1



**Приложение 5.**

Пример рисунка для методики "Моя семья"

Рисунок 2



**Приложение 6.**

Пример рисунка для методики " День рождения"

Рисунок 3



**Приложение 7.**

Рисунок 4 Пример рисунка для заполнения методики "День рождения"



**Приложение 8.**

Таблица 2 Сравнительная таблица, по половому признаку, страхов у младших школьников с нарушением зрения (в ед.)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| страхи | мальчики | девочки |
| одиночества | 3 | 2 |
| смерти | 5 | 5 |
| родителей | 2 | 2 |
| снов | 3 | 3 |
| войны | 2 | 4 |
| темноты | 5 | 5 |
| перед животными | 4 |  |
| сказочных персонажей | 5 | 5 |
| врачей | 4 | 0 |
| других людей | 2 | 2 |
| крови | 2 | 4 |
| засыпания | 2 | 4 |
| болезни | 1 | 4 |
| наказания | 4 | 2 |
| транспорта | 4 | 0 |
| стихии | 2 | 2 |
| высоты | 1 | 4 |
| глубины | 4 | 0 |
| замкнутого пространства | 0 | 4 |
| воды | 0 | 4 |
| огня | 0 | 4 |
| пожара | 0 | 4 |
| страх больших улиц, помещений | 2 | 2 |
| других детей | 4 | 2 |
| боли | 4 | 0 |
| уколов | 4 | 2 |
| резких звуков | 2 | 2 |
| что-то сделать не так | 4 | 2 |
| опоздать | 4 | 0 |