Использование рисуночных тестов как средство преодоления страхов у дошкольников с нарушением зрения

Содержание

страх дети нарушение зрение

Введение

. Теоретический анализ литературы по проблеме изучения страхов у детей дошкольного возраста

.1 Понятие страхов в детской психологии

.2 Литературные данные по проблеме изучения страхов дошкольников с нарушением зрения

.3 Подходы к преодолению детских страхов

. Изучение особенностей страхов у детей с нарушением зрения

.1 Организация исследования

.2 Результаты исследования

. Содержание коррекционно-развивающих занятий как средство преодоления страхов

Заключение

Список литературы

Введение

**Актуальность исследования.** Страх является природным инстинктом самосохранения, основан на инстинкте самовыживания, способствующий выживанию и самозащите, обусловленный угрозой или мнимой угрозой и проявляется физическими изменениями организма такими как изменение частоты пульса, частоты дыхания, показателях артериального давления, выделении желудочного сока.

До настоящего времени исследования страхов в детском возрасте строились в основном на анализе содержания объектов и явлений, которые вызывали тревожные неприятные переживания у детей. В качестве основания такого подхода можно рассматривать теоретические положения об эмоциональном образе (А. В. Запорожец). В ходе развития детей в дошкольном возрасте в структуру эмоциональных реакций постепенно начинают включаться познавательные процессы, что приводит к возникновению «синтетических эмоционально-гностических комплексов» - эмоциональных образов, «которые моделируют смысл определенных ситуаций для субъекта и начинающих регулировать динамическую сторону поведения». А. В. Запорожец писал, что «в эмоциональных образах получает отражение объективная действительность, но это отражение пристрастное, осуществляемое с позиций заинтересованной в нем личности». В объектах, включенных в эмоциональный образ, для ребенка воплощаются смыслы пережитых ситуаций (Е. Л. Подзорова, Я. 3.Неверович, Л. П. Стрелкова и др.). Известно, что страх существует независимо от культуры и уровня развития народа, со временем изменяются объекты страха. Именно через их изучение можно понять факты детской жизни, вызвавшие эти негативные переживания.

Страх, одна из основных человеческих эмоций, изучался в различных психологических школах и направлениях (У. Джемс, Н. Ланге, К. Изард, Ст. Холл, 3. Фрейд и др.). Существуют разные определения, выделены виды и формы страха, сформулированы функции и выявлены причины возникновения.

Изучением страха в психологической и педагогической науках занимались как зарубежные (Д. Боулби, Рэчмен, Черсворт, Грэй, Томкинс, Рейнгольд и др.), так и отечественные ученые. (А. И. Захаров, Е.Г. Макарова, Спиваковская А.С., Панфилова М. А., Овчарова Р.В., Неймер Ю.Л. и др.).

Несмотря на столь обширные исследования в зарубежной и отечественной литературе, тема данного исследования остается недостаточно изученной.

Выявление особенностей проявления страхов у детей старшего дошкольного возраста является **проблемой** данного исследования.

**Объектом исследования** являются дети старшего дошкольного возраста.

**Предметом исследования:** страхи детей старшего дошкольного возраста.

**Цель исследования:** теоретически обосновать и экспериментально выявить возможности использования рисуночных тестов как средство преодоления страхов у дошкольников с нарушением зрения.

1. Описать особенности детских страхов

2. Рассмотреть дошкольников с нарушением зрения как группу детей с особыми потребностями

3. Описать подходы к преодолению детских страхов

4. Провести исследование рисуночных тестов как средство преодоления страхов у дошкольников с нарушением зрения

**Методы исследования:**

теоретический анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования;

тестирование детей в детском центре;

качественная и количественная обработка результатов исследования.

**Практическая значимость исследования** состоит в том, что полученные результаты исследования могут быть применены воспитателями в методической работе в дошкольном учреждении; формы работы с родителями, рекомендованные нами также могут найти место в деятельности дошкольного учреждения по предупреждению развития страхов у детей старшего дошкольного возраста.

**Структура работы**: состоит из введения, 3 глав, заключения, выводов, списка литературы.

1. Теоретический анализ литературы по проблеме изучения страхов у детей дошкольного возраста

1.1 Понятие страхов в детской психологии

В отечественной и зарубежной психологии авторы с разных точек зрения подходят к определению содержания понятия « страх ». Так, А.И. Захаров, В.И. Гарбузов, М.П. Чередникова и др. рассматривают содержание страха, как тесно связанное с характером межличностных знаковых социальных взаимоотношений.

Другие авторы: З. Фрейд, А. Фрейд, Э. Фромм и др. определяют страх, как аффект который возникает в субъективной ситуации.

В современном словаре по психологии под редакцией В.В. Юрчук мы находим, что «страх - аффективно чувственная эмоция, которая возникает в обстоятельствах превентивности - угрозы - боязни за свою социальную или же биологическую экзистенцию у субъекта».

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

Чувство страха является одной из самых распространенных реакций в детском возрасте, так как инстинкт самосохранения выражен сильно, а жизненный опыт еще не сформирован.

Считается, что дети наиболее сильнее подвержены страхам, нежели взрослые, так как когнитивный аппарат для переработки раздражителей у них еще не сформировался. В наибольшей степени это затрагивает детей с ОВЗ [40].

Иванова Н.Ф. определяет страх как одну из опасных эмоций, которая становится причиной многих заболеваний в физической и психической сферах [33].

Анализ научной литературы и исследований по данной проблеме показывает, что для психологической науки проблема страхов является не новой.

Проблема страхов у детей была и остается актуальной и в настоящий момент, особенно у детей с ограниченными возможностями здоровья. С поступлением в школу связанно возникновение большинства страхов у детей. Будучи в детском саду дети должны пройти тесты на выявление тревожности и преодолеть барьер страха в своём сознании до поступления в школу.

Проблемой страхов занимались многие учёные.

Упоминание о страхе можно встретить в работах мыслителей как Древнего мира, античности, Нового времени, так и современности. Понятие страха рассматривали в рамках конкретных концептуальных систем. Но наиболее значимыми и интересными являются устремления Аристотеля, взгляды Декарта, который определял страх как изумление, боязнь, и крайняя степень трусости. Так же важным считается и учение Б. Спинозы, его системный подход к пониманию страха. Б. Спиноза считал, что Страх возникает вследствие бессилия духа (цит. Б.Спиноза).

Ф. Рузвельт предполагал, что «Единственное чего следует бояться - это самого страха».

Философ Ларс Свендсен писал, что «Вся наша жизнь пропитана страхом», философ Наргис Шинкаренко считает что наш страх - это всего лишь побочный эффект благополучия, что не делает его менее реальным [38].

Описывал страх и предполагал, что это не то от чего мы страдаем против воли, а наоборот, каждый человек добровольно подвергает себя, чтобы спастись от однообразной повседневности. Страх помогает нам выжить [38].

Д. Юм диалектически соединил "верхностные” (ситуационные) и базисные (индивидуальные) причины страха. Описание сущности страха и роли, которую он играет в человеческой жизни на духовном уровне, можно встретить в художественной литературе и в работах экзистенциалистов.

Декарт утверждал, что существует множество определений и представлений о том, что такое страх. Некоторые противопоставляют страх надежде, понимая его как склонность души, направленную на убеждение о несбыточности желаемого.

Т. Гоббс же считал страх атрибутом естественного состояния человека.

Ж.-Ж. Руссо же, наоборот, считал, что естественное состояние характеризуется отсутствием вражды и страха, а общественное - их наличием. Л. Фейербах же связывал страх с религиозным отчуждением.

Проблема страха нашла отражение и в философии Хайдеггера. Согласно этому философу, страх порождается бытием - присутствием и, в отличие от боязни, указывает на него и открывается ему.

С точки зрения Н.А. Бердяева страх связан со страданием, он переживается как страдание. Он есть боязнь страдания. Нельзя оторвать страх от этого центрального явления человеческой жизни [22].

Р. Эммануэль рассматривает страх как сигнал, предупреждающий о появлении опасности и о том, что индивид может испытывать эмоции, способные привести его психику в состояние неуправляемой беспомощности [37].

По мнению И.П. Павлова - страх считается проявлением естественного рефлекса, пассивно - оборонительной реакцией с лёгким торможением коры больших полушарий. Страх имеет защитный рефлекс и основан на инстинкте самосохранения; сопровождается определёнными физиологическими изменениями высшей нервной деятельности, отражается на частоте пульса и дыхания, показателях артериального давления, выделением желудочного сока [27], но также возникает в ответ на действие угрожающего стимула 1) смерть и 2) крах жизненных ценностей.

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

Поэтому воспитание устойчивости к страху обычно направлено не на избавление от него, а на выработку умений владеть собой при его наличии. Таким образом, страх используется как фактор регуляции поведения [29].

Н.Н. Калацкая и Ф. Шигабиева отмечают, что на ребенка обрушивается множество неблагоприятных факторов, способных затормозить развитие потенциальных возможностей личности [31].

По мнению А.С. Спиваковской, страх относится к специфическому острому эмоциональному состоянию, это реакция, которая проявляется в опасной ситуации. Страх вызывается конкретной близкой опасностью, которая уже наступила [34].

Главная мысль в книге «Основные формы страха: Исследование в области глубинной психологии» Ф.Римана в том, что страх - неизбежный спутник нашей жизни, который неотступно пронизывает нашу жизнь, но не всегда осознается и возникает в сознании лишь на мгновение, концентрируясь на внутренних или внешних переживаниях. При этом оказывает двойственное воздействие на человека: с одной стороны, страх активизирует нас, а с другой - парализует [5].

В трудах А. И. Захарова страх описывается как защитная реакция человека на опасность, которая способна не только парализовать, но и мобилизовать волю к сопротивлению. Неврозы приводят людей к пассивному состоянию, человек в этом состоянии не способен оказывать сопротивление страху, уходя в себя настолько, что не может общаться с людьми, ему кажется, что его везде подстерегает опасность.

Ребенок не может ничего делать самостоятельно, начинает лебезить, заискивать, часто заикаться, просить прощения, прячет глаза, становится беспомощным [28].

Так же, в своих работах Захаров А. И. объясняет, что частым последствием развития страха как подконтрольного процесса являются такие панические реакции, когда опасность приобретает гигантские размеры, могут сопровождаться неоправданной агрессией, бегством или торможением. Страх порождает неуверенность, ослабляет чувство удовлетворенностью жизнью, и все кажется бесперспективным и унылым.

По мнению Колакоглоу К. и Савиной Е.А. страх - это первичная эмоция, вызываемая нависшей опасностью или угрозой. В психоанализе страх был затенен тревогой, которая определялась иногда как иррациональный страх. Напротив, страх рассматривался как объективированная тревога [21].

Чтобы не путать понятие страха и тревоги, постараемся раскрыть смысл второго.

Между страхом и тревогой различия незначительны, беспокойство - чувство, которое их объединяет.

Тревога - это предчувствие опасности и возбуждение при этом, ужас, затормаживающий все остальные эмоции,- незамедлительная реакция на опасность занимает промежуточное место между тревогой и ужасом.

Голутвина В. определяет тревогу как общее состояние ожидания неприятного события, которое отразится не столько на нашем здоровье, сколько на восприятии мира и самого себя [17].

Астапов В. М. считал, что разница между тревогой и страхом проста: страх - реакция на конкретно существующую угрозу; тревога - состояние неприятного предчувствия без видимой на то причины (причина существует только в сознании человека).

В книге одного из теологов прошлого века Пауль Тиллих (1886 - 1965) в книге “мужество быть” пытается найти выход из ситуации тотального страха. Он также исходит из уже сформулированного вывода, что страх и тревога различимы, но неразделимы, они имманентно присущи друг другу: “Жало страха, - пишет он, - тревога, а тревога стремится стать страхом. Страх - это боязнь чего - либо“ [36].

По мнению Ирины Стишенок следует отличать страх от тревоги, а тревогу - от тревожности. Тревога - это комбинация некоторых эмоций, страх - лишь одна из них.

Страх и боязнь - характерны для детей дошкольного возраста, а тревожность и опасения - для подросткового. В младшем школьном возрасте страх и боязнь, тревожность и опасения могут быть представлены в одинаковой степени [26].

Захаров А.И. отмечает условные различия между тревогой и страхом:

1) тревога - сигнал опасности, а страх - ответ на нее

2) тревога - скорее предчувствие, а страх - чувство опасности

3) страх обладает тормозящим воздействием на психику, а тревога - возбуждающим.

При этом тревога характерна для лиц с холерическим темпераментом, а чувство страха - для людей флегматическим темпераментом

4) стимулы тревоги имеют - неопределенный и абстрактный характер, а страх - определенный и конкретный, образуя психологически замкнутое пространство

5) для тревоги характерна проекция в будущее, а для страха характерно травмирующий опыт из прошлого (как воспоминание об опасности)

6) тревога - рациональный (когнитивный) и левополушарный феномен, а страх - эмоциональный, иррациональный и правополушарный феномен.

7) тревога - социально, а страх - инстинктивно обусловленные формы психического реагирования при наличии угрозы [35].

Исходя из исследования В. В. Лебединского, можно сказать, что появление определенных страхов совпадают во временном отношении со скачком в психомоторном развитии ребенка.

«Страхи - это разновидность отрицательных эмоций, защитно- приспособительного характера, часто встречающихся у детей» [23].

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

По мнению С. Томкинса (1963), страх - самая токсичная, самая пагубная эмоция [31].

В своих трудах П. С. Гуревич описывает страх такой метафорой: “Привнесенный человеком страх образует целую вселенную. Он гнездится на всех ярусах человеческого существования. Стоглавый и сторукий он заполняет не только сознание, но и бездны подсознательного“ [9].

Страх - это физиологическая реакция на внешние раздражители. Это понятие является достаточно широким, оно включает в себя и внезапный испуг, и осознанное чувство, когда мы знаем, чего ждать, но ничего хорошего будущее нам не предвещает.

Так же, страх может быть навеян реальной ситуацией, а может быть внушен окружающими нас людьми.

Внушенные страхи, по мнению Голутвиной В. (страх темноты, мифических существ, чужих людей и т.д.) - это все страхи, в которых реальная опасность усиливается воображением [17].

Рассматривая данное понятие через словарную литературу, то предстает следующая картина: “Страх - отрицательная эмоция в ситуации реальной или воображаемой опасности. Философское понятие страха было введено С. Кьеркегором. Он ввел различия в том, что эмпирический страх- боязнь перед конкретной опасностью и безотчетный метафизический страх, специфический для человека”.

По определению психологического словаря мы видим, что страх - состояние, возникающее в ситуациях, когда мотивация избегания не может быть реализована. Локальный страх может стать генерализованным.

Как показано в экспериментах И.П. Павлова - и Дж. Вольпе, на основе генерализованного страха - он приобретает форму личностной нелокализованной тревожности -, или становится фобией - По Х. Айзенку, предпосылками возникновения тревожности выступают высокие показатели таких личностных факторов, как невротизм и интроверсия.

С медицинской точки зрения понятие “страх” (Fear) обозначает эмоциональное состояние, вызванное угрожающей опасностью, и характеризующееся неприятными субъективными ощущениями человека наряду с физиологическими и поведенческими реакциями. Отличие страха от тревоги заключается в том, что страх всегда имеет конкретный объект. Поведенческие изменения у человека связаны с тем, что он старается избегать предметов и ситуаций, вызывающие у него страх; такие изменения могут быть совершенно неприемлемыми для обычной жизни (боязнь открытых пространств). Специфические неприемлемые для обычной жизни страхи называются фобиями.

Многие исследователи изучали понятия “страх”, тревога, фобия, тревожность, и при этом определяли их как синонимы; Выделили общие причины, такие как - появление неврозов, психосоматических отклонений, и дезадаптация. С точки зрения психологии в определениях этих понятий упор делается на переживаниях человека, их связь с его психикой. Считается, что страх - неотъемлемая часть человеческого существования, организация внутреннего духовного мира [10].

В медицинской литературе описаны навязчивые страхи у детей. Но если ребенок при этом не переживает острого состояния со всеми симптомами аффекта (дрожь, бледность, расширенные зрачки, холодные конечности и др.), то можно и не очень опасаться - невротического здесь ничего нет. Но если страх действительно навязчив, и ребенок не может от него избавиться, если он каждый раз дрожит от ужаса, когда сталкивается с предметами, вызывающими у него чувство страха, то необходимо обратиться к врачу-психоневрологу [16].

Гуревич П.С. в своих работах определяет страх, как и душевное явление, которое можно наблюдать в себе самом едва ли не каждый день [7].

Доктор Андрей Курпатов рассматривает страх как инстинктивную команду к бегству. Описывает нормальный страх - как реакцию на фактически существующие неблагоприятные внешние обстоятельства, а беспокойство, вызванное предположением о неблагоприятном исходе, вызывает у человека невротический страх и чувство тревоги. Следовательно, наши страхи - это воспоминания о пережитых неприятностях, спроецированные нами из прошлого в будущее [23].

В своих трудах А.И. Захаров описывает страх своеобразным средством познания окружающей действительности, которое выполняет определенную социализирующую или обучающую роль в процессе формирования личности, а так же выражением веры эмоционально чувствительных и впечатлительных детей в наличие тех опасностей, которые олицетворяют сказочные образы или образы страха, внушенные взрослыми. Подобный страх ослабевает по мере накопления реального жизненного опыта и развития самосознания [19].

Обычно переживаемый страх сковывает инициативу, сдерживает самостоятельность, волю и свободу ребенка, уничтожает уверенность в себе. При этом Акрушенко А.В. фиксирует, что сильное чувство страха может навсегда «вонзиться» в психику ребенка, острые приступы страха человек будет испытывать не только в реальных ситуациях, но и в воображаемых [8].

Солодянкина Е.Г. делает акцент на том, что из-за постоянного ощущения страха могут возникнуть мышечные зажимы, так как ребенок постоянно пребывает в состоянии напряжения.

Такое состояние с самого раннего детства влечет за собой отклонения, которые нарушают природные компоненты индивидуальных особенностей [29].

В страхе присутствует такой эмоциональный компонент в виде чувства волнения и беспокойства, т.е. в этом понятии отображено восприятие угрозы или отсутствие чувства безопасности.

Маргарита Аннегрет Штааб считает, что даже в норме любые новые сильные либо внезапные раздражители могут вызвать у ребенка страх.

Субъективное ощущение интенсивности или неизвестности раздражителя зависит от степени привыкания к нему, т.е. при частой повторяемости пускового стимула страх может уменьшаться.

Кроме того, в результате когнитивной переработки формируются более сложные по структуре страхи, вследствие чего бывает трудно выявить их пусковые стимулы. Детские страхи, как правило, транзиторны, т.е. в значительной степени подлежат спонтанной ремиссии. Поэтому их прогностическая ценность относительно дальнейшего психического развития невелика [13].

Детские страхи - это обычное явление для детского развития. В некоторых случаях, страх, как переживание, может нести положительную роль, если в последствии он забывается. Но в том случае, если ребенок длительное время испытывает страх, то у него может возникнуть предневротическое состояние, которое может трансформироваться в патологическое состояние - невроз страха.

Так же страх выполняет охранную функцию, потому что помогает увести человека от опасностей, возможности получения травмы, избежать излишнего риска.

Сами по себе детские страхи имеют временный характер, и, как правило, обусловлены возрастными особенностям.

Бердникова Ю. отмечает, что приблизительно в 4-5 лет наступает период развития, который характеризуют как «возраст страхов». Обычно этот период длится до 7- 8-ми лет, а порой и дольше [22].

Как определяет Данилова О.В., в большинстве случаев причинами возникновения страхов являются психологические травмы, неправильное воспитание в семье, а так же поведение родителей, испуг, впечатлительность ребенка, и просмотр телевизионных передач определенного содержания [18].

Арефьева Т. А., Галкина Н. И. утверждают, что порой страхи могут быть связаны с внутрисемейными проблемами - в наиболее тяжелых случаях ребенок может бояться семейного насилия (когда родители бьют ребенка, либо кто-то из семьи пугает малыша) [5].

Акопян Л. С. делает акцент на то, что источником страхов могут стать - взрослые, близкое окружение ребенка (родители ребенка, бабушки, воспитатели детских учреждений), способные своим волнением ненамеренно заразить ребенка страхом (либо излишне настойчиво, указывая на наличие опасности) [2].

Как выделяют Саржанова А.С., и Егенисова А.К. еще одна из наиболее частых причин страха - является детская фантазия, когда малыш сам придумывает себе предмет страха. При этом каждый ребенок по-разному реагирует на свои же фантазии. Некоторые дети их забывают сразу, а у кого - то это может привести к непоправимым последствиям [37].

Т. Гаврилова отмечает, что детские страхи - это эмоциональные реакции детей на ситуацию угрозы, может быть реальной или воображаемой, либо на опасный в представлении детей объект, от которого у них возникает желание убежать или спрятаться. Первичная эмоция страха наблюдается уже у новорожденных. Затем страхи социализируются и возникают как реакции на новые объекты и ситуации. Закрепление в эмоциональной сфере ребенка первичного страха расширяет зону его социальных страхов, повышает чувствительность к носителям угрозы. Страхи детские развиваются при недостатке родительского принятия и тепла, когда дети не чувствуют себя защищенными [9].

Если рассмотреть причиной испуг, то сам по себе он может не представлять серьезной угрозы для здоровья детей. Голутвина В. Это объясняет тем, что малыш может забыть об испугавшем его происшествии, если страх вызванный им не будет наслаиваться на повышенную нервозность, на общую угнетающую атмосферу или с неприятными моментами в жизни. Тогда страхи могут укорениться в сознании, повлиять на неокрепшую психику, изменить характер и вызвать тяжелые формы невротических расстройств [17].

Жизнь ребенка в мегаполисе 21 века сопряжена борьбой с такими страхами, с какими не приходилось сталкиваться детям предыдущих поколений: ужасы компьютерных игр и фильмов, негативная информация, поступающая с экранов телевизоров, радио и печатных изданий и т.д.

Васильева Е.В. считает, что любой страх или немотивированное беспокойство влечёт за собой значительные изменения в поведении ребёнка, что отрицательно сказывается на его психическом развитии, изменяет черты его характера, негативно влияет на воспитание и обучение. Психические изменения, происходящие под влиянием страха, приводят к искажению процесса онтогенетической социализации, развитию социально- психологической изоляции личности [8].

Изначально страдает эмоциональная сфера, из-за того, что страх окутывает все чувства тревогой, затормаживая, при этом, все эмоции, а в первую очередь - положительные - ребенок перестает смеяться, улыбаться и весь мир предстает перед ним в мрачных тонах, безрадостным и унылым.

Страх - неотъемлемая часть нашей жизни.

По мнению Кузнецовой Е.Н. множество ситуаций сопровождаются чувством страха, это подразумевает то, что под угрозу поставлено спокойствие или безопасность любого человека. Страхи, отличающиеся наибольшей устойчивостью, являются наиболее опасными. Они являются причиной неврозов и фобий [21].

Как было отмечено в книге А. Ульянова «Детские страхи. Секреты воспитания..», страх необходим для выживания; способный подстегнуть личное и социальное процветание. Поэтому люди предрасположены испытывать страх, а отсутствие страха может свидетельствовать о патологическом отклонении [28].

Интенсивное переживание страха запоминается надолго.

Ярушкин Н. Н. и Сатонина Н. Н. дают определение понятия “страх” - это, прежде всего, биологическая эмоция, в основе которого лежит тревога [29].

Но так же считают, что данные понятия неравнозначные, потому как страх - это специфическая эмоция, выделенная в отдельную категорию.

А тревога это определенная комбинация эмоций, а страх является лишь одной из них.

Страх - это комплекс физиологических изменений, проистекающий из ожидания угрозы или опасности.

У маленьких детей ощущение угрозы или опасности сопряжено с физическим дискомфортом и с неблагополучием физического “Я”.

В качестве причин страха Томкинс (Tornkins, 1963) называет драйвы, эмоции и когнитивные процессы. Некоторые исследователи (Bowlby, 1973) рассматривают развитие эмоции страха как функцию качества привязанности ребенка к матери. Другие исследователи, говоря о причинах страха, выделяют специфические события и ситуации [23].

Как отмечают психологи, многие из причин лежат в области семейных отношений. Таковыми являются: непоследовательность в воспитании, попустительство, негативное, требовательное отношение к ребёнку (порождает в нём тревогу и новые страхи, из-за чего формируется враждебность к миру, особенно это затрагивает детей с ограниченными возможностями).

Многие ученые сходятся во мнении, что фобии - это выраженные и иррациональные страхи, которые связаны с некоторыми ситуациями или объектами, - являются приобретенными расстройствами.

Джейкобс и Нэйдел (Jacobs, Nadel, 1985) утверждают, что страхи и фобии имеют специфические характеристики [35].

Одной из ведущих является классификация А.И. Захарова. Он выделяет семь групп страхов у детей:



Медицинские страхи

Страхи, связанные с причинами физического ущерба Страхи смерти: боязнь умереть; того, что умрут родители Страхи животных, сказочных персонажей



Страхи, связанные со сном

Социально - опосредованные страхи Пространственные страхи [16].

По мнению Маргариты Аннегрет Штааб причинами детских страхов могут послужить следующие ситуации: нарушения детско-родительских взаимоотношений; тяжелые состояния страха у родителей; психосоматические заболевания; порочные методы воспитания ребенка (побои и издевательства) [27].

С. Ю. Мамонтов разграничивает страхи на четыре группы:

. Экзистенциальные страхи, т. е. страх перед смертью и самим процессом умирания, страх перед свободой, страх перед одиночеством и изоляцией и т.д.

.Опасения по поводу собственной бездарности - страх неудач и поражения, боязнь говорить, выглядеть хуже других.

3. Социальные страхи.

4. Фобии и связанные с ними приступы паники [19];

И.Е. Кулинцова условно разделяет страхи на две группы: врожденные (возрастные) и приобретенные.

Врожденные страхи характерны для определенных возрастных категорий детей:

в 6-7 лет выражен страх смерти. В этом возрасте у ребенка формируется чувство времени и пространства и появляется концепция жизни. В этом возрасте приходит осознание того, что жизнь не бесконечна, что люди рождаются и уходят из жизни (касается его и его семьи).

Обычно переживание страха проходит за 3-4 недели; если страх не ослабевает, то это состояние можно рассматривать как невроз.

Причины приобретенных страхов:

. Конкретное событие, произошедшее с ребенком. Страх может быть связан с объектами и лицами, такие как: страхи собак, отрицательных персонажей, "нехороших" людей - такие страхи легче поддаются коррекции и могут пройти самостоятельно, если не будет повторения неприятных событий. Но не каждый ребенок приобретает страх в результате травмирующих событий.

. Многое зависит от особенностей характера ребенка, от степени его эмоциональной чувствительности и восприимчивости.

Дети - дошкольники из неблагополучных семей чаще своих сверстников боятся смерти, животных, заболеваний, природных стихий. Таким детям чаще снятся кошмары [34].

Более строго к ним подошел Зигмунд Фрейд. По его мнению, существует всего две категории страха: реальный; невротический.

Реальный страх - это страх перед известной человеку опасностью, который является рациональным и понятным, и представляет собой реакцию на восприятие внешней опасности, является выражением инстинкта самосохранения.

А невротический страх связан с опасностью, неизвестной человеку, возникающий на основе восприятия внутренней, а не внешней опасности (т.к от внешней опасности еще можно спастись бегством), то попытка бегства от внутренней опасности - дело трудное, способное завершиться болезнью.

Так же в психоанализе З. Фрейда страх подразделяется на 2 вида:

- аффективное состояние ожидания опасности

- страх перед каким - нибудь объектом.

Но при этом З. Фрейд пытался классифицировать невротический страх, и выделил 2 его формы:

- невроз страха (актуальные неврозы)- как свободный предметный страх “страх ожидания”

- фобии (связанные с истерией страха) - сопряжены с конкретными объектами и ситуациями.

Он считает, что страх это чисто субъективное состояние, возникающее в результате развития страха, и такое состояние отмечено особой аффективностью. Поэтому определяет его как специфическое аффективное состояние (с этой точки зрения, аффективное состояние сходно с истерическим припадком, который кристаллизует “осадок воспоминаний”) [33].

В своих трудах Ю. В. Щербатых отмечает, что изменение характера страха у детей находится в тесной связи с общим развитием их мозга, и в частности, с формированием процесса мышления, которое помогает определять обстоятельства, которых действительно нужно бояться, от тех, где отсутствует реальная угроза [39].

При этом автор считает, что страх смерти является одним из самых глобальных и вечных страхов человечества [39].

Существуют различия в характере переживания тревоги и страхов у детей разных возрастов. В дошкольном (5-6 лет) и младшем школьном возрасте наиболее часты переживания страха, когда угрожающим является конкретизированный, эмоционально насыщенный образ, часто носящий фантастический, иррациональный или преувеличенный характер.

Учеными выявлено существование у детей страха, который связан с символическими структурами сознания, с мифологичностью мышления (страх различных мифологических персонажей). Данный подход обращает внимание на страхи-заместители, которые могут являться надстройкой над всеми остальными детскими страхами, и которые связаны с культурно - историческим развитием общества [25].

Причинами детских страхов, по мнению Шишовой Т. Л., могут стать так же и последствия конфликтов в семье, ссоры родителей, из - за которых очень переживает ребенок, хоть внешне это ничем невыказывая. Основная причина кроется в особенностях психики ребенка. Особенно тяжело приходится чувствительным и впечатлительным детям, они чаще всего могут быть подвержены страхам [30].

Причины: излишняя тревожность родителей; гиперопека; запугивание детей родителями; на формирование детских страхов оказывает обстановка в семье (конфликты, работа и активное участие в общественной жизни в ущерб семье); невнимание к ребенку; внутрисемейные конфликты и телесные наказания; конфликты со сверстниками могут быть причиной страха у ребёнка; старшим дошкольникам наиболее неприятны и даже опасны оскорбления, которые также снижают самооценку ребенка; большую роль в возникновении страхов может сыграть испуг или психическое заражение, когда ребенок узнает от сверстников, что чего-то "надо бояться".

И все же, основная причина детских страхов - богатая фантазия детей, именно поэтому детские страхи чаще появляются в возрасте 4-6 лет, когда развитие воображения и эмоциональной сферы резко ускоряется.

Порой и сама мама ребенка может находиться в эмоциональном кризисе, (испытывать депрессию), в этом случае ребенок, тонко чувствующий состояние матери, может “заразиться” от нее беспокойством и трансформировать его в какой - то присущий его возрасту страх.

А порой и разговоры при ребенке о смерти, болезнях, несчастных случаях и убийствах могут послужить источниками детских страхов.

Телевидение - мультфильмы и фильмы - «ужастики», реклама, и особенно передачи для взрослых, смакующие тему насилия могут спровоцировать возникновение страхов у детей.

Страхи детей часто имеют мало общего с реальностью, т.к. иррациональные страхи в большинстве случаев бывают намного сильнее, чем страхи реальные, и именно они преобладают. Таким образом, Михайлюк Р., считает, что ребенку необходимо знать, что он достоин любви несмотря ни на что. Чего бы ребенок не боялся - его страх вполне реален [29].

Страхи, которые отличаются устойчивостью, являются наиболее опасными.

Захаров А.И. выделяет следующие виды страхов: ситуативный и личностный. Ситуативный страх возникает в необычной, крайне опасной или шокирующей взрослого человека или ребенка обстановке (при стихийном бедствии, нападении собаки и т.д.). Часто он появляется в результате психического заражения паникой в группе людей, тревожных предчувствий со стороны членов семьи, тяжелых испытаний, конфликтов и жизненных неудач [14].

Так же Захаров А.И. отмечает, что дети 6 лет боятся смерти, а категория смерти - эта реальность, которую ребенок должен признать как нечто неизбежное в жизни. Именно нежелание признавать эту неизбежность и порождает страх, означающий эмоциональное неприятие “рациональной” необходимости умереть.

В книге "Психотерапия неврозов у детей и подростков" Захаров А. И. классифицирует страх как ситуативно и личностно обусловленный острый и хронический (постоянный) инстинктивный и социально опосредованный боязнь и тревожность как состояния, соответствующие страху и тревоге реальный (при конкретной угрозе) и воображаемый (на уровне представлений).

По степени выраженности автор делит страх на ужас, испуг, собственно страх, тревогу, опасения, беспокойство и волнение [29].

Как считает Ирина Стишенок, причинами страхов у детей могут быть:

- отвергнутая, вытесненная агрессия; - недостаток ощущения защищенности;

- страх быть оставленным при латентных (скрытых) супружеских конфликтах у родителей; - перенятый у родителей страх;

- бедность, отсутствие работы у родителей, насилие, пьянство родителей или других совместно проживающих родственников; - собственное тяжелое заболевание ребенка; - смерть родственника ребенка или его знакомого; - установки родителей и педагогов: страх «быть не тем», социального несоответствия и неприятия.

Существуют также «невидимые» страхи - привидения, инопланетяне и др. Они существуют больше в воображении - как возможная угроза, опасность.

Вместе с тем, анализ рассказов детей позволяет предположить, что в центральном, «ядерном» компоненте многих страхов в значительной части случаев присутствуют признаки реальной угрожающей ситуации. Подразумевается вполне реальное, рациональное соотношение между характером образа, воплощающего страх, и содержанием имевшей место в истории жизни ребенка травмирующей, точнее, по-видимому, микротравмирующей, ситуации или ряда ситуаций (А.И. Захаров, цит. соч., Н. Пезишкиан, 1986).

Страх может появиться неожиданно или в такой форме, когда его очень трудно опознать. Он умеет маскироваться под гнев, усталость, благие намерения, осуждение, недовольство, он прячется за занятостью, отсутствием времени, непокладистым характером и т.д. Некрасова 3. отмечает, что распознать свой страх - избавиться от него - это самое важное, что надо сделать. Нужно только понять: как только мы начинаем опасаться, бояться чего-то, усиленно осуждать себя или других за неправильные поступки - мы попадаем в ловушку страха [22].

Дети дошкольного возраста боятся многого, но самый максимум страхов приходится в 5-8 лет.

В 6 лет иногда возникает страх смерти, обусловленный осознанием категорий времени и пространства, необратимости происходящих возрастных перемен.

Обычно он не выражается прямо, а проявляется в типичных для этого возраста страхов, таких как: нападения, стихии, огня и др, появляется не достигший еще максимума страх войны - эти страхи символизируют угрозу для жизни и встречаются у каждого второго ребенка. Так же, Ветрова О. Е. считает, что страхи обостряются при конфликтных отношениях в семье, при заболевании одного из родителей, а также при хирургических операциях у детей [12].

К возрастно - специфическим личностным особенностям у детей шести лет, способных повлиять на процесс формирования навыков совладания со страхами, относят повышенную эмоциональную лабильность, которая связана с когнитивными усилиями по переработке субъективного опыта контактов с миром [43].

И.А. Коробейников отмечает, что в связи с повышенной эмоциональной неустойчивостью находится сниженный порог к возникновению и закреплению всякого рода страхов [28].

У чувства страха есть много градаций. Если человек лишь немного боится чего-либо, то он испытывает опасение или легкую боязнь, слабо выраженную тревогу или беспокойство. При усилении психологического дискомфорта тревога и беспокойство перерастают в страх, который может быть слабым, умеренным и очень сильным. Далее Кузнецова Е.Н. отмечает, что человек способен переживать чувство ужаса или кошмар. На основе перечисленных градаций существует классификация страха по силе [46].

Таким образом, мы рассмотрели различные точки зрения ученых относительно определения ими понятия «страха».

Раскрыли содержание данного понятия, а так же определили место страха в структуре эмоциональных состояний.

Провели сравнительный анализ страха и тревоги, страха и других эмоций (А. И. Захаров, В. Голутвина, И. Стишенок и др.).

С точки зрения многих авторов, страх - это одна из опасных и очень сильных эмоций, которая оказывает значительное воздействие на ребенка и его психическое развитие (К. Изард, А.И. Захаров и др.)

Мы раскрыли причины возникновения страхов, где многие авторы считают основными причинами их появления особенности семейного воспитания, стиль взаимоотношений в семье, игнорирование и пренебрежение к ребенку, а также индивидуальные особенности психического развития и конкретные социальные условия, в которых происходит формирование личности ребенка

Мы осветили формы проявления и последствия страхов. Рассмотрели влияние страхов на психические процессы, а также привели классификацию страхов. По этому поводу следует отметить, что в современной психологии эмоций универсальной классификации страхов не существует, так как страхи делят по интенсивности и силе, а так же по биологической, психологической и социальной значимости.

1.2 Литературные данные по проблеме изучения страхов дошкольников с нарушением зрения

В настоящее время, согласно данным исследований в коррекционной педагогике и психологии, в мире живут около 180 миллионов детей с нарушениями зрения. При этом нарушения эмоциональной сферы как вторичный дефект у данной категории детей становятся все более разнообразными и трудными для осуществления коррекционной поддержки.

Трудности эмоционального развития ребенка с нарушениями зрения в дошкольном возрасте становятся фактором, осложняющим его взаимодействие со сверстниками и адаптацию в дошкольном учреждении и в школе. Эмоциональные расстройства негативно влияют на психическое здоровье дошкольников с нарушениями зрения, а также ограничивает их социальные возможности в процессе адаптации и интеграции.

Анализ психологической и педагогической литературы показывает, что эмоциональная сфера - класс субъективных психологических состояний человека, в отношении которого среди психологов до сих пор нет согласия, хотя его исследования ведутся уже много веков. В исследованиях большинства специалистов эмоциональная сфера рассматривается как «важнейшая система психики, тесно связанная с когнитивной, волевой, мотивационной сферами, влияющая на любое проявление человеческой активности и обеспечивающая адаптацию к изменяющимся условиям окружающей действительности» [3].

В дошкольном возрасте эмоциональное развитие претерпевает значительные изменения в сторону своего усложнения, устойчивости, дифференциации характеристик и интеграции их в единую целостную систему. Возрастную динамику эмоционального развития определяют эмоциональные новообразования, последовательно формирующиеся на различных этапах о н то генеза:

ситуативная вариативность эмоционального реагирования, расширение ряда эмоциональных модальностей (базовые - социальные, опознание эмоциональных состояний по выражению лица, социальное преобразование выражения эмоций, формирование структуры представлений об эмоциях, вербальное обозначение эмоций [1].

Развитие эмоций у детей с нарушениями зрения, по мнению Л. И. Фильчиковой, проходит особый путь: «…поскольку дети младенческого возраста с нарушениями зрения имеют врожденную патологию зрительного анализатора, то есть раннюю депривацию, то путь психического развития младенца с дефектом зрения является своеобразным как по темпу психического развития, так и по качественной его характеристике» [4].

В своих исследованиях Л. И. Плаксина отмечает, что значительному количеству детей с нарушениями зрения старшего дошкольного возраста присущи невротические проявления, которые имеют свою специфику и причины. Можно наблюдать подавленность в настроении, частые слезы, огорчения. В отдельных случаях проявляется повышенная возбудимость, раздражительность, быстрая утомляемость, рассеянность внимания, эмоциональная неустойчивость и конфликтность [41].

Исследования ученых показывают, что нарушение зрения вносит специфику в развитие всей личности ребенка и особенно велико его влияние на эмоциональную сферу ребенка. У детей со зрительным дефектом наблюдается своеобразие восприятия и недостаточность овладения компенсаторными навыками по созданию наглядно-чувственного образа, приводящие в свою очередь, к обеднению эмоционального опыта. Развитие эмоций у детей с нарушением зрения имеет ряд особенностей: преобладание отрицательных эмоций, повышенная тревожность, одиночество, повышенный уровень страхов.

Анализ литературных источников показывает, что специальных психологических исследований, посвященных изучению особенностей страхов детей с нарушениями зрения крайне мало**.**

Дошкольники с нарушением зрения характеризуются своеобразием психофизического развития, что проявляется в недостаточной двигательной активности, сложностях формирования двигательной сферы. В свою очередь, это вызывает у детей трудности пространственной ориентировки (6,12,13) и недостатки в ее развитии ограничивают в дальнейшем их самостоятельность и активность во всех сферах деятельности. Дети рассматриваемой категории (особенно с глубокими нарушениями зрения) спонтанно, самостоятельно не могут овладеть навыками пространственного ориентирования, а нуждаются в систематическом целенаправленном обучении (2,5,8,14).

1.3 Подходы к преодолению детских страхов

Особенно широко в коррекционной работе используется ведущая деятельность детей. В дошкольном возрасте - это 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 коррекции в дошкольном периоде. Опора на игровые, значимые для дошкольника мотивы в коррекционных занятиях делает их особо привлекательными и способствует успеху в коррекции. Важное место в коррекционной работе отводится арттерапии.

Арт-терапия в научно - педагогической литературе понимается в смысле заботы об эмоциональном состоянии и психическом здоровье личности посредством художественной деятельности. [47, с. 32]

Наш внутренний мир переполняют образы чувств и представления. Через них и происходит эмоциональное общение между людьми. Посредством чувств и образов бессознательное человека взаимодействует с сознанием. Чем интенсивнее и глубже это происходит тем сильнее в сознании откликаются произведения живописи, которые рассказывают особым языком о глубине душевной жизни. Поэтический язык сновидений чувств и переживаний, образов и фантазий непривычен для логически мыслящго жителя большого города, живущего в бешенном ритме. Но именно эта трудность познания «нарисованного языка» и придает ему такую важность, так как этот язык способен открыть необъятные возможности, отодвинуть горизонты способностей, ресурсов, творчества, креативности.

Арт-терапия это путь к установлению отношений между людьми. Посредством искусства человек способен не только лучше и подробнее узнать себя, но ему предоставляется возможность узнать большее и о других людях. Общаясь языком не словестный, я языком красок, оттенков, теней и форм человек получает для себя новый, незаменимый опыт, который он превозносит в жизнь и этим облегчает уже свое общение с другими людьми [46, с. 34].

Арт-терапия есть процесс осознания мира и себя самого. В творчестве воплощаются чувства надежды, страха, сомнения и ожидания, конфликта и примирения. Творческие возможности как взрослого, так и ребенка, которые реализуются в процессе проведения арт-терапии - это интеллектуальное, эмоциональное развитие, раскрытие творческого потенциала, реализация прав на достойную жизнь, попытка преодолеть все ограничения, которые могут быть вызваны различными причинами.

Арт-терапия это творческий поиск. Человек отвечает на извечные вопросы, типа «Кто я? Что я? Что такое мир, в котором я живу?» Творчество и является путем, на котором задаются эти вопросы, выявляются способы ответа и, в общем, и сам ответ.

Арт-терапия имеет особое значение для инвалидов, которые в силу своих психических и физических особенностей часто оказываются социально дезадаптированы, ограничиваются в социальных контактах. Опыт осознания себя, применение в деле новых навыков и умений, позволяют людям- инвалидам активно и самостоятельно участвовать в общественной жизни, расширяют горизонты их профессионального и социального выбора. Развитый творческий потенциал человека дает ему возможность более смело принимать решения, успешнее строить свою жизнь.

Как метод, арт-терапия безболезненна, у нее нет ограничений, всегда имеет ресурсы и может использоваться почти во всех направлениях психотерапии и педагогики.

Этот метод терапии предоставляет возможность безболезненного и безвредного доступа к дебрям психологического материала, помогает обходить цензуру сознания, вызывает массу удовольствия, стимулирует проработку бессознательных переживаний, обеспечивая дополнительную защищенность и понижая сопротивляемость к изменениям. Во время работы с символическим материалом в искусстве развиваются образно- ассоциативное мышление, а также слабо развитые или же заблокированные системы восприятия [48].

Арт-терапия является ресурсным методом, потому что находится вне повседневных стереотипов, а следовательно, расширяет жизненный опыт, добавляет уверенности. Чем лучше человеку получается выразить себя, тем полноценнее его чувство полноценности, неповторимости. Посредством арт- терапии формируется творческое отношение к проблемам жизни, так называемым «зигзагам судьбы», умение находить разнообразные методы с способы достижения поставленных целей, развиваются скрытые до сих пор способности к решению сложных жизненных задач творческим методом, не ожидая при этом какого-то вдохновения или условий.

Педагогами дошкольных образовательных учреждений в ходе коррекционной работы, в том числе и детских страхов, активно используются элементы:

1. Сказкотерапия. В педагогической работе сказки использовались давно. Сказки в дошкольном возрасте способствуют целенаправленному развитию речи. Доступными для понимания словами и в увлекательной форме сказки показывают ребёнку окружающую жизнь, поступки людей и их судьбы, показывают, к чему приводит какой-либо поступок героя. Услышать сказку - уникальная возможность «проиграть», пережить ситуации без ущерба для своей собственной жизни и судьбы, что ставит сказку в один ряд с эффективнейшими способами воспитательно-образовательной деятельности с детьми.

2. Песочная терапия. Песок - это прекрасный материал работы с ребенком любого возраста. Его использование в коррекционных целях не ново. С большим интересом дети принимают участие в выполнении заданий в «Юнгианской песочнице» с разнообразными наполнителями (песком, гречкой, рисом, манкой, мелкими игрушками). Использование такой песочницы стимулирует развитие мелкой моторики, позволяет зафиксировать речевые умения ребенка. Дети с огромным удовольствием строят, рисуют, повторяют в песочнице следы животных, сюжеты сказок, предметы на звуки и при всем этом сопровождают речью свои действия.

3. Цветотерапия. Педагогам нужно хорошо знать элементарную информацию о цветотерапии и использовать ее в учебно-образовательном процессе. Методика погружения в определенный цвет в современности активно используется в работе ДОУ. С пассивными, малоактивными детьми педагогами для активизации используются задания с использованием красного, жёлтого или оранжевого цветов. Это, например, задания с цветовыми фишками, цветовые фотографии и т.д. Гиперактивным детям предлагают упражнения с «холодными» цветами: голубым, зелёным или синим. Такие задания помогают развить у детей сосредоточение и внимание.

4. Терапия водой. Бесспорно, вода - первый и любимый детьми объект исследования. Вода является первым веществом, с которым с ребенок удовольствием знакомится. Она дает ему много приятных ощущений, дает развитие различным рецепторам, дает возможность практически неограниченному развитию познавательной активности. Ценность этой технологии заключается в том, что игра с водой является одним из самых приятных и веселых способов учебы. Это предоставляет возможность использования этой технологии для познавательного и речевого развития, также обогащения эмоционального запаса ребенка, которые могут возникнуть при трудной с адаптации.

5. Игротерапия - это воздействие на ребенка с помощью игр. Игра, безусловно, имеет огромное влияние на развитие ребенка как личности, способствует развитию общительности, коммуникабельности, налаживанию близких отношений, повышает уверенность. В игре развивается произвольное поведение ребенка и его социализация. [53, с. 26]

6. Музыкотерапия - метод, который укрепляет здоровье ребенка, доставляет ему удовольствие. Музыка помогает развитию творчества и фантазии. Мелодия воздействует особенно эффективно на гиперактивных детей, повышая интерес к окружающему миру, развивает культуру ребенка. Музыкотерапия есть метод психокоррекционного воздействия, который основан на возможностях действовать музыкой на личностное, волевое интеллектуальное эмоциональное и развитие.

Наибольшая активность в рисовании наблюдается в возрасте от 5 до 10 лет, когда дети рисуют сами, непринужденно и свободно, выбирая темы и представляя воображаемое так ярко, как если бы это было на самом деле. В большинстве случаев к началу подросткового возраста способность к спонтанному изобразительному творчеству постепенно ослабевает. Уже сознательно ищется правильная форма, композиция, появляются сомнения в достоверности рисунка, натурализм в изображении предметов. Подростки даже стесняются своего умения рисовать так, как им хочется, опасаясь выглядеть неловкими и смешными в представлении окружающих, и тем самым лишаются естественного способа выражения своих чувств и желаний. Рисование страха. Невротичный ребенок должен изобразить свой страх на листе бумаги. Это задание выполняется дома в течении двух недель. На повторном занятии ребенку предлагается подумать и изобразить на обратной стороне того же листа, как он не боится данного страха. Таким образом, бессознательный страх выводиться на уровень сознания, и, размышляя над своим страхом, ребенок самоизлечивается.

Проанализировав источники литературы по вопросу изучения страхов дошкольников с нарушением зрения, можно сделать вывод, что изучением данного вопроса занимаются и по сей день. Данная проблема изучена и обоснована недостаточно, т.к. невозможно создать единую программу, решающую все проблемы разом.

При работе с детьми с нарушением зрения следует учитывать их особое, специфическое отношение к оценке и результату сомоопределения и самоактуализации. Дети очень чувствительны к результатам собственной деятельности, боятся и избегают возможных неудач.

Снятие страха, когда он возникает, в огромной мере зависит от того, насколько быстро нам удастся выявить его и успокоить ребенка, вернуть ему душевное спокойствие и уверенность в том, что он не один и ему вовсе не следует бояться. Необходимо суметь создать для него такую обстановку чтобы у него не было сомнений в том, что можно рассказать взрослому обо всем, что пугает и мешает.

Страхи, эмоциональные нарушения - все это поддается коррекции и без последствий проходят у детей до десяти лет. Поэтому чрезвычайно важно своевременно обращаться к специалисту, принять меры по преодолению фобий у ребёнка и не бросать все на самотек. B связи с этим, наиболее актуальной для психологии и педагогики, является задача поиска наиболее эффективных путей выявления и преодоления детских страхов.

2. Изучение особенностей страхов у детей с нарушением зрения

2.1 Организация исследования

**Цель исследования:** выявить специфику страхов в старшем дошкольном возрасте и подобрать наиболее подходящую программу коррекции этих страхов.

В эксперименте приняли участие дети старшего дошкольного возраста с нарушением зрения в количестве 20 человек.

Использовались следующие методики для диагностики уровня развития и видов страха у детей:

• Проективная методика А.И. Захарова «Мои страхи»

• Методика «Страхи в домиках»

• Рисуночные методики «Нарисуй человека», «Рисунок семьи» (Е.И. Рогов);

• Структурный опросник детских страхов, модифицированный вариант (протокол-анкета).

Для достижения поставленной цели были выдвинуты следующие задачи:

1. Провести психодиагностическое исследование по выявлению уровня развития страха и его видов у детей старшего дошкольного возраста с нарушением зрения;

2. Подобрать коррекционную программу по снижению страха у дошкольников и рекомендовать ее воспитателям дошкольных учреждений;

3. Разработать консультаций для родителей и воспитателей для снижения страхов у дошкольников старших групп с нарушением зрения.

2.2 Результаты исследования

При проведении эксперимента мы использовали методики выявления страхов у детей с помощью рисунков.

Такие методики проводятся с целью понять интересы, увлечения детей, особенности их темперамента, переживаний внутреннего мира ребёнка.

Чтобы снять напряжение и активизировать интерес к рисованию, деткам было предложено рисовать цветными карандашами. Они сами выбирали себе темы и рисовали что хотели: машины, роботов, животных и т.п. После «свободной темы» можно переходить к тематическому рисованию.

Анализ рисунков.

Рисунок «моя семья» - яркое выражение чувств детей и того, как они видят поведенческие модели в семье; неструктурированная проективная техника, раскрывающая чувства ребенка в отношении тех, кого он считает самыми важными и чье влияние, формирующее характер, наиболее значимо.

Нас интересовали иерархические отношения*,* которые передаются на рисунке в соответствии с общекультурной нормой: доминирующая фигура (тот, кто главнее) возвышается над остальными или изображена крупнее остальных фигур, т.е. доминантность выражается размером и размещением.

Не менее важным является также, по мнению A.JI. Венгера, изображение первого члена семьи, как наиболее «значимого для ребенка».

Отметим, что в рисунках детей более чем в 60% случаях изображены семьи, в которых доминирующей является мать (ее фигура большего размера, преобладает над всеми остальными фигурами). Многие психологи усматривают изображение доминирующей матери как показатель повышенной заботы и тревоги за своего ребенка, т.к. это является важным индикатором, показывающим повышенную тревогу и беспокойство, а дети, впитывая как губка, тревогу родителей (матери), обнаруживают признаки беспокойства, перерастающего в неуверенность в себе.

В одном случае ребенок изобразил себя доминирующим над другими членами семьи. В данной семье ребенок - первый и единственный, рождение которого для «пожилых» родителей было долгожданным. Из наблюдений за поведением родителей и ребенка, выяснилось, что взрослые чрезмерно оберегают, ни в чем не отказывают своему чаду. Ребенок, в свою очередь, манипулирует родителями «по полной программе».

Дошкольники изобразили в своих рисунках доминирующую фигуру отца лишь в 6% случаев. Также в 6% случаев фигуры членов семьи были одинакового размера, что может служить показателем равнозначных отношений в семьях. Отметим, что в 38% случаев ребенок либо не изобразил вовсе фигуру отца, либо она была маленькой и располагалась на отдалении от остальных членов семьи. «Отсутствие члена семьи» на рисунках показывает выражение негативного отношения к этому человеку, его отвержение или символичное исключение. Сопоставление состава семьи и рисунков выявили, что в 25% случаев отсутствовала фигура отца, еще в 13% фигура брата или сестры.

Отсутствие себя наблюдается в рисунках детей, испытывающих чувство собственной неполноценности. Родительское недовольство, чрезмерная критика, предпочтение брата (сестры) формируют у детей низкую самооценку, подавляют инициативу и желание достижений. Отсутствие себя в изображении семьи является показателем высокого уровня тревожности и страха, высокой восприимчивости к внушенным страхам.

Что касается «значимого» для ребенка члена семьи, здесь имело место изображение ребенком первой фигуры на своем рисунке. В основном для мальчиков «значимой» фигурой являлась фигура мужчины, что может свидетельствовать о стремлении к идентификации, ролевой и гендерной принадлежности. Однако лишь в 31% случаев эта была фигура отца. Остальные рисовали старшего брата, дядю или дедушку. В 6% случаев дети изображали первыми свою фигуру, что характерно для демонстративных детей с высокой самооценкой. Отметим, что у данных детей был выявлен средний уровень тревожности и страхов, они менее всего восприимчивы к страхам (и внушенным страхам в том числе).

Следующей значимой характеристикой для выявления восприимчивости к страхам явилась конфликтность (конфликтные отношения родителей) в семье. Так, по мнению А.И. Захарова, если дети видят, что родители часто ссорятся, то «число их страхов выше».

Ребятам предлагались различные роли в проигрывании воображаемой игры «Семья». Было установлено, что дошкольники при конфликтной ситуации в семье отказываются выбирать роль родителя своего пола, предпочитая оставаться самими собой. Итак, если ребенок отказывался в игре от роли взрослого того же пола, то это являлось показателем сложных взаимоотношений в его семье, и, следовательно, - показателем уровня восприимчивости к страхам. Отметим, что 56% дошкольников отказались принимать роль родителя своего пола. В основном это девочки, которые более эмоционально воспринимают конфликтные отношения в семье.

Выраженность страхов у дошкольников выявлялась с помощью тестов тревожности, «Рисунок человека».

В нашей работе мы уделяли внимание тому, как дети рисуют тот или иной страх. Какой образ чаще всего используют в рисовании того или иного страха. Ведущее место в обследованной нами выборке испытуемых занимает танатический страх. Образ смерти - это чаще всего некое существо с пустыми глазницами на черепе, с костлявыми руками, держащими косу; иногда это изображение похорон, гроба, крестов, кладбища, приведений. В детских рисунках темнота изображается закрашиванием всего пространства листа черным, красно-черным или коричнево-черным цветом. Согласно тесту М.Люшера - эти цвета обозначают тревогу; встречается также черный квадрат или темные, заретушированные углы и стены комнат.

У детей дошкольного возраста отмечается также большое количество страхов животных, особенно собак. В текстовых пояснениях дети отмечают, что боятся не просто собак, а «ужасно злых и больших собак», «грозного взгляда и открытой пасти с зубами» или «острых собачьих клыков».

Наблюдается интересное цветовое решение рисунков животных. Многие дети стараются изобразить животное реального цвета (крокодил зеленый, медведи коричневые, львы желто-оранжевые). Но встречаются рисунки, где животные, вызывающие страх, сознательно рисуются пестрыми, яркими цветами, как будто ребенок старается успокоить себя нестрашным изображением данного животного (зеленые обезьянки, голубой медвежонок, красный лев, зеленые пятна на лошадке и т.д.).

Цвет на рисунках выражает определенные чувства, настроения. Как правило, дети, использующие всего один цвет, боятся проявлять свою эмоциональность. Цвет указывает также на важность тех или иных психологических или физических явлений. Согласно данным Г.Клара и Л.Буша, предпочтение темных цветов отражает стремление к покою. Использование синего, зеленого и серого цвета отражает потребность в защите от внешних воздействий. Преобладание оранжево-красного и желтого цвета означает потребность в защите от тревожащих факторов и попытку «оградить себя от изоляции и утрат». Можно сделать вывод, что тема здоровья для детей приобретает с возрастом достаточно выраженную значимость и воспринимается ими как один из факторов, вызывающих тревогу, поэтому тема страха и беспокойство за свою жизнь становится актуальной в старшем дошкольном возрасте.

Так как страх - это форма опредмеченной, конкретизированной тревоги, то нам показалось важным диагностировать тревожность наших испытуемых с помощью методик «Нарисуй человека», «Дом, дерево, человек», предложенных Е.И. Роговым и A.JI. Венгером. Детские рисунки, определяющее индивидуальные особенности личности ребенка, предполагают множество вариантов изображения отдельных частей человеческого тела. Варьируются изображения не только частей туловища, но и контурных линий самого туловища. Некоторые рисунки имеют множество деталей и различий, другие - всего лишь несколько.

После того, как рисунок был завершен, в отдельной комнате проходила беседа, которая строилась на основании рисунка, его особенностей и анализа элементов рисунка. Вот некоторые вопросы экспериментатора: Кто этот человек? Где он живет? Есть ли у него друзья? Чем он занимается? Добрый он или злой? На кого он смотрит? Кто смотрит на него? Что он думает в данный момент? Благодаря беседе мы получили важную информацию, касающуюся эмоционального состояния наших испытуемых.

Конечно, каждый ребенок неповторим, поэтому точно определить индивидуальные особенности с помощью данного тестирования невозможно, кроме того, многое зависит от состояния ребенка, от его желания или нежелания рисовать, и общаться с экспериментатором.

Опишем некоторые данные, полученные с помощью методики «Нарисуй человека».

*Сергей У.* нарисовал своего воспитателя - Наталью Владимировну, где живет она, он не знает, но уверен, что она добрая. В рисунке наблюдается акцентирование на штриховке всей фигуры, что является показателем тревожности. Интерпретация рисунка позволяет судить о тревожном состоянии мальчика, настороженном отношении к окружающему миру, напряжении (неуравновешенная фигура на рисунке). Черты лица нарисованы нечетко, что свидетельствует о проблемах в общении.

*Денис К.* нарисовал своего друга. По ответам можно судить, что Денис хорошо относится к этому человеку, считает его добрым. Интерпретация рисунка свидетельствует о тревоге (волосы сильно заштрихованы), потребности в безопасности, желании оградить себя от опасности (преобладание зеленного цвета, чрезмерно крупная шея), а также, в рисунке выражена агрессия (ноздри) и враждебность (глаза изображены как пустые глазницы).

Методика «Дом, дерево, человек» также помогла нам выявлять наличие тревожности у дошкольников. Отметим, что данные о выраженной тревожности дошкольников по данным теста «Нарисуй человека» наблюдалась и с помощью данной методики.

Итак, используя совокупность диагностических показателей можно определить наличие тревоги у дошкольников. Нами были проанализированы детские рисунки на наличие в них показателей тревоги, тревожности и беспокойства дошкольников.

Более подробно рассмотрим формальные показатели тревожности. Еще раз подчеркнем, что здесь нас интересовало не содержание работ, а процесс и результат деятельности. Первым показателем, на который следует обратить внимание, это расположение рисунка. Так, например, расположение рисунка в нижней половине листа служит одним из признаков снижения самооценки и в какой-то степени является показателем тревожности. Данный признак выявлен у 3 человек (18%). Следующим, вторым признаком является увеличенный размер изображения (рисунок человека занимает по высоте 2/3 листа и более) можно считать признаком ситуативно-обусловленного повышения уровня тревожности. Рисунки детей с большим изображением человека были выявлены у 6 дошкольников (37%). Третьим показателем тревожности явилось наличие штриховой линии, которая выглядит как бы составленной из коротких кусочков. Она идет не от одной значащей точки к другой, а многократно «останавливается по дороге». Это происходит из-за опасения попасть не туда, куда требуется. Проводя линию, ребенок многократно прерывает действие, чтобы проверить и скорректировать результат. В итоге точность линий не повышается, а, напротив, понижается, такой тревожный гиперконтроль нарушает нормальное выполнение целостного действия. Подобный вид линии свидетельствует о высокой тревожности ребенка, то есть неуверенность в себе, склонности к сомнениям, опасениям, страхам, к легкому возникновению состояния тревоги. Штриховая линия в работах выявлена у 25% детей. Четвертый признак устойчиво повышенной тревожности - это штриховка изображения. Также в рисунке человека иногда встречается такой признак, как плотная штриховка (зачернение) глаз. Этот признак, по мнению A.JI. Венгера, характерен для людей, «страдающих навязчивыми страхами (фобиями), которые часто формируются при повышенном уровне тревожности». Штриховка в изображении обнаружена в работах у 50% дошкольников. Следующим показателем тревожности можно считать множественность линий (вместо одной линии проводится несколько с примерно одинаковым нажимом, так что непонятно, какая из них основная) или наличие эскизных линий (сначала приблизительно в одном и том же направлении проводится несколько линий со слабым нажимом, потом одна из них проводится жирной линией). Данный признак выявлен у 18% детей. В шестой показатель можно отнести также следы стертых и исправленных линий, то есть ребенок с помощью «стирки» убирает лишние эскизные или множественные линии. Более 50% дошкольников пытались исправить свои работы.

Итак, по формальным показателям тревожности из 16 дошкольников повышенным уровнем тревожности обладают 68% детей, формальные показатели тревожности отсутствуют у 6% дошкольников. У 26% выявлены признаки ситуативно-обусловленного повышения уровня тревожности.

По формальным показателям, выявленным с помощью методики «Рисунок человека», составлена таблица 4, показывающая количественные значения выделенных показателей у детей.

Таблица 4

Формальные показатели тревожности у дошкольников

|  |  |
| --- | --- |
| **Формальные показатели** | **Кол-во детей** |
| Расположение рисунка в нижней половине листа; | 18% |
| Увеличенный размер изображения | 37% |
| Наличие штриховой линии | 25% |
| Штриховка изображения, или плотная штриховка (зачернение) глаз | 50% |
| Множественность линий или наличие эскизных линий | 18% |
| Следы стертых и исправленных линий | 50% |

Из возможных формальных показателей тревожности большую часть составила штриховка и следы стертых и исправленных линий, она была выявлена у 50% испытуемых. Также определяющими явился увеличенный размер изображений (37%). Качественный анализ работ показал преобладание повышенного уровня тревожности.

Анализ и интерпретация по методике А.И. Захарова «Мои страхи». Результаты проведенной методике мы представили в таблице 5. Для наглядности представим результаты исследования в виде диаграмм и проанализируем результаты.

Таблица 5

Результаты исследования дошкольников

|  |  |
| --- | --- |
| № п/п испытуемого | Уровень проявления страха |
| 1 | Высокий |
| 2 | Низкий |
| 3 | Низкий |
| 4 | Низкий |
| 5 | Низкий |
| 6 | Низкий |
| 7 | Высокий |
| 8 | Высокий |
| 9 | Высокий |
| 10 | Высокий |
| 11 | Средний |
| 12 | Средний |
| 13 | Средний |
| 14 | Средний |
| 15 | Средний |
| 16 | Высокий |
| 17 | Низкий |
| 18 | Низкий |
| 19 | Низкий |
| 20 | Средний |

Как показывает таблица 5, в результате анализа детских рисунков нами получено, что в группе детского сада нами выявлено, что 30% детей испытывают сильные страхи (6 детей). Рисунки этих детей характеризуются темными тонами, неяркими героями, причем каждый персонаж навевает ужас и страх окружающим: дети изображали свои страхи в виде дремучего леса со страшными деревьями у которых растут ветки-руки (Лиза К.), огромного облака с большим ртом (Лия Д.), чудовища (Настя Ш., Ваня П.).

Рисункам детей с высоким уровнем проявления страхов и тревожности присуще: крупное изображение, сильная, уверенная линия рисунка, наличие орудий нападения (зубы, когти, рога и т. д.). Например, рисунки Максима К., Леры К., Артура Х. Все эти элементы являются признаками враждебности, повышенной тревожности, склонность к спонтанному возникновению агрессии, эмоционально неустойчивому состоянию детей.

Средний уровень зафиксирован у 30% участников группы (6 детей). Для таких детей характерна адекватность в изображении своего «страха»: у детей есть то, чего они боятся, но страхи их преодолимы, и не столь навязчиво их мучают, поэтому и в рисунках таких детей хоть и присутствует элемент агрессии и тревожности (серые, темные тона), все же линии их рисунков не столь конкретные и точные, рисунки характеризуются плавными контурами.

На рисунках детей с низким уровнем развития страха нет персонажей и героев с угрожающим выражением лица, хищников или нападающих животных, отсутствуют символы прямой агрессии такие, как зубы, клюв, когти и т. д. Эти рисунки отличаются уверенными, стыкующимися линиями, округлыми формами, что означает самоконтроль, дружелюбие, защитный характер агрессии, низкий уровень страха и волнений. При рисовании дети отличались повышенным интересом к проводимой методике. Настроение их было приподнято, зачастую дети задавали вопросы «А кого нам рисовать, если мы никого (ничего) не боимся?», «А какой он - страх?». Или же дети прост оговорили что у них нет страха и они нарисуют свое настроение. Рисунки детей были яркими, с яркими образами и персонажами.

Таким образом, результаты теста показали, дети боятся темноты, одиночества, грозы, молнии, пожаров, страшных персонажей сказок и мультфильмов.

Результаты исследования по методике «Страхи в домиках» свели в обобщенную таблицу результатов исследования:

Таблица 6

Результаты методики «Страхи в домиках»

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование страха | проявление в группе, в % |
| страх перед нападением | 80 |
| страх умереть | 90 |
| страх смерти родителей | 90 |
| страх перед папой и мамой | 90 |
| страх наказания | 80 |
| страх чудовищ | 80 |
| страх глубины | 60 |
| страх перед стихией | 80 |
| страх высоты | 40 |
| страх пожара | 60 |
| боязнь врачей и боли | 40 |
| боязнь крови | 20 |
| боязнь уколов | 70 |
| страх перед неожиданными звуками | 50 |
| страх темноты | 70 |
| страх увидеть страшные сны | 80 |
| страх замкнутого пространства | 80 |
| страх войны | 70 |
| страх огня | 50 |

Согласно результатам методики «Страхи в домиках» являются: страх войны, страх смерти родителей, страх темноты и страшных снов, страхи перед стихийными бедствиями, страхи нападений.

В исследовании частично использовались следующие методики для диагностики детских страхов: образный синтез модифицированной беседы А.И. Захарова и теста «Красный дом, черный дом», где детям предлагается расселить страхи: в красный дом - «нестрашные», в черный - «страшные»; метод неоконченных предложений Р.В. Овчарова, позволяющий выявлять основные типичные эмоциональные переживания ребенка.

При разработке методического арсенала исследования перед нами встала задача как с помощью одной процедуры определить тревожное состояние ребенка, а также, выяснить основные виды страхов. Опираясь на методику А.И. Захарова и структурный опросник детских страхов Л.C. Акопян, мы разработали диагностическую анкету и составили свой протокол для выявления страхов, который легко заполняется взрослым или ребенком (обводится знак «плюс» при положительном ответе; знак «минус» - при отрицательном). Протокол приводится в Приложении.

Протокол-анкета выявляет количественно-качественные, пространственно-временные, внутри-личностные, а также морально- нравственные и саморегуляционные характеристики страхов.

Содержание вопросов не провоцирует и не закрепляет тех или иных страхов. Во избежание излишне кратких ответов в ряде вопросов используются уточняющие вопросы (почему? где? и др.). Методика применялась в индивидуальной форме.

Мы выделили следующие девять основных групп страхов, выявляемых структурным опросником (протоколом-анкетой):

1 группа - медицинские страхи (страхи боли, крови, уколов, болезней, врачей);

2 группа - страхи, связанные с причинением физического ущерба при воздействии таких факторов как неожиданные звуки, нападения, транспорт, огонь, война, стихия;

3 группа - страхи смерти;

4 группа - страхи животных (волков, медведей, собак, змей, пауков);

5 группа - страхи сказочных персонажей (Бабы-Яги, Кощея Бессмертного, Змея Горыныча и др.);

6 группа - страхи, связанные со сном (страшных снов, темноты, засыпания);

7 группа - социально-опосредованные страхи (чужих людей, родителей, чьих-либо наказаний, опозданий в детский сад, одиночества);

8 группа - пространственные страхи (высоты, глубины, замкнутого пространства, открытого пространства);

9 группа - проективные, временные страхи (прошлых и будущих событий).

Протокол-анкета состоит из двенадцати блоков вопросов, каждый из которых имеет определенное значение.

*Первый блок* вопросов предусматривает получение общих сведений о наличии или отсутствии страхов, мы узнаем о содержательной стороне, частоте и интенсивности страхов, на основании чего определяем наличие или отсутствие страхов. Примеры вопросов: Боишься ли ты чего-нибудь? Расскажи о страхах, которые тебя беспокоят? Чего ты боишься больше всего? Чего ты чаще всего боишься?

*Второй блок* вопросов касается социально-опосредованных страхов (страх чужих людей, наказаний со стороны родителей, опозданий в детский сад и т.д.).

*Третий блок* определяет временное измерение страхов по отношению к прошедшему, настоящему и будущему времени: Чего ты боялся, когда был маленьким? Чего ты боишься сейчас? Когда ты станешь большим, ты будешь чего-нибудь бояться?

*Четвертый блок* вопросов выявляет восьмую группу детских страхов:

«Пространственные страхи».

*Пятый блок* вопросов определяет отношение к страхам в ближайшем окружении ребенка, а также затрагивает нравственный аспект: Чего боится мама, папа? Бояться стыдно?

*Шестой блок* вопросов относится к типологии переживаний страха, ребенка просят назвать место, где ему не страшно, причем это место можно придумать, а потом рассказать о нем.

*Седьмой блок* вопросов выявляет специфику «медицинских» страхов: Скажи, пожалуйста, ты боишься или нет: 1) врачей (кроме зубных), 2) крови (когда идет кровь), 3) уколов, 4) боли (когда больно), 5) заболеть, заразиться? *Восьмой блок* вопросов выявляет отношение детей к сказочным персонажам: Бывает ли тебе страшно, боишься ли ты: Когда слушаешь сказки, смотришь мультфильмы? Почему? Скажи, пожалуйста, ты боишься или нет: Бабы-Яги? Кощея Бессмертного? Бармалея? Змея Горыныча?

Чудовищ? Невидимок? Скелетов и др.?

*Девятый блок* вопросов определяет отношение детей к диким и домашним животным (страх волка, медведя, пауков, змей, собак), а также предполагает рассказ о любимом питомце, если таковой имеется.

Вопросы *десятого блока* выявляют специфику детских страхов в экстремальных условиях (пожар, неожиданный звук, поезд, самолет, война, машина, метро).

Вопросы *одиннадцатого блока* направлены на выявление двух групп страхов: страхов смерти и страхов, связанных со сном.

Последний, *двенадцатый блок* вопросов адресован к способам преодоления ребенком своих страхов: Что ты делаешь для того, чтобы не бояться? Дается несколько вариантов ответа, а также предлагается рассказать о своем способе борьбы со страхом.

Нами было обследовано 16 детей дошкольного возраста (5-6 лет). На основании данных опроса детей была построена следующая таблица, в которой отражены полученные результаты.

Таблица 2

Численные показатели страхов у детей дошкольного возраста

|  |  |
| --- | --- |
| **Группы страхов** | **Кол-во детей** |
| «Медицинские страхи» | 75% |
| Причинение физического ущерба | 68,8% |
| Страхи смерти | 89% |
| Страхи животных | 81,3% |
| Страхи сказочных персонажей | 62,3% |
| Страхи, связанные со сном, темноты | 81,3% |
| Социально-опосредованные страхи | 75% |
| Пространственные страхи | 56,3% |
| Проективные, временные страхи | 50% |

Среднее значение выраженности страхов у обследованных равно 72% (для всех групп страхов). Данные, приведенные в таблице 2, свидетельствуют о том, что дошкольники больше всего боятся смерти (89%), животных (81,3%), причинения физического ущерба (68,8%), у них достаточно выражены социально-опосредованные страхи (75%); страхи сказочных персонажей (62,3%) и пространственных угроз (56,3%). Наличие социально- опосредованных страхов показывает суггестивное влияние родителей, использование ими контролирующей социализации. Что касается группы страхов причинения физического ущерба, то они свидетельствуют о передаче матерью своего беспокойства ребенку в отношении экстремальных ситуаций. Наличие большого количества страхов животных, сказочных персонажей и темноты объясняется тем, что родители, используя «злых» собак, отрицательных героев сказок и т.п. пытаются осуществлять контроль над ребенком. Запугивание используется родителями для обеспечения подчинения, а также как способ контролирующей социализации.

Из полученных данных можно сделать вывод о том, что наиболее выраженным страхом у старших дошкольников является страх смерти. Этот страх тесно связан со страхами нападения, заболевания, смерти родителей, страшных снов, темноты, сказочных персонажей, животных, стихии, огня, пожара и войны.

Все эти страхи имеют в себе некую универсальную угрозу, - угрозу для жизни, либо прямую, либо косвенную, связанную, например, со смертью родителей. Нападение со стороны кого-либо могут обернуться неповторимым несчастьем. То же относится к буре, урагану, наводнению, землетрясению, огню, пожару и войне - как непосредственным угрозам для жизни. Возникновение страха смерти может означать также постепенное осознание необратимости происходящих возрастных изменений.

По данным протоколов диагностирования была произведена количественная и качественная интерпретация результатов обследования. Мы распределили всех обследованных детей в три группы, в соответствии с тремя уровнями испытываемых ими страхов. Эти данные отражены в таблице 3. Критерием различения уровней страха явилось общее количество страхов: если дошкольник имел 7-9 страхов, мы относили его к группе детей с высоким уровнем страхов; если он обнаруживал 4-6 страхов - он попадал в группу детей со средним уровнем страхов; при 1-3 страхах - в группу с низким уровнем страхов. При более детальном рассмотрении можно выделить очень высокий уровень страха (наличие всех 9 групп страхов), а также средний с тенденцией к высокому (наличие 6 групп страхов).

Таблица 3

Показатели уровней страха у дошкольников

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Уровень** | **Показатель уровня страха** | **Количество детей** | |
| Высокий | очень высокий | 68,75% | 18,75% |
|  | высокий |  | 50% |
| Средний | средний с тенденцией к высокому | 31,25% | 18,75% |
|  | средний уровень |  | 12,5% |
| Низкий | низкий | 0% | 0% |

Итак, по данным таблицы из 16 опрошенных дошкольников низкий уровень страха не был выявлен ни у кого из детей. Тогда как высокий уровень страхов наблюдался у 68,75% детей. Средний уровень страха был выявлен у 31,25% детей.

Результаты диагностики показывают, что страхи у детей с нарушениями зрения: их степень выраженности и количество - намного выше, чем у детей с нормальным зрением. В принципе, наличие страхов у слабовидящих мало чем отличается от страхов ребенка с нормальным зрением, но вместе с тем, проявляется и тревожность, обусловленная состоянием зрительной функции. При этом отдельные страхи особенно выражены, такие как боязнь смерти (89%), животных (81,3%), достаточно выражены социально-опосредованные страхи (75%).

Этот факт указывает на необходимость специального психологического сопровождения и организации целенаправленной коррекционно-развивающей программы по коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста с нарушениями зрения.

Представленная характеристика состояния страхов у дошкольников с нарушением зрения позволила нам выбрать для осуществления коррекционную работу с использованием рисуночных тестов.

3. Содержание коррекционно-развивающих занятий как средство преодоления страхов

Определить боящегося ребенка несложно, так как дети, испытывающие постоянный страх, отличаются напряженностью и беспокойством в поведении. Они знают источник угрозы и стараются его избегать. Но, тем не менее, точная диагностика детских страхов - это работа психолога. Специалисты выявляют боязни у детей во время общения с ними, используя различные приемы. Преодоление детских страхов осуществляется несколькими методами. Одним из таких действенных методов диагностики является рисование страхов, когда ребенку предлагают нарисовать то, чего он больше всего боится. Также детские страхи можно проговаривать в виде ролевых игр и театральных постановок на примере героев сказки.

Для того, чтобы ребенок старшего дошкольного возраста не испытывал неуверенности в себе, страха, тревожности, необходимо выявить, во-первых, первопричины возникновения этих страхов.

Не стоит забывать о том, что ошибочный стиль воспитания приводит к возникновению навязчивости страхов и даже к детской тревожности, признаки которой многообразны: это и чрезмерная послушность, и вспышки arpeccивности, и навязчивые движения (грызёт или сосёт пальцы и т.д.), излишнее фантазирование, болезненная неуверенность в себе.

Детскую тревожность и страх порождают:

- Требования, ставящие ребёнка в зависимое положение.

- Повышенная тревожность самих родителей, стремление всё делать правильно

- Противоречивые требования к ребенку нет единства среди членов семьи.

- Стремление сравнивать достижения ребёнка с братьями и сестрами, с друг детьми.

- Отсутствие эмоциональной поддержки.

Вторым этапом работы должна быть диагностика уровня проявления страха у детей и ее диагностика. Правильно подобранный методический инструментарий позволяет диагностировать специфику детских страхов и выработать работу по ее целенаправленной коррекции. Коррекционная работа по преодолению детских страхов должна носить комплексный характер: работа не только с самими детьми, но и с их родителями. В мероприятия по снижению страха должны включаться разнообразные игры, тематическое рисование, релаксационные упражнения, театрально-игровая деятельность детей.

В качестве диагностико-коррекционного средства можно использовать рисуночный тест «Нарисуй свой страх». Смысл данного подхода заключается в том, что ребенок должен изобразить свой страх на листе бумаги. Это задание интересно тем, что при его проведении ребенок одновременно получает положительный психотерапевтический эффект.

На втором этапе ребенку можно предложить подумать и изобразить на обратной стороне этого же листа, как он не боится данного страха, как он может победить этот страх. Таким образом, бессознательный страх выводится на уровень сознания и, размышляя над своим страхом, ребенок сам справляется с ним. Рисунки после этого теста очень показательны и говорят сами за себя.

Рисование страхов детьми не приводит к его усилению, а наоборот, снижает напряжение от тревожного ожидания его реакции. В рисунках страх уже во многом реализован, как нечто уже происшедшее, фактически случившееся; остается меньше недосказанного, неясного, неопределенного. Вместе все это снимает аффективно-травмирующее звучание страха в психике ребенка. Важно, во-первых, то, что задание задает педагог, которому ребенок доверяет. Во-вторых, само рисование происходит в жизнерадостной атмосфере общения со сверстниками, обеспечивая поддержку с их стороны, не говоря уж об одобрении самого педагога.

Если с первого раза ребенку не удается справиться с заданием, то задание повторяется.

Метод дает ребенку пути избавления от страха. Двое детей, из обследуемых, не нарисовали страх вообще. Двое нарисовали, но не смогли нарисовать, как не боятся этого страха. Это свидетельствует о том, что этот страх очень сильный для этих детей. Причем, это задание затруднительным оказалось лишь для мальчиков, девочки с успехом нашли пути избавления от своего страха.

Кроме этого, положительно работают методики, основанные на использовании игрового метода. «Покажи свой страх», «Пятнашки или башики», «Прогулка в слепую», «Отгадай, кого я боюсь» (по первой и последней букве), «Чехарда», «Жмурки». Играя, ребенок способен сделать свой страх совсем маленьким и пожалеть его.

Также детям нравятся методики, основанные на использовании изотерапии: «Расправься с нарисованным страхом», «Мне не страшно»,

«Преврати страшное в смешное» или «Преврати страшное в доброе». Методика изотерапии как нельзя лучше дополняет игровые методики проработки страхов. Во время выполнения этой методики важно не торопить ребенка с выполнением задания, так как мысли о том, как изобразить страх, подразумевают встречу с ним, контакт, соприкосновение, что само по себе уменьшает остроту его восприятия.

Особенно эффективны для преодоления страхов следующие методы:

1. Спонтанное рисование. Выдается бумага и средства для рисования. Специальное задание не даётся. Можно включить спокойную, тихую музыку. Глаза человека слегка прикрыты и рука сама начинает водить по бумаги так, как «ей хочется». Это дает возможность вслушиваться в себя, посмотреть на свой внутренний мир со стороны, выражать свои чувства. Помогает понять мир другого через его рисунки.

2. Ассоциативное рисование - это рисунки на тему: «Мой дом», «Моя семья», «Моя болезнь» и т.д. Берутся темы из области взаимоотношений и чувств.

3. Рисование чувства. Используется секундомер или же песочные часы, и в течение минуты человек смотрит на предмет, а потом рисует не сам предмет, а свои ощущения и эмоции, которые он испытывал глядя на него.

4. Рисование пальцами рук и ног. Этот вид рисование предоставляет чувство наслаждения, снятия скованности и понятия настроения.

5. Рисование музыки.

Основным условием занятий по изо-деятельности как артпедагогики является то, что занятия должны носить спонтанный и непринуждённый характер в отличие, например, от организованной деятельности. Здесь поднимаются такие цели, как при развитии художественного творчества, художественные таланты человека роли не играют. При изо-деятельности основной акцент делается на самовыражении чувств на ощущение.

Изо-деятельность является специализированной формой психотерапии, основанной на изобразительном искусстве. Основной задачей изо- деятельности является воспитание и развитие личности уверенной в себе и своих возможностях.

В психолого-педагогических исследованиях давно было замечено, что рисунки ребенка не только отражают его уровень умственного развития и личностные особенности, но являются своеобразной «проекцией личности». Рисунок выступает в роли средства усиления чувства идентичности ребёнка,дает возможность детям узнать себя, свои способности.

Хороший психологический эффект имеют методики, основанные на использовании сказкотерапии: «Сказка про страх», игра «Кинопробы», где идет ролевое проигрывание «страшных» ситуаций.

Также совместно с детьми можно применить занятие по снятию детских страхов «Две шляпы». В основе предлагаемого занятия лежит идея преодоления детского страха с помощью изобразительной деятельности. Для психологов и педагогов эта идея не нова. Нестандартность занятия «Две шляпы», на мой взгляд, заключается в преподнесении детям указанного приёма с помощью волшебных персонажей, а также специально подобранной музыки. Занятие рассчитано на дошкольников пяти - семи лет, имеющих элементарные представления об основных эмоциях и направлено на преодоление негативного эмоционального состояния с помощью изобразительной деятельности. Конспект этого занятия представлен в приложении.

Ну и, конечно же, необходима просветительская работа с родителями.

В целях профилактики детских страхов обязательно нужно проводить просветительскую работу с родителями, индивидуальные беседы на темы:

«Причины детских страхов», «Способы наказания ребенка» и «Как помочь ребенку преодолеть страхи».

Методика «Покажи свой страх» на коррекцию неправильных, травмирующих ребенка стилей воспитания. Главная цель работы - обучение родителей эффективным навыкам коммуникации и способам выражения своей любви к ребенку.

«Нарисуй свои страшные сны». Рисование подразумевает встречу ребёнка со своим страхом в спокойной обстановке, когда мама и папа рядом.

Чтобы страх стал нестрашным, можно посоветовать ребёнку изменить что-либо в рисунке, например, изобразить страх жалким или смешным, показать себя активным, сильным - нарисовать рядом со страхом с мечом в руке, большого роста и т.д.

Игра.

Играя в прятки, лазая по деревьям, изображая казаков- разбойников, дети изживают свои страхи. В норме большинство дошкольников активно ищут и даже придумывают опасности: прыгают с высоты, дерутся со сверстниками. Это не просто поиск острых ощущений. В критической ситуации ребёнок учится владеть собой, как бы тестируя себя: не испугаюсь, справлюсь.

Изживанию страхов помогут известные всем жмурки, прятки, пятнашки. В прятки можно играть с детьми с двух лет. Это помогает ослабить, а иногда и устранить темноты, замкнутого пространства. В пятнашки и жмурки можно играть с детьми трёх лет. Такие игры снижают страх, вырабатывают способность к защитному быстрому принятию решений.

С чрезмерно чувствительными детками нужно как можно больше играть в подвижные, эмоционально насыщенные игры (снежки, сражения подушками, на саблях).

Чтобы ребёнок не боялся сказочных персонажей, полезно предложить ему попробовать выступить в игре-драматизации в роли волка. Бабы-яги, Кощея Бессмертного.

Игра «Я страшилок не боюсь, в кого хочешь превращусь» (О.В. Хухлаева).

Ребята идут по кругу, проговаривая слова-заклинания. Когда ведущий (психолог) называет какого-либо страшного персонажа, участникам нужно превратиться в него и замереть. Ведущий выбирает самого страшного, и тот продолжает игру.

Таким образом, подобный комплекс коррекционных методик способствует снижению количества страхов у детей младшего школьного возраста, посредством изживания у детей переживания страха смерти, чувства одиночества, снятия ощущения постоянной угрозы, исходящей из окружающего мира.

Выбранные методики эффективны и просты в работе, а также требуют минимальной материальной базы. Эти приемы универсальны и легко могут быть использованы любым педагогом, как метод коррекции и профилактики детских страхов.

Коррекция страхов у детей нужно проводить в сотрудничестве с родителями. Так как зачастую дети лишь отражают тревоги и опасения взрослых, навязывающих им излишнюю мнительность и закрепляющие в них трусливое поведение. Если ребенок боится темноты и страшных снов, помочь ему можно уменьшив уровень тревожности днем. Для этого родителям нужно наладить взаимоотношения в семье, нейтрализовать все конфликты, а также исправить свои ошибки в воспитании. Положительно на детей влияют активные игры и занятия спортом, предполагающие плаванье, преодоление препятствий, а также нейтрализацию страхов перед высотой, темнотой и водой. Даже обычные игры в пятнашки или казаки-разбойники помогут ребенку бороться с некоторыми страхами, такими как боязнь нападения и страх перед наказанием.

Кроме того, работа с детскими страхами предполагает снятие у детей непосредственно боязни перед страхом. Ведь бояться это совершенно естественно и нормально. Страх помогает нам избежать опасностей. Поэтому родители обязательно должны постоянно повторять, что бояться не стыдно, свои страхи нужно принять.

Последние исследования показывают, что число неполных семей за последние годы увеличилось в несколько раз. Дети не могут оставаться равнодушными к разрыву между двумя самыми близкими для них людьми. Они, как правило, переживают родительское расставание очень тяжело и хранят надежду, что папа с мамой снова будут вместе. И всё же нередко развод родителей позволяет детям вздохнуть с облегчением. Зачастую такая реакция - результат затяжных скандалов в семье. Дети наделены чуткостью от природы, поэтому всегда способны заметить, что родители несчастливы вместе.

Восприятие развода зависит от возраста ребенка.

У детей 1,5-3 лет разрыв между мамой и папой может вызывать страх одиночества, резкие перемены настроения и порой даже отставание в развитии. Как объяснить такому маленькому ребенку развод родителей? Ведь малышам бывает нелегко понять мотивы, движущие взрослыми. Часто они даже винят себя в том, что происходит.

Малыши от 3-6 лет обычно очень переживают, что не могут повлиять на ситуацию. Они тревожатся и испытывают неуверенность в собственных силах.

Школьники 6-12 лет часто надеются, что способны «помирить» родителей. У таких детей есть собственный взгляд на ситуацию, поэтому они могут винить в происходящем одного из родителей. Отъезд отца или матери для них - стресс, который может спровоцировать различные физические недомогания.

В качестве методической основы взяты программы Захарова А.И., Дорохова М.Б., Данилиной Т.А., Гриншпун И.Б.

В данной коррекционно-развивающей программе особенность заключается в использовании особого подхода к социальному развитию ребенка. Развитие межличностных отношений, социальных эмоций происходит не только через осознание и понимание своих эмоциональных состояний, рефлексию своих переживаний, но и развитие внимания к другому, чувства общности и сопричастности с ним за счет снижения фиксации на своем собственном “Я” ребенка.

В данной программе использован также комплексный подход. В ходе работы дети знакомятся с навыками релаксации, снятия эмоционального напряжения и негативных эмоций, что создает условия для формирования у них способности управлять своим эмоциональным состоянием. Обсуждение и проживание ситуаций, вызывающих разнообразные чувства, повышают эмоциональную устойчивость ребенка, что помогает ему легче адаптироваться и легче переносить схожие внешние воздействия. Коллективный опыт переживания эмоциональных ситуаций значительно усиливает полученный ребенком опыт.

Заключение

Теоретический анализ психолого-педагогической литературы позволил сделать вывод о том, что детские страхи - это одно из эмоциональных состояний детей, которые оказывают неизгладимый отпечаток на формирование эмоциональной сферы ребенка в будущем.

В первой главе выпускной квалификационной работы нами было рассмотрено теоретическое обоснование темы исследования. Из проведенного анализа литературы сделали вывод о том, что изучением феномена страха занимались такие зарубежные и отечественные исследователи, как Д. Боулби, Черсворт, Грэй, Томкинс, Рейнгольд, А.Рейбер, З. Фрейд, А. И. Захаров, Е.Г. Макарова, Спиваковская А.С., Панфилова М. А., Овчарова Р.В., Неймер Ю.А., Петровский А.В., Ярошевский М.Г.

Страхи в дошкольном возрасте имеют свои отличия, а именно: страхи детей подвергаются психологическому воздействию, поскольку в основном обусловлены эмоциями и носят преходящий характер. Также для дошкольного возраста характерна возрастная динамика проявления страха: дети 1-2 лет боятся незнакомых людей и животных, в 2-3 года дети начинают бояться высоты, глубины, большого пространства, тёмного времени суток (вечером, очень поздно, ночью). В 3-4 года приходит страх последствий своих собственных поступков, и, как следствие, страх наказания. Пятилетний ребенок начинает бояться смерти не только своей, но и своих близких. Ребенок 6-7 лет начинает бояться ночных кошмаров, страшных героев сказок и мультфильмов, продолжает боятся темноты и одиночества. Причинами детских страхов являются: экстремальное событие, реально произошедшее с ребенком, особенности характера, провоцирующие развитие страхов; запугивающее или тревожное воспитание; удивление перед миром или гипертрофированная фантазия; страхи как часть другого, более серьезного расстройства.

Вторая глава нашего исследования была посвящена выбору методов и методик исследования, определили этапы исследования и возрастную группу детей. В качестве испытуемых выступили дети старшего дошкольного возраста с нарушением зрения.

В данной главе была исследована и проанализирована специфика проявления страхов у детей дошкольного возраста с нарушением зрения. В результате анализа полученных данных мы выявили, что дети старшего дошкольного возраста испытывают страх перед одиночеством, возможностью смерти себя и близких, страх страшных сказочных персонажей и героев мультфильмов, страх темноты, страх ночных кошмаров. В это же главе мы предложили коррекционную программу по преодолению детских страхов. Также нами разработаны рекомендации для воспитателей по преодолению детских страхов.

Таким образом, полученные данные свидетельствовали о том, что задачи исследования реализованы, цель достигнута.

На основании полученных данных были даны выводы:

• Анализ литературы по проблеме развития детских страхов позволил констатировать, что страх - это одно из проявлений эмоций, которое в наибольшей степени проявляется в детском возрасте.

• Были выявлены факторы, которые обуславливают развитие детских страхов: зарубежными и отечественными авторами выделяются такие, как экстремальное событие, реально произошедшее с ребенком; особенности характера, провоцирующие развитие страхов; запугивающее воспитание; тревожное воспитание; удивление перед миром или гипертрофированная фантазия; страхи как часть другого, более серьезного расстройства.

• В дошкольном детстве страх можно определить как эмоционально насыщенное чувство беспокойства ребенка, возникающее в ответ на реальную или воображаемую угрозу для его жизни и благополучия. Многочисленные исследования подтвердили, что в дошкольном возрасте страхи наиболее успешно подвергаются психологическому воздействию, так как в основном обусловлены эмоциями и носят проходящий характер. В дошкольном возрасте преобладают такие виды страха, как: страх потери близких, страх своей смерти, страх темноты и одиночества, страх кошмарных снов, страх животных и сказочных персонажей.

• Согласно данным опытно-экспериментального исследования, дошкольники старшего возраста испытывают страх перед одиночеством, возможностью смерти себя и близких, страх страшных сказочных персонажей и героев мультфильмов, страх темноты, страх ночных кошмаров.

• Нами были разработаны методические рекомендации для педагога старшей группы ДОУ по преодолению страхов и тревожности у детей, включающие выявление первопричины возникновения этих страхов, проведение диагностики уровня страхов и в качестве средств их преодоления

– сказкотерапия, рисование страхов детей, игровые методики. Для снижения страхов старших дошкольников важна активная просветительская работа с родителями воспитанников.

В третьей главе указаны коррекционно-развивающие занятия по преодолению страхов у детей с нарушением зрения, комплекс которых способствал снижению количества этих страхов у детей и помог доказать эффективность и значимость данных методов для работы с детьми дошкольного возраста.

Список литературы

1. Абраменкова, В.В. Психология детства в контексте развития отношений ребенка в мире / В.В. Абраменкова // Вопросы психологии. 2010. № 1. С. 14-18.

2. Акопян, Л.С. Атлас детских страхов / Л.С. Акопян. Самара: Изд-во СНЦ РАН, 2014. 215 с.

3. Аккерман Н. Роль семьи в появлении расстройств у детей // Хрестоматия: Семейная психотерапия. СПб.: Питер, 2010. 287-307 с.

4. Алешина Ю.Е., Воловин А.С. Проблемы усвоения ролей мужчины и женщины. /Вопросы психологии. 2011. № 4. С. 74.

5. Андрусенко В.Н. Социальный страх / В.Н. Андрусенко. Свердловск.: изд. центр «Академия». 1991. 456 с.

6. Большой толковый психологический словарь / Перевод с англ. Ребер Артур. М.: АСТ, Вече, 2011. 560 с.

7. Варга, А. Я. Системная психотерапия. Краткий лекционный курс. СПб.: Питер, 2012. 278 с.

8. Вард, И. Фобия. М.: Проспект, 2010. 78 с.

9. Введение в психологию / Под ред. А. В. Петровского. М.: Академия, 2009. 576 с.

10. Вдовина Е.С, Тревожный ребенок: семинар-практикум. // Ребенок в детском саду. 2012. № 3. с. 81-84.

11. Вологодина, Н. Г. Детские страхи днем и ночью. М.: Феникс, 2006. 106 с.

12. Герасимова Т.А., Уткина С.В. Организация и содержание коррекционно-профилактической работы по преодолению страхов у детей старшего возраста//Развитие и современное состояние теоретических и прикладных социально-психологических и психолого-педагогических исследований в системе образования: Материалы Всероссийской научно- практической конференции. Иваново, 2012. С. 98-99.

13. Гозман, Н. Я., Алешина, Ю. Е. Социально- психологические исследования семьи: проблемы и перспективы / Н. Я. Гозман, Ю. Г. Алешина. // Психологический журнал. 2011. №12. С. 84-92.

14. Детские невротические страхи, их диагностика и коррекция. / Сост. НеболюбоваТ.В., Гриншпун И.Б. М.: Международная Педагогическая академия, 1993. 27 с.

15. Данилина, Т.А. В мире детских эмоций: пособие для практических работников ДОУ / Т.А.Данилина, В.Я.Зедгенидзе, Н.М.Стёпина.- М.: Айрис-пресс, 2010. 160 с.

16. Дементьева И.Ф. Неблагополучные семьи как социальная проблема. //Семья в России. Семья и права ребёнка. 2010. С. 80 -95.

17. Дорохов М.Б. Коррекция детских психоневротических расстройств с помощью игровой интерактивной изотерапии //Вопросы психологи. 2011. № 1. С. 110-116.

18. Дубровина, И. В., Данилова, Е. Е., Прихожан, А. М. Психология: Учебник для студентов средних педагогических заведений / Под ред. И. В. Дубровиной. М.: Академия, 2009. 214 с.

19. Жадаева (Подзорова) ЕЛ. Исследование влияния ситуационных факторов на эмоциональное предвосхищение у детей дошкольного возраста при решении познавательных заданий // Психол. наука и образование. 2006. № 3. с. 15 -28.

20. Жигарькова О. Время тревожных детей // Психологическая газета. 2012. №11. с. 6-7.

21. Захаров, А. И. Дневные и ночные страхи у детей. СПб.: Питер, 2010. 448 с.

22. Захаров, А. И. Как преодолеть страхи у детей. М.: Педагогика, 2009. 112 с.

23. Зверева, О. Л., Ганичева, А. Н. Семейная педагогика и домашнее воспитание. М.: Проспект, 2010. 308 с.

24. Ибахаджиева Л. Эмоциональные образы страха у старших дошкольников// Дошкольное воспитание. 2009. № 8. с. 80-85.

25. Иванова Н.Ф, Преодоление страхов и тревожности у детей 5-7 лет: диагностика, занятия, рекомендации. Волгоград. 2009. 191 с.

26. Коренева, Е.Н. Детские капризы / Е.Н. Коренева. Ярославль: Академия развития, 2014. 75 с.

27. Котова Е. О профилактике детской тревожности // Ребёнок в детском саду. 2013. №5. с. 34.

28. Краткий психологический словарь /Сост. Л.А. Карпенко; Под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. М.: Политиздат, 1985. 431 с.

29. 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. 204 с.

30. Кукушкина М.В. Не бойся - я с тобой (консультация для родителей) // Ребенок в детском саду. 2011. № 5. с. 75-78.

31. Кулинцова, И. Прогоним детские страхи / И. Кулинцова. // Дошкольное воспитание. 2007. №4. С. 24-31.

32. Кьеркегор С. Страх и трепет. М.: ʺРеспубликаʺ, 1993. 288 с.

33. Лешкова, Т. Коробка со страхами / Т. Лешкова // Дошкольное воспитание. 2004. №10. С. 30-32.

34. Лешли, Дж. Работать с маленькими детьми, поощрять их развитие и решать проблемы: пер. с англ.: книга для воспитателя детского сада / Дж. Лешли. М.: Просвещение, 2012. 223 с.

35. Мурашова Е.В. Ваш непонятный ребенок. М: Самокат, 2007. 412 с.

36. Осорина М.В. Секретный мир детей в пространстве мира взрослых. СПб.: Питер, 4-е изд., 2009. 341 с.

37. Овчарова, Р. В. Практическая психология. М.: Сфера, 2008. 337 с.

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

39. Пазылова Е.С. Занятие с психологом «Две шляпы» // Ребенок в детском саду. 2011. № 5. с. 73-75.

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

41. Плаксина Л. И. Теоретические основы коррекционной работы в детском саду для детей с нарушением зрения/ Л. И. Плаксина. М.: ГороД, 1998. 262 с.

42. Плаксина Л.И. Развитие зрительного восприятия в процессе предметного рисования у детей с нарушением зрения: учеб.-метод. Пособие для педагога-дефектолога / Л.И. Плаксина.- М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2008. С. 8-10.

43. Прихожан Д. М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика / A.M. Прихожан. М.: Воронеж, 2000. 285 с.

44. Психологический словарь / Под ред. Ю. Л. Неймера. Ростов- на- Дону.: Феникс, 2003. 604 с.

- Спиваковская А.С. Психотерапия: игра, детство, семья. ООО Апрель Пресс, ЗАО Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. 304 с. (Психология XX век)

45. Степанова, Е. Поиграем в «забавные страхи и смешные ужасы»?

/ Е. Степанова // Дошкольное воспитание. 2011. №5. С. 65-68.

46. Философский словарь / Под ред. А. В. Спиркина. М.: Просвещение, 2000. 458 с.

47. Шишова Т.Л. Страхи - это серьезно. М.: Речь, 2007. 128 с.

48. Целуйко В.М. Психология неблагополучной семьи: Кн. для педагогов и родителей. М., 2006.

49. Юрчук В. В. Современный словарь по психологии. М.:Элайда, 2000. 704 с.