***Содержание***

Введение

Глава 1. Теоретические основы проблемы эмоционально-негативных состояний в старшем дошкольном возрасте

1.1 Страх, как понятие в психологии

1.2 Особенности проявления страхов детей старшего дошкольного возраста

1.3 Коррекция страхов детей старшего дошкольного возраста

Выводы по первой главе

Глава 2. Экспериментальное изучение особенностей страхов детей старшего дошкольного возраста

2.1 База и методы исследования

Заключение

Список литературы

Приложения

***Введение***

Психологическое здоровье детей зависит от социально-экономических, экологических, культурных, психологических и других факторов.

По мнению многих исследователей, ребёнок как самая чувствительная часть социума подвержен разнообразным отрицательным воздействиям. В последние годы, специальные экспериментальные исследования указывают, что наиболее распространёнными явлениями являются тревожность и страхи у детей.

Страх является одной из угрожающих психологическому здоровью ребенка эмоций. Проблему детских страхов рассматривали в своих работах А.И. Захаров, В.И. Гарбузов, М.А. Панфилова, Л. Островская, О.В. Хухлаева и другие.

А.И. Захаров впервые в отечественной и мировой практике рассмотрел причины возникновения и развития эмоционально-негативных состояний. Привел статические данные, показывающие влияние различных факторов.

Актуальность исследования проблемы определяется тем, что с возрастом у детей меняются мотивы поведения, отношение к окружающему миру, взрослым, сверстникам. Если родители и педагоги смогут вовремя увидеть эти перемены, понять изменения, происходящие с ребенком, и в соответствии с этим изменить свои отношения, будет зависеть тот положительный эмоциональный контакт, который является основой нервно-психического здоровья ребенка.

В большинстве случаев эмоционально-негативные состояния возникают по причине родителей, и роль педагога - предупредить возможность их проявления и оградить детей от эмоционально-негативных состояний, вызванных семейными проблемами, душевной травмой или, наоборот, чрезмерной опекой, или же родительской невнимательностью.

страх коррекция дошкольный возраст

Актуальность проблемы и необходимость ее практической разработки определили **тему исследования: "**Особенности страхов детей старшего дошкольного возраста".

**Цель исследования:** изучение психологических особенностей проявления страхов у детей старшего дошкольного возраста.

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

**Предмет исследования:** особенности проявления страхов детей старшего дошкольного возраста.

**Задачи:**

1. Изучить теоретический материал по проблеме исследования.

2. Подобрать диагностический инструментарий по проблеме исследования детских страхов.

**Методологической основой** являются теоретические концепции ведущих отечественных психологов: В.С. Мухиной, Л.С. Выготского, А.Н. Леонтьева о закономерностях развития детской психики, понимание дошкольного детства как особого периода в становлении личности. Диагностика и коррекция детских страхов отражена в исследованиях Л. Костиной, Е.И. Рогова, А.И. Захарова, Г. Эберлейн, К.С. Лебединской, И.В. Дубровиной и др.

# ***Глава 1. Теоретические основы проблемы эмоционально-негативных состояний в старшем дошкольном возрасте***

# ***1.1 Страх, как понятие в психологии***

Понятие страха разрабатывалось многими исследователями и имеет разные трактовки. В современном словаре по психологии под редакцией В.В. Юрчук мы видим, что "страх - это аффективно чувственная эмоция, которая возникает в обстоятельствах превентивности - угрозы - боязни за свою социальную или же биологическую экзистенцию у субъекта" [31].

Р.В. Овчарова рассматривает страх, как эффективное (эмоционально заострённое), отражение в сознании человека конкретной угрозы для его жизни и благополучия [17].

Известный физиолог И.П. Павлов трактует страх как "проявление естественного рефлекса, пассивно-оборонительной реакции с лёгким торможением коры больших полушарий. Страх основан на инстинкте самосохранения, имеет защитный рефлекс и сопровождается определёнными физиологическими изменениями высшей нервной деятельности" [21].

Ю.А. Неймер, А.В. Петровский, М.Г. Ярошевский рассматривают страх как "эмоциональное состояние, которое возникает в ситуациях угрозы биологическому или социальному существованию индивида и направленно на источник действительной и воображаемой опасности" [28].

В.И. Гарбузов говорит о том, что происхождение страхов у детей достаточно сложная проблема. В возникновении страхов велика роль инстинкта самосохранения, предписывающего остерегаться неведомого [1].

По мнению А.И. Захарова, страх - это интенсивно выраженная эмоция. Страх имеет защитный характер и сопровождается определенными физиологическими изменениями высшей нервной деятельности [5]. Если объективно рассмотреть эмоцию страха, то, несмотря на отрицательную окраску, можно констатировать тот факт, что страх выполняет разнообразные функции в жизни человека. На протяжении всего периода развития человеческого рода страх сопровождал людей, проявляясь в боязни темноты, природных явлений, огня. Страх выступил как организатор борьбы людей со стихией. Страх позволяет избежать опасности, так как играл и играет защитную роль. Поэтому А.И. Захаров считает, что страх можно рассматривать как естественное сопровождение человеческого развития [8].

А.И. Захаров отмечает, что страх может развиваться у человека в любом возрасте: у детей от 1 года до 3 лет нередки ночные страхи, на 2-ом году жизни, наиболее часто проявляется страх неожиданных звуков, страх одиночества, страх боли (и связанный с этим страх медицинских работников). В 3-5 лет для детей характерны страхи одиночества, темноты и замкнутого пространства. От 5 - 7 лет ведущим становится страх смерти. От 7 до 11 лет дети больше всего боятся "быть не тем, о ком хорошо говорят, кого уважают, ценят и понимают". Каждому ребенку присущи определенные страхи [5].

По мнению А. Фрейд, З. Фрейд, страх - аффективное состояние ожидания какой-либо опасности. Страх перед каким-то конкретным объектом называется боязнью, в патологических случаях - фобией. Страхи являются результатом неудовлетворенных желаний и потребностей [27].

Понимание опасности, её осознание формируется в процессе жизненного опыта и межличностных отношений, когда некоторые безразличные для ребёнка раздражители постепенно приобретают характер угрожающих воздействий. Обычно в этих случаях говорят о появлении травмирующего опыта (испуг, боль, болезнь, конфликты и т.д.). Гораздо более распространены внушённые детские страхи. Их источник - взрослые, окружающие ребёнка (родители, бабушки, воспитатели детских учреждений), которые непроизвольно заражают ребёнка страхом, тем, что излишне настойчиво, подчёркнуто эмоционально указывают на наличие опасности. Всё это даёт основание говорить об условно - рефлекторном характере страха, даже если ребёнок пугается (вздрагивает) при внезапном стуке или шуме, так как последний когда-то сопровождался крайне неприятным переживанием. Подобное сочетание запечатлелось в памяти в виде определённого эмоционального следа и теперь не произвольно ассоциируется с любым внезапным звуковым воздействием [5].

В самом общем виде страх условно классифицируют на [9]:

ситуационный (возникающий в необычных ситуациях)

личностно обусловленный (предопределяемый характером человека тревожной мнительностью).

Ситуационный страх возникает в необычной, крайне опасной или шокирующей ребенка обстановке. Личностно обусловленный страх предопределен характером человека, например его склонностью к переживанию тревоги, и может появляться в новой обстановке или при контактах с незнакомыми людьми. И в страхе, и в тревоге есть общий эмоциональный компонент в виде чувства волнения и беспокойства, т.е. в них отражается восприятие угрозы или отсутствие чувства безопасности [9].

Страх бывает реальный и воображаемый, острый и хронический. Принято выделять также возрастные страхи, появление которых чаще всего совпадает с определенными изменениями в жизни ребенка, другими словами, возрастные страхи являются отражением личностного развития ребенка [27].

В психологии и педагогике существуют разные классификации страхов. Ю.Л. Неймер выделяет 3 основных вида страхов: реальный, невротический и страх свободный:

Реальный страх - рациональное выражение инстинкта самосохранения как нормальная реакция на восприятие внешней опасности.

Страх невротический - разнообразные формы "бесцельного страха" невротиков, возникают из-за отвлечения либидо от нормального применения, либо из-за отказа психических инстанций.

Страх свободный - общая неопределённая боязливость, готовая на время привязаться к любой появившейся возможности и выражающаяся в состоянии "боязливого ожидания", страх беспредметный, не связанный с каким-либо объектом, вызывающим этот страх [21].

Р.В. Овчарова выделяет следующие виды страхов:

возрастные

невротические

страх сделать ошибку

страх перед школой

Возрастные страхи отмечаются у эмоционально чувствительных детей как отражение особенностей их психического и личностного развития. Возникают они под действием следующих факторов: наличие страхов у родителей, тревожность в отношениях с ребёнком, избыточное предохранение его от опасностей и изоляция от общения со сверстниками. Большое количество запретов со стороны родителя того же пола или полное предоставление свободы ребёнку родителями и другого пола, а также многочисленные нереализуемые угрозы всех взрослых в семье, отсутствие возможности для ролевой идентификации с родителями того же пола, преимущественно у мальчиков. Конфликтные отношения между родителями, психические травмы типа испуга, психологическое заражение страхами в процессе общения со сверстниками и взрослыми [17].

Невротические страхи характеризуются большой эмоциональной интенсивностью и напряжённостью, длительным течением или постоянством, неблагоприятным влиянием на формирование характера и личности, взаимосвязью с другими невротическими расстройствами и переживаниями, избеганием объекта страха. Невротические страхи могут быть результатом длительных и неразрешимых переживаний. Чаще боятся подобным образом чувствительные, испытывающие эмоциональные затруднения в отношениях с родителями дети, их представление о себе искажено эмоциональными переживаниями в семье или конфликтными. Эти дети не могут полагаться на взрослых, как на источник безопасности, авторитета и любви. Дети, которые не приобрели до школы необходимого опыта общения со взрослыми и сверстниками, не уверенны в себе, боятся не оправдать ожидания взрослых, испытывают страх перед педагогом.

Некоторые дети панически бояться сделать ошибку, когда готовят уроки. Это происходит в тех случаях, когда родители педантично их проверяют и при этом очень драматично относятся к ошибкам. Даже если родители не наказывают ребёнка, психологическое наказание всё равно присутствует [17].

В ряде случаев страх перед школой вызван конфликтом со сверстниками, боязнью проявлений физической агрессии с их стороны. Чаще всего подобные страхи с возрастом меняют свой характер, они вызывают у ребёнка чувство бессилия, неспособность справиться со своими чувствами, контролировать их [17].

Наиболее полной можно считать классификацию страхов А.И. Захарова:

по характеру: природные, социальные, ситуативные, личностные.

по степени реальности: реальные и воображаемые.

по степени интенсивности: острые и хронические.

Несмотря на то, что страх - это интенсивно выражаемая эмоция, следует различать его обычный, естественный, или возрастной характер, и патологический уровни. Обычно страх кратковременен, обратим, исчезает с возрастом, не затрагивает глубоко ценностные ориентации человека, существенно не влияет на его характер, поведение и взаимоотношения с окружающими людьми. Некоторые формы страха имеют защитное значение, так как позволяют избежать соприкосновения с объектом страха.

На патологический страх указывают его крайне драматические выражения (ужас, эмоциональный шок, потрясение) или затяжное, навязчивое, труднообратимое течение, непроизвольность, то есть полное отсутствие контроля со стороны сознания, как и не благоприятное воздействие на характер, межличностные отношения и приспособление человека к социальной действительности [5].

Причинами страха могут быть события, условия или ситуации, являющиеся началом опасности. Страх может иметь своим предметом какого-либо человека или объект. Иногда страх не связан ни с чем конкретным, такие страхи переживаются, как беспредметные. Страх может вызываться страданием, это связано с тем, что в детстве сформировались связи между этими чувствами [5].

По мнению Г. Эберлейна наличие устойчивых страхов у детей говорит о неспособности их справиться со своими чувствами, контролировать их, когда дети пугаются, вместо того, чтобы действовать, и не могут остановить чувства [30].

Таким образом, страх представляет собой специфическое острое эмоциональное состояние, особую чувственную реакцию, проявляющуюся в опасной ситуации. Страх имеет условно - рефлекторный характер в психологическом восприятии ребенка. Страх условно классифицируют на: ситуационный (возникающий в необычных ситуациях) и личностно обусловленный (предопределяемый характером человека тревожной мнительностью). Р.В. Овчарова выделяет следующие виды страхов у детей старшего дошкольного возраста: возрастные, невротические, страх сделать ошибку, страх перед школой. Наиболее полной можно считать классификацию страхов А.И. Захарова.

# ***1.2 Особенности проявления страхов детей старшего дошкольного возраста***

В старшем дошкольном возрасте широкое использование символизации эмоциональной жизни ребенка, в его играх, рисунках. Она способствует практическому освоению реального социального пространства. Можно сказать о знаково-символической деятельности, которая выступает в виде моделирования.

Затем у ребенка появляется возможность использовать экспериментирование в символической деятельности. В области эмоциональной жизни это может сказываться следующим образом: в процессе экспериментирования ребенок, оперируя заместителями (например, образами воображения), осуществляет трансформации, не обусловленные логикой реально замещаемых предметов [10].

Возрастным страхам подвержены практически все дети. Наиболее ярко они проявляются у эмоционально чувствительных детей как отображение особенностей их психического и личностного развития. Невротические страхи - результат длительных и неразрешимых переживаний или острых психических потрясений, а также недостаточной уверенности в себе, отсутствия адекватной самооценки, психологической защиты, наличия многочисленных страхов [14]. Невротические страхи отличаются от возрастных: невротический страх возникает раньше или позже возрастного страха, продолжается более длительное время и имеет более выраженный аффективный заряд, блокирующий процесс самопознания и творческого раскрытия личности ребенка [6]. Возрастные страхи носят временный характер и чаще всего исчезают без следа. С невротическими страхами ребенок самостоятельно справиться не может [16].

Ребенок, которому сопутствует чувство страха, обычно скован, замкнут, менее коммуникабелен, чем его сверстники. Он более робок, недоверчив, постоянно чем-то насторожен и часто встреча с новым, неизведанным сопряжена с испугом [19].

Страхи ребенка - спутники и своего рода показатели его развивающегося воображения. Часто страхи детей возникают после просмотра фильмов и чтения книг, на наш взгляд очень безобидных и забавных [4]. Из-за незнания закономерностей природных явлений ребенок может испугаться внезапного порыва ветра, гудящих проводов, прошуршавшего в кустах ежика и т.д. Испуг может перейти в устойчивый страх, если ребенок видит, что взрослый в аналогичной ситуации постоянно испытывает беспокойство. Таким образом, пример поведения взрослых может стать источником детских страхов, ведь одна из особенностей дошкольника - высокая подражательность и внушаемость. Иногда детские страхи возникают в связи с недомоганиями, с различными перегрузками нервной системы. Но главная причина детских страхов - ошибки воспитания [19]. Страхи порождает и боль. Отсюда страх высоты, лестниц у упавших с высоты и сильно ушибившихся детей [1].

А.И. Захаров отмечает, что наибольшая чувствительность к страхам, как у мальчиков, так и у девочек проявляется в 6 лет. К этому возрасту в основных чертах завершается созревание эмоциональной сферы, развивается воображение и умение ставить себя на место другого человека, что расширяет восприятие страхов и делает их переживание более глубоким [8].

Ведущим страхом старшего дошкольного возраста является страх смерти. Его появление означает осознание необратимости в пространстве и времени происходящих возрастных изменений. Ребенок начиняет понимать, что взросление на каком-то этапе знаменует смерть, неизбежность которой вызывает беспокойство как эмоциональное неприятие рациональной необходимости умереть. Ребенок впервые ощущает, что смерть - это неизбежный факт его биографии [5].

Как правило, дети сами справляются с подобными переживаниями, но только в том случае, если в семье жизнерадостная атмосфера, если родители не говорят бесконечно о болезнях, о том, что кто - то умер и с ним (ребенком) тоже может что - то случиться. Если ребенок неспокойный, то тревоги подобного рода только усилят возрастной страх смерти. Страх смерти наиболее ярко выряжен у эмоциональных и впечатлительных детей, обладающих к тому же способностью абстрактному и отвлеченному мышлению. Страх смерти в большинстве случаев встречается у девочек, что связано с более выраженным у них, чем у мальчиков, инстинктом самосохранения. Зато у мальчиков наблюдается более ощутимая связь страха смерти себя, а в последующем, родителей со страхами чужих, незнакомых лиц, начиная с 8-9 месяцев жизни. Следовательно, мальчик, боящийся других людей, будет более подвержен страху смерти, чем девочка, у которой нет такого резкого противопоставления [27].

Старшие дошкольники больше подвержены страхам, если их родители ссорятся между собой. Беспокойство, возникающее в данном случае, перерождается в страх, поскольку дети лишены возможности влиять на конфликт родителей [7].

В.И. Гарбузов говорит о том, что в проблеме детских страхов важны три момента.

Во - первых, детей никогда не следует пугать ради послушания ничем и никем: ни дядей, ни волком, ни бабайкой. Пугать чем-либо - значит пугать смертью. В большей степени взрослые указывают ребенку на реальные опасности, но никогда на мнимые, придуманные, пугают ради послушания. Воспитание страхом является жестоким воспитанием. Последствия такого воспитания - тревожная мнительная личность, чрезмерная осторожность, пассивность и подавление творческого начала.

Во - вторых, родители никогда не стыдят ребенка за испытываемый страх. Насмешки над боязливостью ребенка также жестокость. Стыд и страх взаимосвязаны. Под влиянием насмешек у ребенка из чувства стыда начинает скрываться страх, но он не исчезает, а усиливается. Ребенок остается один на один со страхом, несмотря на то, что у него есть родители. Если взрослый не поможет малышу избавиться от страха, страх покорит психику ребенка и он будет чувствовать себя одиноким, беззащитный. Стремясь избавиться от страха, ребенок прибегнет к действиям, которые закрепятся как вредные привычки: начнет сосать язык, палец и т.д. При этом ребенок пассивен, склонен к депрессии. Страх все больше разрастается, что уже угрожает неврозом.

В - третьих, ребенка никогда не следует оставлять одного в незнакомой ему обстановке, например, когда может появиться что-то неожиданное, пугающее. Исследует неизвестное ребенок только рядом с взрослым [1].

Старший дошкольный возраст - это возраст эмоционального наполнения "Я" ребенка. Чувства уже определяются словами, четко сформулировано стремление к пониманию, доверию, близости с другими людьми. Также формируется чувство общности - понятие "мы", под которым ребенок подразумевает сначала себя и родителей, а затем себя и сверстников. Возрастает самостоятельность - ребенок находит сам себе занятие, не требует постоянного присутствия взрослых и склонен к общению со сверстниками. Развиваются фантазии, а вместе с ними и вероятность появления воображаемых страхов. В эти годы наиболее усиленно формируются такие эмоции, как любовь, нежность, сочувствие и сострадание [7].

Наибольшее влияние оказывает фактор страхов, в который входят страхи одиночества. В старшем дошкольном возрасте страх одиночества, основанный на диффузном чувстве беспокойства, конкретизируется страхом нападения, воплощенным в лице страшных сказочных персонажей. Расшифровка данного сочетания страхов такова: ребенок испытывает чувство опасности и инстинктивный страх перед угрожающими его жизни сказочными персонажами, когда остается один или же без поддержки родителей. Говоря другими словами, он не чувствует себя настолько защищенным, чтобы противостоять в воображении отрицательному воздействию сказочных персонажей [26].

В старшем дошкольном возрасте одной из характеристик является значительное развитие абстрактного мышления, способность к обобщениям, классификациям, осознание категории времени и пространства.

В этом возрасте формируется опыт межличностных отношений, основанный на умении ребенка принимать и играть роли, предвидеть и планировать действия другого, понимать его чувства и намерения. Отношения с людьми становятся более гибкими, разносторонними и, в то же время, целенаправленными. Формируются система ценностей (ценностные ориентации), чувство дома, родства, понимание значения семьи для продолжения рода. До пятилетнего возраста мальчики могут торжественно заявлять матери о своем желании жениться на ней, когда вырастут, а девочки - выйти замуж за отца. С пяти до восьми лет дети - женятся или выходят замуж уже в основном за сверстников, воспроизводя, таким образом, в игровой ситуации форму отношений взрослых [26].

Для детей старшего дошкольного возраста характерны такие качества, как общительность и потребность в дружбе. Заметно преобладание в группе детского сада общения со сверстниками того же пола, принятие в среде которых имеет существенное значение для самоутверждения и адекватной самооценки [25].

Исключительным авторитетом у старших дошкольников пользуется родитель того же пола. Ему подражают в привычках, манере поведения и стилю взаимоотношений с родителей другого пола, которого по-прежнему любят.

Задача воспитателей и родителей - предотвращать такие ситуации, которые бы пугали ребенка, воспитывать его в материалистическом духе. Это значит - давать детям научное объяснение различным явлениям природы, раскрывать ее закономерности. Создавать детям радостное мироощущение, настроение мажора, оптимизма, раскованности [19].

Следовательно, особенности страха в старшем дошкольном возрасте характеризуется динамичностью, а также преобладание определенного страха над другими. Страхи взаимосвязаны со стихиями, боязнь родительского наказания, смерть животных, потерей родителей и их болезни, опоздать и быть непринятым сверстниками.

Поэтому, наиболее эффективными средствами предупреждения развития страхов у детей будут являться обеспечение эмоционального комфорта для ребенка в семье и внимание к его чувствам и переживаниям.

# ***1.3 Коррекция страхов детей старшего дошкольного возраста***

Термин "коррекция" буквально означает "исправление". Психокоррекция - это система мероприятий, направленных на исправление недостатков психологии или поведения человека с помощью специальных средств психологического воздействия [18].

По мнению многих исследователей, ведущими средствами психокоррекции в дошкольном возрасте являются арт-терапия и игротерапия.

Термин "арт-терапия" буквально означает "терапия искусством". Это специализированная форма психотерапии, основанная на искусстве, в первую очередь изобразительном и творческой деятельности [18]. Рисование, как и игра, - это не только отражение в сознании детей окружающей действительности, но и моделирование, выражение отношение к ней. Поэтому через рисунки можно лучше понять интересы детей, их глубокие, не всегда раскрываемые переживания и учесть это при устранении страхов. Рисование предоставляет естественную возможность для развития воображения, гибкости и пластичности мышления [5].

А.И. Захаров на первом этапе предлагает рисование в группе по следующим, поочередно предлагаемым на каждом занятии темам: "В детском саду", "На улице, во дворе", "Дома", "Семья", "Что мне снится страшное" (или "Чего я боюсь днем"), "Что было со мной самое плохое (или хорошее)", "Кем я хочу стать". Темы данных занятий дают возможность отобразить проблемы во взаимоотношениях ребенка в детском саду, дома, отобразить наиболее яркий страх, что может послужить основой для последующей, психотерапевтически ориентированной работы. Следующим этапом рисования в группе может быть направленное устранение всех страхов, которым подвержен ребенок [8]. Для этого в индивидуальной беседе выясняют, чего боится ребенок. Составив список страхов, воспитатель дает задание нарисовать их. Детям объясняется цель рисования страхов как способа избавления от них. Каждому ребенку дается задание нарисовать первый, идущий по индивидуальному списку страх, после выполнения задания, предлагается нарисовать следующий. Важно каждый раз выражать одобрение по поводу выполнения задания. Через несколько дней проводится обсуждение рисунков, с каждым ребенком индивидуально, во избежание подражания детьми друг друга. Последовательно показывают рисунки и спрашивают о том, боится или нет теперь. Отрицание страха закрепляется похвалой. Оставшиеся страхи предлагается нарисовать снова, но так, чтобы на рисунках ребенок изобразил себя небоящимся. Подобная установка действует в качестве косвенного внушения или дополнительного стимула преодоления страха. Через несколько дней после окончания повторного рисования страхов проводится индивидуальное обсуждение рисунков, снова задается вопрос, боится ребенок или нет, положительный успех закрепляется похвалой. Как отмечает автор, большинство детей из тех, кто после первого тура рисования еще боялся, перестают испытывать страх [7].

Программа Центра лечебной педагогики "Развитие творческих способностей ребенка на занятиях изобразительной деятельностью" по развитию творческих способностей детей, имеющих различные нарушения развития, предлагает использовать метод рисования образов, выражающих страхи ребенка, депрессию и другие состояния души. Для преодоления травмирующих ребенка ситуаций программой рекомендуется использование различных методик:

- рисование знакомых ребенку персонажей, героев сказок и мультфильмов, которые так же как ребенок, испытывают страх;

- рисование-игра, когда сначала изображается объект тревоги, а затем его закрашивают;

- изображения образа, страшащего ребенка, гуашью или акварелью на кафеле в ванной комнате;

- изображение объекта страха, трансформируя и изменяя его облик;

- гармонизация состояния ребенка, переживающего страх, путем использования красок различных цветов и различной насыщенности;

- рисование на больших листах бумаги широкой кистью или руками [22].

Авторы программы отмечают, что воплощение в рисунке образов, связанных со страхом позволяет ребенку увидеть этот страх со стороны, пережить его еще раз, рассмотреть подробно все его качества. Ребенок может вычленить различные эмоции внутри своего переживания (страха). Силу переживания снимает и степень подробности проработки образа (страха). Присутствие педагога и тесный контакт в процессе изображения ситуации, страшащей ребенка, позволяют разделить с ним травмирующее переживание, облегчают для ребенка его тяжесть [22].

Игровая терапия - метод психотерапевтического воздействия на детей с использованием игры [18].А.И. Захаров разработал методику игровой психотерапии, которая является частью целого комплекса различных воздействий на ребенка [24]. По мнению А.Я. Варги, игровая терапия - нередко единственный путь помощи тем, кто еще смотрит на мир снизу вверх, но в мире фантазий и образов является повелителем. Игровая терапия позволяет целенаправленно развивать воображение детей в ходе специально организованных игровых занятий [29].В.И. Гарбузов говорит о том, что игра - лучшая психотерапия. Страхи изживаются в игре символическим действием, когда страх побеждается, когда превращается в обыденное [1].

А.И. Захаров предлагает работу по коррекции детских страхов вести в несколько этапов. На первом этапе детям предлагается комплекс подвижных игр (5 + 5). В первую пятерку входят следующие игры:

. игры с мячом, предполагающие внезапное бросание мяча друг другу детьми, сопровождающееся словами "на", "держи" и т.п.;

2. поочередное проникновение с разбега в круг детей, держащихся за руки;

. борьба-соревнование, сражения на саблях, метание мяча друг в друга;

. лазание на перегонки по шведской стенке и спрыгивание вниз на мат (со страховкой взрослого), перепрыгивание веревки, небольшой ямки с песком;

. прохождение по детским стульям, находящимся на расстоянии друг от друга, с тем, чтобы вернуться обратно и, спрыгнув с последнего стула, получить приз [7].

Эти игры развивают быстроту реакции, уменьшают эмоциональное торможение и скованность. Следующие пять игр развивают достигнутые результаты и позволяют уменьшить страхи и неуверенность в себе:

. "пятнашки" - своеобразная разминка к последующим играм, содержит ряд правил, которые осложняют задачу (ограниченность пространства, расставленные стулья, пятнать только по спине);

2. "жмурки" - улучшает настроение детей, двигательное оживление. Ведущий в этой игре всячески пытается напугать тех, кого он ищет, чтоб участники игру обнаружили себя. Игра способствует развитию выдержки, терпения у нервно ослабленных детей, также игра способствует снижению страха темноты, одиночества, неожиданного, внезапного воздействия;

. "прятки" - данная игра также способствует снижению интенсивности страха одиночества;

. "кто первый?" - в игре создаются элементы ожидания, неизвестности, путаницы и вместе с тем неожиданности и внезапности. Психологический механизм воздействия этой и следующей игры заключается в преодолении посредством эмоционального вовлечения и группового подражания состояния скованности и торможения, когда нужно действовать, снять оцепенение, страх и неуверенность в себе;

. "быстрые ответы" - быстром темпе детям, стоящим на одной линии, задаются вопросы, на которые нужно ответить сразу же, без долгого раздумывания.

Следующим этапом игровой коррекции страхов являются ролевые игры, проводимые по сюжетам известных сказок. Знание психологии сказочных персонажей помогает содержательно построить игровые занятия - драматизацию известных сказок - с целью объединения детей, улучшения их взаимодействия, развития ролевых функций общения и преодоления страхов. Для чтения отбираются сказки, доступные возрасту, которые читаются через день в течение определенного времени. После знакомства со сказками выбираются те из них, которые представляют наибольший интерес для детей, главное в том, чтобы ребенок сыграл роль того сказочного персонажа, которого боится, т.е. был в его образе и тем самым отреагировал чувство страха перед ним [22].

Также А.И. Захаров предлагает использовать игровую коррекцию поведения, драматизируя в группе историй на темы страхов, оставшихся после рисования. Каждый из них отражается в виде отдельных фантастических историй - это сказки типа: "Жил-был…", реальные истории воспроизводят то, чего боится ребенок в жизни по типу: "Однажды…". Истории могут сочиняться дома, о чем сообщается родителям с просьбой записать их. После того, как в группе будет подготовлено несколько историй, детям предлагается их инсценировать. Автору истории предлагается выбрать роль для главного героя и остальных действующих лиц. Цель ролевой трансформации поведения - изжить страх перед сказочным или реальным образом посредством овладения, манипулирования в игре, регулирование ранее подавленных в связи с ним эмоций [7].

Е.И. Рогов в пособии "Настольная книга практического психолога в образовании" предлагает следующие методы коррекции страхов, не связанных с нарушениями личностных отношений [23]:

. повышение общего уровня эмоционального переживания ребенка, т.е. научить ребенка испытывать положительные эмоции, что может быть достигнуто разнообразными игровыми методами;

2. разыгрывание ситуации взаимодействия с предметом страха в игре, что помогает отрегулировать остаточное напряжение от стрессового воздействия, которое порождает явление неадекватного страха в обычных неэкстремальных ситуациях. Манипулирование предметом страха - способность управлять пугающим предметом, держать его в руках поможет ребенку приобрести чувство превосходства, властвования над ним;

. эмоциональное переключение, т.е. показать ребенку незначительность пугающего объекта, которое может быть подчеркнуто короткой фразой, выразительным жестом;

. подражание и заражение, когда ребенок, подражая взрослому не только в поведении, но и оценкам, заражается его состоянием;

. эмоциональные качели, принцип заключается в переходе одного состояния в другое - противоположное;

. эмоциональный конфликт, поскольку страх - эмоциональное явление, то "вытормозить" его можно более сильной эмоцией;

. анатомирование страха - здесь коррекционная работа проводится не с самим страхом, а с личностным отношением ребенка к причинам их породившим, в случае успеха, страх исчезает сам;

. привыкание или сенсибилизация - уменьшение чувствительности по отношению к пугающему объекту, которое происходит в результате узнавания ребенком того, что из себя представляет объект его страха, а также в результате наблюдения ребенком нейтрального отношения взрослого к страшному объекту [23].

Л. Костина, анализируя основы психокоррекционной работы с детьми, отмечает, что в дошкольном возрасте одним из наиболее эффективных методов является игровая терапия. В связи с этим, автор предлагает оригинальную интегративную игровую терапию для коррекции высокого уровня тревожности, страхов у детей дошкольного возраста [12].

Л.М. Гусева в психокоррекционной работе с детьми предлагает использовать групповую терапию и следующие ее виды [2]:

. танцевальная терапия, в которой движения приводят к экспрессивному освобождения чувств, снятию напряжения;

. терапия искусством, где образы художественного творчества отражают все виды подсознательных процессов, включая страхи, которые легче выражаются с помощью зрительных образов;

. двигательная терапия, тесно связана с танцевальной терапией, где все отрицательные эмоции съеживают фигуру человека, а все положительные - "развертывают";

. телесная терапия - вигательные упражнения поощряют высвобождение примитивных чувств, использование физического контакта, такого, как массаж, способствует снятию напряжения;

. тренинг умений и навыков, целью которого является обучение приспособительным умениям, полезным при столкновении со сложными жизненными ситуациями;

. игровая терапия - игра придает конкретную форму и выражение внутреннему миру ребенка;

. сказкотерапия.

Как отмечает А.И. Захаров, знание психологии сказочных персонажей помогает содержательно построить драматизацию известных сказок с целью объединения детей, преодоления страхов перед сказочными персонажами: Змеем Горынычем, Бабой Ягой, Кощеем, волком [8].

В практике сказкотерапии используются три варианта кукол:

 куклы-марионетки (очень просты в изготовлении, могут быть без лица, что дает ребенку возможность для фантазирования);

 пальчиковые куклы;

 куклы теневого театра (используются, преимущественно, для работы с детскими страхами).

Выделяют несколько приемов работы со сказкой: анализ, рассказывание, переписывание, сочинение новых сказок. Оживляя свой страх, играя с ним, ребенок бессознательно запечатлевает то, что он может сам управлять своим страхом. Ребенку предлагается придумать историю про свой страх, разыграть ее [6].

А.М. Поваляева, составитель сборника "Нетрадиционные методы в коррекционной педагогике", предлагает использовать в рамках игровой терапии куклотерапию. Цель куклотерапии - помочь детям ликвидировать болезненные переживания, укрепить психическое здоровье. Продуманный подбор соответствующих игрушек способствует выражению чувств [15]:

) игрушки из реальной жизни (кукольное семейство, кукольный домик, машины, лодки и т.п.);

) игрушки помогающие снять агрессию (солдатики, ружья, игрушки, изображающие диких животных и др.);

) игрушки для творческого самовыражения и ослабления эмоций (песок и вода).

Иногда кукла может вызывать у ребенка сильные эмоции, эмоциональную привязанность, можно этой кукле роль защитника (пока кукла здесь, тебя никто не обидит) [15].

Таким образом, из разнообразных методов и приемов психологической коррекции страхов выделяется использование изобразительного творчества и игры, как одних из ведущих видов деятельности детей дошкольного возраста. Тем самым можно подчеркнуть своевременность и актуальность этих способов воздействия, дающих возможность помочь детям справится с их страхами.

# ***Выводы по первой главе***

Страх представляет собой специфическое острое эмоциональное состояние, особую чувственную реакцию, проявляющуюся в опасной ситуации. Страх имеет условно - рефлекторный характер в психологическом восприятии ребенка. Страх условно классифицируют на: ситуационный (возникающий в необычных ситуациях) и личностно обусловленный (предопределяемый характером человека тревожной мнительностью). Р.В. Овчарова выделяет следующие виды страхов у детей старшего дошкольного возраста: возрастные, невротические, страх сделать ошибку, страх перед школой. Наиболее полной можно считать классификацию страхов А.И. Захарова.

Известно, что особенности страха в старшем дошкольном возрасте характеризуется динамичностью, а также преобладание определенного страха над другими.

Страхи старшего дошкольного возраста взаимосвязаны со стихиями, боязнь родительского наказания, смерть животных, потерей родителей и их болезни, опоздать и быть непринятым сверстниками.

Наиболее эффективными средствами предупреждения развития страхов у детей будут являться обеспечение эмоционального комфорта для ребенка в семье и внимание к его чувствам и переживаниям.

Из разнообразных методов и приемов психологической коррекции страхов выделяется использование изобразительного творчества и игры, как одних из ведущих видов деятельности детей дошкольного возраста. Тем самым можно подчеркнуть своевременность и актуальность этих способов воздействия, дающих возможность помочь детям справится с их страхами.

В дошкольном возрасте страхи наиболее успешно подвергаются психологическому воздействию, поскольку они пока больше обусловлены эмоциями, чем характером, и во многом носят возрастной переходящий характер. Если в этом возрасте не будет сформировано умение оценивать свои поступки с точки зрения социальных предписаний, то в дальнейшем это будет весьма трудно сделать, так как упущено благоприятное время для формирования чувства ответственности.

# ***Глава 2. Экспериментальное изучение особенностей страхов детей старшего дошкольного возраста***

# ***2.1 База и методы исследования***

Цель: изучение психологических особенностей проявления страхов у детей старшего дошкольного возраста.

Задачи:

. Изучить теоретический материал по проблеме исследования страха у детей старшего дошкольного возраста.

. Подобрать диагностический инструментарий по проблеме исследования детских страхов.

В нашем исследовании на основе поставленных задач мы подобрали ряд психодиагностических методик, в частности методику выявления детских страхов А.И. Захарова и М.А. Панфиловой "Страхи в домиках", методику выявления страхов у детей с помощью специального теста тревожности Р. Тэммла, М. Дорки и В. Амена, а так же опросник с целью оценки страхов у ребенка родителями, педагогом или психологом А.И. Захарова.

## *Методика 1 "Страхи в домиках".*

## Авторы: А.И. Захаров и М.А. Панфилова.

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

Данная методика подходит в тех случаях, когда ребенок еще плохо рисует или не любит рисовать (хотя такое задание даже не интересующиеся рисованием дети принимаю обычно с удовольствием). Взрослый рисует контурно два дома: черный и красный. И потом предлагает расселить в домики страхи из списка (взрослые называет по очереди страхи). Записывать нужно те страхи, которые ребенок поселил в черный домик, т.е. признал, что он боится этого. У детей постарше можно спросить: "Скажи, ты боишься или не боишься.".

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

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

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

**Инструкция для ребенка: "**В черном домике живут страшные страхи, а в красном - не страшные. Помоги мне расселить страхи из списка по домикам".

Ты боишься:

. когда остаешься один;

2. нападения;

. заболеть, заразиться;

. умереть;

. того, что умрут твои родители;

. каких-то детей;

. каких-то людей;

. мамы или папы;

. того, что они тебя накажут;

. Бабы Яги, Кощея Бессмертного, Змея Горыныча, чудовища;

. перед тем как заснуть;

. страшных снов (каких именно);

. темноты;

. волка, медведя, собак, пауков, змей (страхи животных);

. машин, поездов, самолетов (страхи транспорта);

. бури, урагана, наводнения, землетрясения (страхи стихии);

. когда очень высоко (страх высоты);

. когда очень глубоко (страх глубины);

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

. воды;

. огня;

. пожара;

. войны;

. больших улиц, площадей;

. врачей (кроме зубных);

. крови (когда идет кровь);

. уколов;

. боли (когда больно);

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

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

. опоздать в сад (школу).

. Все перечисленные здесь страхи можно разделить на несколько групп:

 медицинские страхи - боль, уколы, врачи, болезни;

 страхи, связанные с причинением физического ущерба - транспорт, неожиданные звуки, пожар, война, стихии;

 страх смерти (своей);

 боязнь животных;

 страхи сказочных персонажей;

 страх темноты и кошмарных снов;

 социально-опосредованные страхи - людей, детей, наказаний, опозданий, одиночества;

 пространственные страхи - высоты, глубины, замкнутых пространств.

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

Так, присущие детям средней группы (4-5 лет), наиболее выраженные страхи (Приложение 1).

Для детей подготовительной группы (5-7 лет) характерны такие страхи (Приложение 2).

**Возрастные особенности появления страхов.**

*Младший дошкольный возраст:* боязнь сказочных персонажей, уколов, боли, крови, высоты, неожиданных звуков, одиночества, темноты, замкнутого пространства.

*Старший дошкольный возраст:* страх смерти, смерти родителей, страх животных, сказочных персонажей, глубины, страшных снов, огня, пожара, нападения, страх войны.

*Младший школьный возраст:* страх опоздания в школу, порицания, сделать что-нибудь не так, страх несчастья (магические представления).

*Подростковый возраст:* страх смерти родителей, страх войны.

**Возрастные нормы (**по А.И. Захарову) - **среднее число страхов:**

 в дошкольном возрасте: - у девочек =10,3; у мальчиков - 8,2;

 в школьном возрасте: - у мальчиков = 6,9; у девочек = 9,2.

**Среднее число страхов у детей:** по полу и возрасту (Приложение 3).

Методика 2. Выявление страхов у детей с помощью специального теста тревожности.

Авторы: Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен. [25].

Назначение теста: определение уровня тревожности ребенка.

Описание теста: экспериментальный материал состоит из 14 рисунков размером 8,5\*11 см. Каждый рисунок представляет собой некоторую типичную для жизни младшего школьника ситуацию.

Каждый рисунок выполнен в двух вариантах: для девочки (на рисунке изображена девочка) и для мальчика (на рисунке изображен мальчик). Лицо ребенка на рисунке не прорисовано, дан лишь контур головы. Каждый рисунок снабжен двумя дополнительными рисунками детской головы, по размерам точно соответствующими контуру лица на рисунке. На одном из дополнительных рисунков изображено улыбающееся лицо ребенка, на другом - печальное.

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

. Игра с младшими детьми. "Как ты думаешь, какое лицо будет у ребёнка: весёлое или печальное? Он (она) играет с малышами".

2. Ребёнок и мать с младенцем. "Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое? Он (она) гуляет со своей мамой и малышом".

. Объект агрессии. "Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое?"

. Одевание. "Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое? Он (она) одевается".

. Игра со старшими детьми. "Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое? Он (она) играет со старшими детьми".

. Укладывание спать в одиночестве. "Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое? Он (она) идёт спать".

. Умывание. "Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое? Он (она) в ванной".

. Выговор. "Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое?"

. Игнорирование. "Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое?"

. Агрессивное нападение. "Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое?"

. Собирание игрушек. "Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое? Он (она) убирает игрушки".

. Изоляция. "Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое?"

. Ребёнок с родителями. "Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое? Он (она) со своими мамой и папой".

. Еда в одиночестве. "Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое? Он (она) ест".

Во избежание персеверативных выборов у ребенка в инструкции чередуются определения лица. Дополнительные вопросы ребенку не задаются.

Выбор ребёнком соответствующего лица и высказывания каждого ребёнка можно зафиксировать в специальном протоколе (Приложение 4).

Анализ результатов теста.

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

ИТ = (число эмоциональных негативных выборов / 14) \* 100%.

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

 высокий уровень тревожности (ИТ выше 50%);

 средний уровень тревожности (ИТ от 20 до 50%);

 низкий уровень тревожности (ИТ от 0 до 20%).

Качественный анализ: каждый ответ ребенка анализируется отдельно. Делаются выводы относительно возможного характера эмоционального опыта ребенка в данной (и подобной ей) ситуации. Особенно высоким проективным значением обладают Рисунки №4 ("Одевание"), №6 ("Укладывание спать в одиночестве"), №14 ("Еда в одиночестве"). Дети, делающие в этих ситуациях отрицательный эмоциональный выбор, вероятнее всего будут обладать наивысшим индексом тревожности ИТ; дети, делающие отрицательные эмоциональные выборы в ситуациях, изображенных на рисунках №2 ("Ребенок и мать с младенцем"), №7 ("Умывание"), №9 ("Игнорирование") и №11 ("Собирание игрушек"), с большей вероятностью будут обладать высоким или средним индексом тревожности ИТ.

Как правило, наибольший уровень тревожности проявляется в ситуациях, моделирующих отношения ребенок-ребенок ("Игра с младшими детьми", "Объект агрессии", "Игра со старшими детьми", "Агрессивное нападение", "Изоляция"). Значительно ниже уровень тревожности в рисунках, моделирующих отношения ребенок-взрослый ("Ребенок и мать с младенцем", "Выговор", "Игнорирование", "Ребенок с родителями"), и в ситуациях, моделирующих повседневные действия ("Одевание", "Укладывание спать в одиночестве", "Умывание", "Собирание игрушек", "Еда в одиночестве").

Методика 3 "Опросник А.И. Захарова".

Описание: данный опросник может быть использован с целью оценки страхов у ребенка родителями, педагогом или психологом.

Инструкция: оцените степень выраженности каждого из страхов в поведении или состоянии ребенка в соответствии со шкалой:

 интенсивное - 2 балла;

 встречается периодически - 1 балл;

 отсутствует - 0 баллов.

Тестовое задание:

. Легко расстраивается, много переживает, все слишком близко принимает к сердцу.

2. Чуть, что в слезы, плачет навзрыд или ноет, ворчит, не может успокоиться.

. Капризничает ни с того, ни с сего, раздражается по пустякам, не может ждать, терпеть.

. Более чем часто обижается, "дуется", не переносит никаких замечаний.

. Крайне неустойчив в настроении, вплоть до того, что может смеяться и плакать одновременно.

. Все больше грустит и печалится без видимой причины.

. Как и впервые годы снова сосет соску, палец, все вертит в руках.

. Во время тихого часа (ночного сна) долго не засыпает без присутствия рядом воспитателя (родителя), беспокойно спит, просыпается, не может сразу прийти в себя после сна.

. Становится повышенно возбужденным, когда нужно сдерживать себя, или заторможенным и вялым при выполнении заданий.

. Появляется выраженные страхи, опасения, боязливость любых новых, неизвестных или ответственных ситуаций.

. Нарастает неуверенность в себе, нерешимость в действиях и поступках.

. Все быстрее устает, отвлекается, не может концентрировать внимание продолжительное время.

. Все труднее найти с ним общий язык, договориться, становится сам не свой, без конца меняет решение или уходит в себя.

. Начинает жаловаться на головные боли вечером или боли в области живота утром, нередко бледнеет, краснеет, потеет, беспокоит зуд без видимой причины, аллергия, раздражение кожи.

. Снижается аппетит, часто подолгу болеет, повышается без причины температура, часто пропускает детский сад.

Результаты теста.

Количественный анализ - подсчет общего количества баллов, оценка уровня невротизации:

 если набрано от 20 до 30 баллов, то наличие невроза у ребенка достоверно;

 если набрано от 15 до 20 баллов, то нервное расстройство было или будет в ближайшее время;

 если набрано от 10 до 15 баллов, то нервное расстройство не обязательно достигающее стадии заболевания;

 если набрано от 5 до 10 баллов, то необходимо более внимательно относиться к нервной системе ребенка;

 если набрано до 5 баллов, то отклонения несущественны или являются выражением возрастных преходящих особенностей ребенка.

Качественный анализ - интерпретируется полученный показатель. Можно проанализировать группы симптомов:

 соматовегетативные: 12, 14, 15;

 эмоциональные трудности (сенситивность, лабильность, страхи, снижение настроения): 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10;

 самооценочные проблемы: 11, 13.

# ***Заключение***

Эмоциональное развитие ребенка - это богатство его чувств, их разнообразие. Дети радуются, плачут, испытывают страх, печаль, тревогу. Однако у разных детей различна глубина и интенсивность эмоций. Эти характеристики зависят от физиологических, психологических и социальных факторов. В каждом возрасте наблюдаются так называемые нормативные страхи, которые появляются как результат развития интеллектуальной сферы и воображения. При благоприятных обстоятельствах жизни ребенка такие страхи исчезают: дети из них "вырастают". Но бывают случаи, когда страхи накапливаются, нарастая как снежный ком, мешают личностному развитию ребенка и создают для него адаптационные, невротические и другие проблемы.

Нестабильность нашей жизни, многочисленные социальные проблемы, издержки воспитания детей в семье и детском саду и целый ряд других факторов - вот причины появления у современных дошкольников невротических отклонений. Предупредить их формирование можно, прежде всего, необходимо своевременно диагностировать отклонения в поведении ребенка, его склонность к беспокойству и страхам, отсутствие адекватной психологической защиты, неблагоприятно сказывающихся на самочувствии ребенка, создающих определенные трудности в его жизни.

Страх играет немаловажную роль в жизни ребёнка, с одной стороны, он может уберечь от необдуманных и рискованных поступков. С другой - положительные и устойчивые страхи препятствуют развитию личности ребёнка, сковывают творческую энергию, способствуют формированию неуверенности и повышенной тревожности.

Страхи неизбежно сопровождают развитие ребенка и появление различных эмоциональных нарушений, психологических проблем связано с рядом неблагоприятных событий, произошедших в детстве.

Профилактика страхов состоит, прежде всего, в воспитании таких качеств, как оптимизм, уверенность в себе, самостоятельность. Ребенок должен знать то, что ему положено знать по возрасту, о реальных опасностях и угрозах, и относиться к этому адекватно. Существующие способы снижения и контроля страха основываются, прежде всего, на теории научения.

Коррекция страхов осуществляется посредством игротерапии, сказкотерапии, арттерапии, куклотерапии, улучшения детско-родительских отношений.

Рисование используют в коррекционных целях. Рисуя, ребенок дает выход своим чувствам и переживаниям, желаниям и мечтам, перестраивает свои отношения в различных ситуациях и безболезненно соприкасается с некоторыми пугающими, неприятными и травмирующими образами.

Важность активной коррекционной работы с детскими страхами обусловлена тем, что сам по себе страх способен оказывать патогенное влияние на развитие различных сфер личности ребёнка.

# ***Список литературы***

1. Гарбузов, В.И. Нервные дети: Советы врача [Текст] / В.И. Гарбузов. - СПб.: Медицина, 1990. - 176 с.

. Гусева, Л.М. Эмоциональное благополучие в развитии личности ребенка [Текст] / Л.М. Гусева. - Чебоксары: Чувашский государственный педагогический институт им. И.Я. Яковлева, 1997. - 64 с.

. Дубровина, И.В. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми [Текст] / А.Д. Андреева [и др.]; под общей ред. И.В. Дубровиной. - М.: Академия, 1998. - 160 с.

. Дьяченко, О.М. Психическое развитие дошкольников [Текст] / О.М. Дьяченко, Т.В. Лаврентьева. - М.: Педагогика, 1984. - 128 с.

. Захаров, А.И. Дневные и ночные страхи у детей [Текст] / А.И. Захаров. - СПб: Изд-во Союз, 2005. - 448 с.

. Захаров, А.И. Как помочь нашим детям избавиться от страхов [Текст] / А.И. Захаров. - СПб.: Гиппократ, 2007. - 128 с.

. Захаров, А.И. Как предупредить отклонения в поведении ребенка [Текст] / А.И. Захаров. - М.: Просвещение, 2006. - 115с.

. Захаров, А.И. Как преодолеть страхи у детей [Текст] / А.И. Захаров. - М.: Педагогика, 2006. - 109 с.

. Изард, К.Э. Эмоции человека [Текст] / К.Э. Изард. - М.: Директ-Медиа, 2008. - 954 с.

. Климанова, Ю.Л. Нарисуй свой страх: Детские страхи [Текст] / Ю.Л. Климанова. // Семья и школа. - 2005. - № 9. - С.22-24.

. Коломинский, Я.Л. Диагностика и коррекция психического развития дошкольника [Текст] / Я.Л. Коломинский. - Минск.: Университет, - 1997. - 327с.

. Костина, Л.М. Коррекция тревожности методом интегративной игровой терапии [Текст] / Л. Костина // Дошкольное воспитание. - 2003. - № 10. - С.54 - 61.

. Котова, Е.О. О профилактике детской тревожности [Текст] / Е.О. Котова // Ребёнок в детском саду. - 2003. - №5. - С.34-38.

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

. Нетрадиционные методы в коррекционной педагогике [Текст] / сост.А.М. Поваляева. - Ростов н\Д: Феникс, 2006. - 349 с.

. Николаева, Н. Коррекционная работа по преодолению детских страхов в консультативной практике [Текст] / Н. Николаева // Школьный психолог. - 2007. - №7. - С.10-12.

. Овчарова, Р.В. Практическая психология [Текст] / - М.: ТЦ Сфера, 2006. - 337 с.

. Осипова, А.А. Общая психокоррекция [Текст] / учебное пособие / А.А. Осипова. - М.: ТЦ Сфера, 2007. - 512 с.

. Островская, Л. Детские страхи [Текст] / Л. Островская // Дошкольное воспитание. - 1987. - №10. - С.77-82.

. Панфилова, М.А. Игротерапия общения: тесты и коррекционные игры [Текст] / М.А. Панфилова. - М.: Гном-пресс. - 2002. - 160 с.

. Популярная психология [Текст]: Учеб. пособие для студ. пед. институтов / Сост.В. В. Мираненко. - М.: Просвещение, 2007. - 399 с.

. Развитие творческих способностей на занятиях изобразительной деятельностью [Текст] / сост. М.В. Водинская, М.С. Шапиро. - М.: Теревинф, 2006. - 48 с.

. Рогов, Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании [Текст] / Е.И. Рогов. - М.: Просвещение, 2005. - 248 с.

. Спиваковская, А.С. Профилактика детских неврозов: комплексная психологическая коррекция [Текст] / А.С. Спиваковская. - М.: Изд-во МГУ, 1988. - 200 с.

. Урунтаева, Г.А. Дошкольная психология [Текст] / Г.А. Урунтаева. - М.: Академия, 1997. - 332 с.

. Фельдштейн, Д.И. Психологические проблемы взаимодействия взрослых и детей [Текст] / Д.И. Фельдштейн // Мир психологии. - М., 1996. - № 1. - С.5 - 8.

. Фрейд, З. Психология бессознательного [Текст] / З. Фрейд. - М.: 1989. - 296 с.

. Хомская, Е.Д. Нейропсихология [Текст] / Е.Д. Хомская. - М.: Изд-во Моск. гос. ун-та, 2005. - 288 с.

. Широкова, Г.А. Справочник дошкольного психолога [Текст]: справочное издание / Г.А. Широкова. - 2-е изд. - Ростов н/Д.: Феникс, 2004. - 384 с.

. Эберлейн, Г. Страхи здоровых детей [Текст] / Г. Эберлейн. - М.: Знание, 2006. - 192 с.

. Юрчук, В.В. Современный словарь по психологии [Текст] / В.В. Юрчук. - М.: Элайда, 2000. - 704 с.

# ***Приложения***

***Приложение 1***

Таблица 1.1

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Выраженные страхи | у девочек | у мальчиков |
| страх одиночества | в 100% случаев | 90% |
| страх смерти родителей | 100% | 70% |
| страх умереть | 100% | 30% |
| страх родителей | 60% | 90% |
| страх снов | 100% | 80% |
| страх войны | 70% | 90% |
| страх темноты | 90% | 60% |
| страх перед животными | 90% | 70% |
| страх чудовищ | 40% | 60% |
| страх высоты | 70% | 40% |
| страх глубины | 30% | 30% |
| страх замкнутого пространства | 30% | 40% |
| страх огня и пожара | 100% | 70% |
| страх перед врачами | 20% | 20% |
| страх крови | 50% | 30% |
| страх перед уколами | 50% | 30% |
| страх боли | 40% | 50% |
| страх резких звуков | 30% | 30% |

***Приложение 2***

Таблица 2.1

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Выраженные страхи | у девочек | у мальчиков |
| страх перед нападением | 70% | 90% |
| страх умереть | 100% | 50% |
| страх смерти родителей | 100% | 60% |
| страх перед папой и мамой | 90% | 90% |
| страх наказания | 70% | 100% |
| страх чудовищ | 50% | 80% |
| страх глубины | 90% | 40% |
| страх перед стихией | 80% | 60% |
| страх высоты | 90% | 40% |
| страх пожара | 100% | 60% |
| боязнь врачей и боли | 80% | 50% |
| боязнь крови | 100% | 20% |
| боязнь уколов | 90% | 40% |
| страх перед неожиданными звуками | 100% | 60% |
| страх темноты | 60% | 40% |
| страх увидеть страшные сны | 70% | 40% |
| страх замкнутого пространства | 70% | 20% |
| страх войны | 70% | 60% |
| страх огня | 60% | 60% |
| страх больших улиц | 20% | 20% |

***Приложение 3***

Таблица 3.1

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Возраст | Мальчики | Девочки |
| 3 | 9 | 7 |
| 4 | 7 | 9 |
| 5 | 8 | 11 |
| 6 | 9 | 11 |
| 7д | 9 | 12 |
| 7м | 6 | 9 |
| 8 | 6 | 9 |
| 9 | 7 | 10 |
| 10 | 7 | 10 |
| 11 | 8 | 11 |
| 12 | 7 | 8 |
| 13 | 8 | 9 |
| 14 | 6 | 9 |
| 15 | 6 | 7 |

***Приложение 4***

 

Рис. 4.1 Рис. 4.2.

 

Рис. 4.3 Рис. 4.4

 

Рис.4.5 Рис. 4.6.

 

Рис. 4.7 Рис. 4.8.

 

Рис. 4.9 Рис. 4.10.

 

Рис. 4.11. Рис. 4.12.

 

Рис. 4.13. Рис. 4.14.