Содержание

Введение

1. Теоретический анализ научной литературы по проблеме возникновения и коррекции страхов у детей дошкольного возраста средствами игротерапии

1.1 Проблема детских страхов в психологии

.2 Причины возникновения страхов у детей старшего дошкольного возраста

2. Методы коррекции страхов в дошкольном возрасте

.1 Направление работы по коррекции страхов у детей

.2 Игротерапия как способ коррекции страхов у детей дошкольного возраста

Заключение

Список использованной литературы

# Введение

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

Дошкольный возраст характеризуется сильнейшей зависимостью от взрослого, и прохождение этого этапа становления личности во многом определяется тем, как складываются отношения ребенка со взрослыми. Увеличение числа неврозов у родителей сказывается на увеличении числа страхов у детей, порождая своеобразный замкнутый круг, разорвать который можно только одновременным оказанием эффективной и доступной психологической помощи всем его участникам.

Страх, как и другие неприятные переживания не является однозначно «вредным» для ребенка. Любая эмоция выполняет определенную функцию и позволяет ориентироваться в окружающей его предметной и социальной среде. Так, страх защищает человека от излишнего риска, регулирует деятельность, поведение, уводит от опасностей, возможности получения травмы. В этом проявляется охранительная функция страхов. Детские страхи - это обычное явление для детского развития. Страх, как любое переживание является полезным, когда выполняет свои функции, а потом исчезает, но когда страх не исчезает долгое время, или у ребенка содержится большое количество страхов, то здесь можно говорить о предневротическом состоянии ребенка, что в свою очередь может перейти в невроз страха и является патологическим состоянием. При этом у ребёнка возникает состояние психического напряжения, скованности, поведение становится более пассивным, вместо непосредственности и открытости развивается отгороженность, замкнутость.

Дети старшего дошкольного возраста начинают осознавать всю сущность реального мира и ограниченность своих возможностей. С помощью эмоций они пытаются передать нам информацию о происходящем внутри них. Известно, что эмоции - это переживания своего личного отношения к действительности, а также переживания состояния, возникающего в процессе взаимодействия с окружающей средой. Так как игра в этом возрасте является ведущим видом деятельности, то я считаю что, основным коррекционным средством страхов у детей является игротерапия.

Цель работы: изучение психологической коррекции страхов у детей дошкольного возраста средствами игротерапии.

Объект: страхи детей дошкольного возраста.

Предмет: способы коррекции страхов у детей дошкольного возраста средствами игротерапии.

Задачи:

. проанализировать психологическую литературу по проблеме возникновения и коррекции страхов у детей дошкольного возраста;

. изучить методы коррекции страхов детей дошкольного возраста;

. изучить психологическую коррекцию страхов у детей дошкольного возраста средствами игротерапии

Методы: анализ психолого-педагогической, методической и другой научной литературы.

1. Теоретический анализ научной литературы по проблеме возникновения и коррекции страхов у детей дошкольного возраста средствами игротерапии

1.1 Проблема детских страхов в психологии

Активность и жизнерадостность - типичные детские эмоциональные состояния. Однако формирующееся самосознание с одной стороны, и сама жизнь - с другой, могут вызывать и негативные переживания. Самое распространенное среди них - страхи.

В современном мире практически у каждого из людей есть различные страхи. Эти эмоциональные проявления являются неотъемлемой частью нашей жизни. Большинство страхов обусловлены возрастными особенностями и имеют временный характер. Многие детские страхи чаще всего исчезают бесследно [5. с. 84].

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

В 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.

Но все эти исследователи подчеркивали, что страх является движущей силой личностного развития.

Дети могут бояться темноты, диких животных, разбойников, чудищ, незнакомых людей, отделения от матери, одиночества, даже врача, а так же - потери родителей. Важно, чтобы эти страхи не стали устойчивыми, то есть не приобрели характер фобий. В этом случае ребенку будет необходима помощь.

А.И. Захаров впервые в мировой практике рассмотрел причины возникновения и развития дневных и ночных страхов. Привел статистические данные, показывающие влияние различных факторов. А такие ученые, как Гозман Л.Я. и Алешина Ю.Е. определили причины появления детских страхов.

Замечено, что у детей, живущих в городах, страхи проявляются интенсивнее, чем у деревенских, у единственных в семье детей - чаще, чем у тех, кто имеет братьев или сестер. Недостаточная двигательная и игровая активность, отсутствие навыков коллективных игр также приводят к появлению беспричинного беспокойства.

Страх - психическое состояние, возникающее на основе инстинкта самосохранения как реакция на действительную или воображаемую опасность. Страх имеет много причин как субъективного (мотивация, эмоционально-волевая устойчивость и др.), так и объективного порядка (особенности ситуации, сложность задач, помехи и т. д.). Страх проявляется как у отдельных лиц, так и у групп, больших масс. Степень, формы его проявления разнообразны, но это - область, прежде всего, индивидуальной психологии [5. с. 93].

Существуют различные формы страха: испуг, боязнь, аффективный страх - самый сильный.

Страх, возникающий из-за серьезного эмоционального неблагополучия, может иметь крайние формы выражения (ужас, эмоциональный шок, потрясение), затяжное, труднопреодолимое течение, полное отсутствие контроля со стороны сознания, неблагоприятное воздействие на формирование характера, на отношения с окружающими и приспособление к внешнему миру.

Изучением детского страха занимались такие ученые как А.И. Захаров, А.С. Спиваковская, М.А. Панфилова, И. Кулинцова и другие.

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

Значительным поводом для возникновения страха могут явиться нервно-психические перегрузки матери, а также принятие ею на себя роли главы семьи: много работающая и доминирующая в семье мать часто беспокойна и раздражительна в отношениях с детьми, что вызывает у них ответные реакции беспокойства. Неизбежно приведут к страхам частые и шумные конфликты между родителями. Исследователи отмечают, что более ранимыми в этих ситуациях оказываются девочки.

Серьезные или длительные стрессовые ситуации могут подорвать силы детей и привести к невротическим отклонениям. На основе страха может развиться тревога - состояние беспокойства, опасения, имеющее неопределенный или неизвестный источник. Тревожащиеся дети чего-то опасаются, но не знают, чего именно [5. с. 97].

Исследователи считают, что тревога неизбежно сопутствует процессу социализации. Хотя страх и тревога являются эмоциями, которых обычно стремятся избегать, но они неизбежны. Однако устойчивые страхи (фобии) принимают патогенный характер и нуждаются в устранении, так как подавляют нормальное развитие и нарушают его ход.

Что бы победить страхи, нужно их упростить. Лучший способ помочь детям справиться со страхом и тревогой - снизить излишнее напряжение. Если у детей обнаруживается необычно высокий уровень напряжения или частые вспышки раздражения, полезно на несколько дней упростить им жизнь за счет щадящего распорядка.

Эффективными приемами для коррекции эмоциональных состояний детей могут быть приемы рационализации - демонстрация и разъяснение принципиальной безопасности ситуации, вызывающей у ребенка страх. В отдельных случаях можно использовать предметы, способные защитить ребенка в любых ситуациях. Положительно могут сработать совместно изобретенные взрослым и ребенком средства защиты - например, игрушечная сигнализация, талисман, игрушечный герой. Еще один психотерапевтический прием - преобразование страхов.

Их можно нарисовать, вылепить из пластилина, а затем - нарядить, высмеять, уничтожить.

Взрослым полезно усвоить ряд действий по рационализации детских тревожных состояний, в числе которых: распознание стрессовых реакции у детей по их характерным признакам, обеспечение детям надежного присутствия взрослого, предоставление детям возможности рассказать о своих чувствах, помощь в понимании смысла событий или обстоятельств, доступно объяснив происходящее, разрешение регрессивного или не соответствующего возрасту поведения, например: посидеть на коленях, «поприставать» с пустяками, подурачиться, закутаться в одеяло.

Отсутствие внимания взрослых к устойчивым детским страхам и несвоевременная их коррекция могут привести к деформированию эмоциональной сферы детей.

Известны, по крайней мере, три варианта развития отрицательной эмоциональности детей: тревожность, негативистическая демонстративность и уход от реальности [5. с. 105].

Высокая тревожность устойчиво проявляется при постоянном недовольстве ребенком со стороны родителей, при обилии замечаний и упреков. Тревожность в таких случаях возникает из-за страха сделать что-либо плохо, неправильно. Возможен и другой вариант - на ребенка возлагаются большие надежды из-за его неординарности, одаренности, вследствие чего к нему предъявляются завышенные, а то и нереальные требования. Высокая тревожность, как правило, ведет к снижению самооценки, мотивации избегания неудачи. Сопутствующими проявлениями может стать бездумное следование указаниям взрослых, предпочтение действовать по образцам и шаблонам, боязнь проявить инициативу.

Взрослые, недовольные низкой продуктивностью ребенка, могут еще более усилить его эмоциональный дискомфорт, часто обсуждая с ним его проблемы. Таким образом, может возникнуть замкнутый круг, разорвать который можно лишь изменив установки взрослых. Им следует обратить внимание на успехи ребенка, формируя у него мотивацию достижения успеха, которая послужит главным фактором снижения личностной тревожности.

Негативистическая демонстративность - направленность на привлечение к себе внимания окружающих [12. с. 56].

Дети, имеющие такую особенность, ведут себя манерно, демонстрируют утрированные эмоциональные реакции, стремясь обратить на себя внимание, получить одобрение. Если для тревожных детей основная проблема заключается в постоянном неодобрении взрослых, то для демонстративных - в недостатке похвалы. Причина демонстративности может крыться как в заброшенности, недолюбленности в семье, так и, напротив, в чрезмерной опеке и внимании, формирующих гипертрофированную потребность в эмоциональных контактах [7. с. 58].

Дети с таким типом поведения могут добиваться необходимого им внимания разными средствами, в том числе и нарушением правил поведения, потому что замечания взрослых для них являются подкреплением их демонстративности. Таким детям полезно предоставлять различные возможности самореализации.

Лучшее место для проявления демонстративности - сцена, участие в утренниках, концертах. Хорошим отвлекающим средством может стать изобразительная деятельность и общественные поручения [15. с. 300].

Уход от реальности представляет собой сочетание демонстративности с тревожностью. При таком варианте дети имеют сильную потребность во внимании к себе, но не могут реализовать ее в ярком выражении из-за тревожности. С одной стороны, опасаясь вызвать неодобрение, они стремятся выполнить требования взрослых, с другой - высокая тревожность затрудняет их контакты и продуктивную деятельность. Не достигая желаемых успехов в деятельности, они выпадают из процесса, витая в облаках.

Защитная функция воображения, к которой такие дети часто прибегают, дает им с помощью мечтаний и разнообразных фантазий почувствовать себя главным действующим лицом, добиться недостающего признания. Он развивается в социуме, и ведущую роль в воспитании играют взрослые. Поэтому от того, насколько грамотны будут наши слова и поведение, зависит психическое здоровье ребенка. В детском фантазировании, в отстраненности от реальной жизни всегда отражается стремление к признанию и вниманию.

Коррекционной тактикой взрослых может являться активное поощрение детей, проявление внимания и заинтересованности к результатам их деятельности.

1.2 Причины возникновения страхов у детей старшего дошкольного возраста

Страх складывается из определенных и вполне специфических физиологических изменений, экспрессивного поведения и специфического переживания, проистекающего из ожидания угрозы или опасности. Способствуют возникновению страха некоторые типологические свойства нервной высшей деятельности [10. с. 25].

Это эмоциональная чувствительность и связанная с ней впечатлительность. Повышенная впечатлительность таких людей выражается в их эмоциональной ранимости и уязвимости, когда они «всё близко принимают к сердцу и легко расстраиваются», будучи неспособными, к агрессивным ответам. Подверженные страхам дети не склонны к внешнему, открытому выражению своих чувств и переживаний - они « всё держат в себе».

Большинство детей проходят в своём психическом развитии ряд возрастных периодов повышенной чувствительности к страхам. Все эти страхи носят переходящий характер, но они способны оживлять аналогичные страхи, сохраняющиеся в памяти тревожных родителей. Страхи взрослых передаются детям в семье. Это наиболее типичный психологический путь передачи страхов. Вероятность появления страхов у детей всегда выше при наличии их у родителей, особенно, если на лицо общие свойства высшей нервной деятельности, а так же, когда родители пользуются у детей авторитетом и когда между ними существует тесный эмоциональный контакт. Большинство страхов передаются детям неосознанно, но некоторые страхи, точнее опасения, могут внушаться детям навязываемой или системной целостностью ориентации, таким образом, наследуется не сами страхи, а некоторые общие свойства реагирования. Причинами страха могут быть события, условия или ситуации, являющиеся началом опасности.

Причиной страха может быть присутствие чего-то, что обеспечивает безопасность. 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. Врожденные детерминанты страха, которые называются «природными стимулами и их производными». [10.с. 69].

Производные стимулы, по-видимому, скорее подвержены видоизменениям в опыте, чем природные. Природными стимулами страха являются: одиночество, незнакомость, внезапное приближение, внезапное изменение стимула, высота и боль [10 с. 33].

Стимулы страха включают: темноту, животных, незнакомые предметы и незнакомых людей. Многие авторы показали, что природные стимулы страха связанны с возрастом, т.е. зависят от процессов развития и созревания.

Например, ряд исследований показал, что страх перед незнакомыми людьми не может возникать в первые месяцы жизни потому, что у ребёнка ещё не развилась способность отличать знакомые лица от незнакомых. Эта способность возникает где-то между 6 и 9-месячным возрастом и именно в этом возрастном периоде отмечается максимальный страх перед чужими. Более тщательный анализ проблемы изученности причин возникновения страхов прослеживается в теоретическом подходе Боулби. Он перечисляет ряд наблюдаемых экспрессивных и моторных актов, которые, по его мнению, можно рассматривать, как индикаторы страха. «Они включают осторожное всматривание в сочетании с подавлением движений, испуганное выражение лица, а также поиском контакта с кем-либо» [21.с. 6].

Боулби предложил 4 основания для объединения различных форм поведения в поведенческий синдром страха:

а) многие, если не все, проявления страха имеют тенденцию возникать одновременно или последовательно,

б) события, которые вызывают одну из них, обычно вызывают и другие,

в) большинство из них, если не все, выполняют единую биологическую функцию защиты,

г) при самоотчёте испытуемые указывают на них, как на проявление страха.

Грей разделил все причины страха на 4 категории: интенсивность, новизна, эволюционно выработанные сигналы опасности, причины, возникающие в социальном воздействии.

Боль и громкий звук являются примерами слишком интенсивных стимулов, а незнакомые лица или предметы иногда вызывают страх из-за своей новизны. Грей рассматривал недостаток стимуляции или отсутствия стимула в ожидаемом месте и во времени как определённый вид нового стимула. Любые ситуации, угрожающие значительной части членов вида в течение длительного времени, являются эволюционно выработанными сигналами опасности.

Работа Кагана, посвященная развитию негативного аффекта у детей, даёт более дифференцированный анализ аффектов.

Он утверждает, что существует 4 «состояния страдания», которые называются страхом.

По Кагану причинами «состояния страдания» являются:

а) не ассимилированное расхождение;

б) предвидение не желаемого события;

в) непредсказуемость;

г) признание несоответствия между взглядами и поведением;

д) признание диссонанса между взглядами.

В принципе любая эмоция может вызвать страх.

Сходство нейрофизиологических механизмов эмоций с эмоцией страха приводит к тому, что они часто являются активаторами. Как утверждает Томкинс, внезапное освобождение от длительного и сильного страха, если оно полное, приводит к радости, если неполное к возбуждению[14. с.192].

Подтверждение связи между страхом и возбуждением можно найти у Балл, в её работе, посвященной гипнотически внушённому страху. Она показала, что испытуемые, переживающие страх, оказались в конфликте между желанием исследовать и желанием спастись. Она рассматривает это как доказательство двойственной природы страха [25. с.148].

Теория дифференциальных эмоций интерпретирует конфликтное поведение как результат поведения между страхом и интересом. Когнитивные процессы представляют собой наиболее общий вид причин страха. Например, страх, какого- либо определённого объекта может быть вызван мысленным воспроизведением в памяти или антиципацией. Воспоминание или предвидение страха само по себе является достаточным для того, чтобы вызвать страх. На основании анализа имеющихся работ можно выделить типы ситуаций, в наибольшей степени провоцирующих страх на разных этапах детства.

Это такие ситуации, как расставание с родителями, резкое изменение привычной обстановки: переход в новую группу, неприятие со стороны сверстников, разнообразные оценочные ситуации. В дошкольном возрасте преобладают инстинктивные страхи, связанные с инстинктом самосохранения [17. с. 120].

Как известно, инстинктивные страхи - это преимущественно эмоциональные формы страха. «Страх и боязнь (устойчивое состояние страха) - это удел преимущественно дошкольного возраста. В интересующем нас старшем дошкольном возрасте страх и боязнь, тревожность и опасения могут быть представлены в одинаковой степени» - подчеркивает А.И.Захаров [9. с. 6].

В результате анализа ряда психологических работ, посвященных проблеме страхов, можно выделить основные его источники, причины возникновения и развития: природные предпосылки, физиологические особенности индивида (ослабленная нервная система); длительная внешняя стрессовая ситуация или посттравматический синдром; внутриличностные особенности человека; межличностные взаимоотношения человека с окружающими (особенно близкими и значимыми) людьми [9. с. 8].

В заключение приведем основные факторы, указывающие на вероятность возникновения кошмарных снов у детей (по А. И. Захарову):

. Превышающее, характерное для данного возраста, количество страхов, прежде всего: нападения, заражения, смерти себя и смерти родителей, животных, стихии, высоты, глубины, огня, пожара, войны.

. Страхи перед засыпанием, в том числе и триада страхов - одиночества, темноты и замкнутого пространства.

. Дневные страхи Волка, Бабы Яги, Бармалея, Кощея, Змея Горыныча.

. Повышенная внушаемость в сочетании с магическим настроением (ребенок быстро переносится в фантазийный мир, создаваемый сказочной атмосферой, и живется ему там легче, чем в реальности) и низкой самооценкой.

. Плохая переносимость ожидания, неизвестности; страхи при контактах с незнакомыми людьми, при ответах и выступлениях.

. Наличие кошмарных страхов у родителей того же пола, особенно у матерей по отношению к дочерям.

. Невротическое расстройство личности у матерей.

. Невротическая привязанность (зависимость) детей к чрезмерно опекающей, боязливой и тревожно-мнительной матери, что максимально выражено при недостаточной роли отца в семье и его жестокости.

. Невротическое расстройство формирующейся личности детей.

. Затрудненное засыпание с последующим беспокойным сном и плохим самочувствием днем.

Говоря о девочках, следует добавить ряд факторов:

. Токсикозы беременности у матери.

. Страхи неожиданных, внезапных ситуаций.

. Открытость в характере.

. Конфликтные отношения с отцом и физические наказания с его стороны [9. с. 47].

Таким образом, у дошкольников страх и тревожность возникает вследствие фрустрации потребности в надежности, защищенности со стороны ближайшего окружения и отражает неудовлетворенность именно этой потребности, которую можно рассматривать в этом возрасте как ведущую. Страх еще не является собственно личностным образованием, он представляет собой функцию неблагоприятных взаимоотношений с близкими взрослыми. В исследованиях А.И.Захарова, Е.В.Новиковой и других ученых было показано, что решающая роль принадлежит семье. От взаимоотношений между взрослым и ребенком, создания нужной психологической атмосферы дома будет зависеть и здоровье ребенка, и его нервная система. Любовь и уважение к детям - одно из главнейших условий их гармоничного развития.

психологический коррекция страх игротерапия

2. Методы коррекции страхов в дошкольном возрасте

.1 Направление работы по коррекции страхов у детей

Коррекционная работа представляет собой особую форму психолого-педагогической деятельности, направленной на создание наиболее благоприятных условий для оптимизации психического развития личности ребенка, оказание ему специальной психологической помощи. В настоящее время термин «психологическая коррекция» достаточно широко и активно используется в практике работы, как школы, так и дошкольных учреждений.

Возникнув в дефектологии, он применялся первоначально в отношении лишь аномального развития. Расширение сферы приложения данного понятия ряд ученых связывает с развитием прикладной детской психологии, с новыми социальными задачами по отношению к подрастающему поколению [16.с. 20].

Все чаще диагностико-коррегирующую функцию относят к числу существенных, первостепенных в деятельности современного, личностно ориентированного педагога. Эту функцию воспитатель реализовывает в работе с нормально развивающимися детьми (коррекцией аномального развития занимаются патопсихологи, дефектологи, врачи). Д.Б. Эльконин подразделял коррекцию в зависимости от характера диагностики и направленности на следующие формы, такие как симптоматическую и каузальную. Первая направлена непосредственно на устранение симптомов отклонения в развитии, вторая - на ликвидацию причин и источников этих отклонений. В работе педагога и практического психолога используются обе формы коррекционной деятельности. И все же очевиден приоритет, особенно в дошкольном периоде, каузальной коррекции, когда основные коррекционные действия концентрируются на действительных источниках, порождающих отклонения. Важно иметь в виду, что внешне одни и те же симптомы отклонений могут иметь совершенно различные природу, причины, структуру [5.с. 106].

Поэтому, если мы хотим добиться успеха в коррекционной деятельности, будем исходить из психологической структуры нарушений и их генезиса. Предметом коррекции, чаще всего, выступают умственное развитие, эмоционально-личностная сфера, невротические состояния и неврозы ребенка, межличностные взаимодействия. Различными могут быть формы организации коррекционной работы лекционно-просветительная, консультативно-рекомендационная, собственно коррекционная (групповая, индивидуальная).

Успех в коррекционной деятельности, в значительной степени, определяется тем, какие положения, принципы положены в ее основу. К таковым относят прежде всего, принцип единства диагностики и коррекции, согласно Д.Б. Эльконин, и И.В. Дубровина и др., принцип "нормативности" развития, принцип коррекции "сверху вниз", принцип системности развития, деятельностный принцип коррекции, принцип активного вовлечения в коррекционную работу родителей и других значимых для ребенка лиц, так полагают учёные Г.В. Бурменская, О.А. Карабанова, А.Г. Лидерс. Таков, в частности, и принцип коррекции «сверху вниз», выдвинутый Л.С.Выготским. Он раскрывает направленность коррекционной работы. В центре внимания педагога, опирающегося на данный принцип, - «завтрашний день развития» ребенка, а основным содержанием коррекционной деятельности является создание «зоны ближайшего развития» воспитанников.

Если целью коррекции «снизу вверх» являются упражнения и закрепление уже достигнутое ребенком, то коррекция по принципу «сверху вниз» носит опережающий характер и строится как психолого-педагогическая деятельность, нацеленная на своевременное формирование психологических новообразований [6. с. 336].

Выделим и деятельностный принцип коррекции, который определяет сам предмет приложения коррекционных действий, выбор средств и способов достижения цели.

Согласно данному принципу, основным направлением коррекционной работы является целенаправленное формирование обобщенных способов ориентировки ребенка в различных сферах предметной деятельности и межличностных взаимодействий, в конечном счете - социальной ситуации развития. Сама же коррекционная работа должна строиться не как простая тренировка навыков и умений (предметных, коммуникативных и др.), а как целостная осмысленная деятельность ребенка, естественно, органически вписывающаяся в систему его повседневных жизненных отношений.

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 художественной деятельности.

Основные направления коррекционных воздействий средствами искусства:

) увлекающие занятия;

) самораскрытие в творчестве.

Широко применяются в коррекционной работе с дошкольниками и занятия физической культурой. В конце дошкольного возраста в этих целях могут быть использованы и зарождающиеся новые виды деятельности - учебная и трудовая [17. с. 48].

Компоненты готовности к коррекционной работе: теоретическая (знание теоретических основ коррекционной работы, способов коррекции и т. д.); практическая (владение методами и методиками коррекции); личностная (психологическая проработанность у взрослого собственных проблем в тех сферах, которые он предполагает корректировать у ребенка).

.2 Игротерапия как способ коррекции страхов у детей дошкольного возраста

Игра - основной вид деятельности ребёнка. Как отмечал С. Л. Рубинштейн, «игра хранит и развивает детское в детях, она их школа жизни и практика развития». По мнению Д. Б. Эльконина, «в игре не только развиваются или заново формируются отдельные интеллектуальные операции, но и коренным образом изменяется позиция ребёнка в отношении к окружающему миру».

Развитие игры в дошкольный период включает следующие этапы: 3 года - режиссерская игра (реальные игрушки и их реальные роли), 3,5 года - образно-ролевая игра (игрушка может исполнять любую роль). После 4 лет появляется сюжетно-ролевая игра и игра с правилами.

Игры оказывает огромное влияние на развитие дошкольников:

. Дети учатся общаться друг с другом. Если распадается общение, совместная деятельность, то распадается и процесс игры.

. Игра способствует развитию произвольного поведения. Этому способствует в 3-4 года внешний контроль в лице реального взрослого, в 5-6 лет внутренний контроль в образе взрослого.

. Развивается мотивационно - потребностная сфера ребенка. Идет не только расширение круга мотивов поведения, но и появляются новые мотивы, не связанные с наглядной ситуацией.

. В игре, преодолевается познавательный эгоцентризм.

. Игра дает возможность отреагировать на ситуации, которые для ребенка неприятны, запутаны, сложны. Тем самым дети приобретают знания об окружающей действительности.

. В игре активно формируются психические процессы: обогащается восприятие, внимание, формируется творческое воображение, произвольная память. Ролевая игра приводит к развитию словесно-логического мышления, развитию моторики.

. Игра создает «зону ближайшего развития» - она готовит ребенка к школе, развивая те свойства личности и психические процессы, которые необходимы для успешного обучения.

Игра составляет основное содержание жизни ребенка дошкольного возраста и является ведущей деятельностью ребенка. Поэтому коррекция детских страхов посредством игры является одним из основных методов в данном возрастном периоде.

По мнению А.Я. Варга, игровая терапия - нередко единственный путь помощи тем, кто еще не освоил мир слов, взрослых ценностей и правил, кто еще смотрит на мир снизу вверх, но в мире фантазий и образов является повелителем [2. с. 47].

Г. Л. Лэндрет сравнивал по значимости речь для взрослого и игру для ребенка, для дошкольника игра является естественной потребностью, выступающей условием гармоничного развития личности. По мнению многих исследователей, игра является ведущим средством психотерапии в дошкольном возрасте [18. с. 15].

При этом она несет еще и диагностическую, и обучающую функцию. Игре, по ее развивающему потенциалу, по конечному эффекту, в дошкольном возрасте отводится центральное место.

Успешность игрового коррекционного воздействия заложена в диалогическом общении взрослого и ребенка через принятие, отражение и вербализацию им свободно выражаемых в игре чувств.

В русле игротерапии используют свободную игру и директивную (управляемую). В свободной игре психолог предлагает детям различный игровой материал, провоцируя регрессивные, реалистические и агрессивные виды игр.

Регрессивная игра предполагает, возврат к менее зрелым формам поведения.

Реалистическая игра зависит от объективной ситуации, в которой ребенок оказывается, а не от его потребностей и желаний. Агрессивная игра - это игра в насилие, войну и т. д. Для организации таких игр используют неструктурированный и структурированный игровой материал [30].

Существует четыре основных вида и формы игротерапии:

.Если в качестве критерия выдвинуть теоретический подход, то можно выделить виды:

игротерапию в психоанализе;

игротерапию, центрированную на клиенте;

игротерапию отреагирования;

игротерапию построения отношений;

примитивную игротерапию;

игротерапию в отечественной психологической практике.

.По функциям взрослого в игре различают:

недирективную игротерапию;

директивную игротерапию.

.По форме организации деятельности различают:

индивидуальную игротерапию;

групповую игротерапию;

.По структуре используемого в игротерапии материала:

игротерапию с неструктурированным материалом;

игротерапию со структурированным материалом.

Вот какие игры предлагают психологи на коррекцию страхов:

.Игра «Пятнашки» (с 3 лет)

Данная игра направлена на профилактику страха внезапного воздействия и попадания в новую, неожиданную ситуацию общения.

Назначается водящий,который догоняет остальных игроков и «пятнает» их - хлопает рукой по спине, руке или ноге. «Запятнанный» становится водящим. Суть игры в её высоком эмоциональном накале. Водящий может говорить шуточные угрозы: «Сейчас поймаю!», «Догоню!». А игроки могут отвечать: «Не догонишь!», «Я быстрее!». «Пятнашки» всегда вызывают много радости и веселья, помогают объединить семью. Более сложный вариант «Пятнашек» - когда по комнате расставляются препятствия и игроки должны их обходить.

.Игра «Жмурки» (с 4 лет)

Эта игра направлена на преодоление страха темноты.

Водящему плотно завязывают глаза. Игроки бегают вокруг него и хлопают в ладоши. Когда водящий обнаруживает участника, он должен его опознать на ощупь. Пойманный становится водящим. Как и в «Пятнашках», здесь говорятся шуточные угрозы.

Другой вариант игры: игроки замирают и стоят на месте, а водящий с завязанными глазами ищет их.

. Игра «Привидение» (с 3 лет)

Данная игра направлена на преодоление страха перед сверхъестественными персонажами.

На ведущего надевается простыня, он становится привидением, бегает за остальными игроками и пугает их громкими криками: «У - у - у...» Тот, кого он поймал, становится ведущим.

.Игра «Лохматый пес» ( с 1 года)

Эта игра направлена на преодоление боязни животных, внезапного воздействия, в неожиданных ситуациях, преодоление неуверенности в себе.

Одному из детей предлагаем роль «пса» и усаживаем его на стульчик. Остальные дети медленно подходят как можно ближе со словами:

Вот сидит лохматый пес,

В лапы свой уткнувши нос.

Тихо, мирно он сидит:

Не то дремлет, не то спит.

Подойдем к нему, разбудим

И посмотрим, что-то будет.

После слов «что-то будет» пес вскакивает и со словами «гав, гав» бросается к детям, те должны увернуться и убежать от пса.

. Игра «Баба-Яга» (с 3 лет)

Эта игра направлена преодоление мнимых, неадекватных страхов сказочных персонажей, внезапного воздействия.

Выбираем Бабу-Ягу. Она, надев маску и взяв «помело» - палочку или веточку, становится в центре вырезанного из бумаги круга. Дети бегают вокруг и дразнят:

Баба - Яга - Костяная нога.

С печки упала, Ногу сломала,

Пошла в огород, Испугала народ,

Побежала в баньку, испугала зайку.

Баба-Яга скачет из круга на одной ноге и старается «помелом» запятнать детей. Кого она коснется, тот замирает на месте, пока все дети не будут запятнаны.

.Игра «Охотники» (с 5 лет)

Данная игра направлена на преодоление болевого страха, неприятных, неожиданных воздействий.

Выбираем троих «охотников», остальные дети - «звери». Охотники с маленьким мячом в руке располагаются в разных концах игровой площадки, звери двигаются в разных направлениях в центре площади. По сигналу звери замирают, а охотники должны попасть мячом в кого-нибудь. Запятнаные игроки занимают место охотников, игра повторяется.

Правила игры: Нельзя бросать мяч сильно, целиться в голову.

«Звери» могут увертываться от мяча, не сходя с места.

Возможности игротерапии фактически неограниченны. Она помогает в активном формировании познавательной сферы, стимулирует развитие речи, совершенствует эмоциональную и волевую сферы. В процессе игры малыш социализируется, учится взаимодействовать с другими, что позволяет решать многие коммуникативные проблемы [38].

Заключение

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, психоэлевации, индивидуально-групповых занятий, улучшения детско-родительских отношений.

Сегодня родителям можно предложить освоить некоторые простые игровые приемы.

Конечно, детский психолог проведёт игротерапию более профессионально, но польза от занятий, которые проводят родители, еще более очевидна, так как при этом меняется не только ребёнок, но и меняются родители, меняются отношения между детьми и родителями. Когда взрослые играют с детьми, они сами как будто попадают в своё детство, становятся более непосредственными в общении, начинают лучше понимать своих детей.

Игра имеет очень большое значение для психического развития ребёнка, позволяет сохранять и приобретать психическое здоровье, определяет его отношения с окружающими, готовит к взрослой жизни. Игра помогает ребёнку приобрести определённые навыки в той или иной деятельности. Игра обладает лечебным действием, избавляет от психотравмы, позволяя пережить травмирующие жизненные обстоятельства в облегчённой форме.

Отправная точка начала игротерапии - это полное принятие индивидуальности ребёнка. Нужно уважать его желания, не стоит заставлять его играть насильно, играть так, чтобы игра приносила радость. Дозировать эмоциональную нагрузку на ребёнка, наблюдать за его самочувствием.

В занятиях игротерапией нет ничего сверхсложного: подойдет любой материал (реальные предметы, игрушки ребенка, пластилин, краски, мозаика и т.д.), любое время, которое вы в состоянии посвятить малышу и любое настроение. Игровая терапия поможет не только ребенку, но и родителю - расслабит и отвлечет.

Подобная игровая терапия не отнимает много времени, и, конечно, приносит много пользы. Таких игр существует большое количество. Совместные усилия специалистов и родителей должны быть скоординированы, направлены на оказание эффективной помощи ребенку для преодоления его трудностей. Игротерапия является очень хорошим инструментом для этих целей. Главное - не оставлять ребенка один на один с его страхами и проблемами, вовремя диагностировать их наличие у ребенка, оказать действенную помощь.

Необходимо освоить практические приемы игротерапии.

Начинать игровые занятия с ребёнком можно с игр, направленных на улучшение общего психологического самочувствия.

Эти игры могут помочь:

 в обеспечении эмоциональной разрядки - снятии накопившегося нервного напряжения;

 в уменьшении страха неожиданного воздействия, нападения, наказания, темноты, замкнутого пространства, одиночества;

 в улучшении гибкости в поведении и способности быстро принимать решения;

 в освоении групповых правил поведения;

 в налаживании контакта между родителями и детьми;

 в развитии ловкости и координации движений.

Страхи, эмоциональные нарушения поддаются коррекции и без последствий проходят у детей до десяти лет. Поэтому чрезвычайно важно своевременно диагностировать отклонения в поведении ребенка, его склонность к беспокойству и страхам, принять меры по преодолению фобий у ребёнка.

Список использованной литературы

. Бреслав, Г.М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве / Г.М. Бреслав.- М.: Педагогика, 1995.

. Варга, А.Я. Системная семейная психотерапия: Краткий лекционный курс / А.Я. Варга.- М.: Питер, 2010.

. Вард, И. Фобия / И. Вард.- М.: Проспект, 2002.

. Венгер, А.Л. Психологическое консультирование и диагностика / А. Л. Венгер.- М.: Генезис, 2003.

. Вологодина, Н.Г. Детские страхи днём и ночью / Н Г. Вологодина.- М.: «Феникс», 2006.

. Выготский, Л.С. Детская психология: Собрание Сочинений / Л. С. Выготский. - М., 2002.

. Громова, Т.В. Страна эмоций: Методика как инструмент диагностической и коррекционной работы с эмоционально-волевой сферой ребёнка / Т. В. Громова. - М.: УЦ «Перспектива», 2002.

. Жигарькова, О. Время тревожных детей: Психологическая газета / О. Жигарькова. - М.: 2001.- №11.

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

. Капранова, С. Путешествие с волшебной кисточкой / С. Капранова. - Ростов-на-Дону, 2000.

. Котова, Е. О профилактике детской тревожности: Ребёнок в детском саду / Е. О. Котова. - М.: 2003.

. Коренева, Е.Н. Детские капризы / Е Н. Коренева.- Ярославль: Академия развития, 2001.

. Лебедева, Л. Силуэт человека: Школьный психолог / Л. Лебедева.- М.: 2006.

. Леви В.Л. Приручение страха / В. Л. Леви. - М.: Метафора, 2006.

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

. Лешкова, Т. Дошкольное воспитание // Коробка со страхами: / Т. Лешкова.- М.: 2004.- №10.

. Лосева, В.К. Рисуем семью: диагностика семейных отношений / В К. Лосева.- М.: АПО, 2009.

. Лэндрет, Г. Л. Игровая терапия: искусство отношений / Г. Л. Лэндрет. - М., 2003.

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

. Панфилова, М.А. Страхи в домиках: Диагностика страхов у детей и подростков / М. А Панфилова.: Школьный психолог.- 2002.

. Панченко, С.А. Мне страшно…Я боюсь / С. А. Панченко // Школьный психолог: научно - методический журнал - 2002.

. Райнпрехт, Х. Воспитание без огорчений / Х. Райнпрехт // Дошкольное воспитание: научно - методический журнал- 2001.

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

. Романов, А. Расстройство поведения и эмоций у детей в целом / А. Рманов.- М.: изд-во «Плэйт», 2003.

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

. Снегирёва, Т. Детские рисунки глазами психолога / Т. Снегирева.: Обруч.- 2007.

. Спиваковская, А.С. Профилактика детских неврозов / А. С Спиваковская. - М.: ,2009.

. Степанова, Е. Поиграем в «забавные страхи и смешные ужасы»? / Е. Степанова.: Дошкольное воспитание.- 2003.

. Степанова, В.А. Проявление эмоциональности детей дошкольного возраста в рисунке / В. А. Степанова // Психолог в детском саду: научно - методический журнал - 2003.

. Ферс, Г.М. Тайный мир рисунка: Исцеление через искусство / Г. М. Ферс. - СПб.: Европейский дом, 2002.

. Фридман, Л.М. Психология детей и подростков: справочник для учителей и воспитателей / Л. М. Фридман.- М.: Изд-во Института Психотерапии, 2011.

. Шапиро, А.З. Психолого-гуманистические проблемы позитивно-негативных внутрисемейных отношений / А. З. Шапиро.: Вопросы психологии.- 2004.- №4.

. Шванцара, Л.Й. Развитие детских графических представлений: Диагностика психического развития / Л. Й Шванцара.: Прага: мед.изд-во АВИЦЕНУМ, 2009.

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

. Шишова, Т. Страхи - это серьёзно / Т. Шишова. - М.: Издат. дом. «Искатель», 2004.

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