

40

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.П.  
АСТАФЬЕВА

(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Факультет начальных классов

Кафедра педагогики и психологии начального образования

**Плотникова Анастасия Сергеевна**

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**КОРРЕКЦИЯ СТРАХОВ С ПОМОЩЬЮ ИГР В МЛАДШЕМ  
ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ**

Направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование

направленность (профиль) образовательной программы Начальное образование и русский язык

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Зав. кафедрой

канд. психол. наук, доцент ВАК Мосина Н

Мосина Н. 15.06.17

(дата, подпись)

Руководитель

к. пед. н., доцент Гордимова Е.В. Е.В. Г.

(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

Дата защиты 26.06.17

Обучающийся Плотникова АС

(фамилия, инициалы)

14.06.17 П

(дата, подпись)

Оценка уровень хороший

(прописью)

Красноярск 2017

## Отзыв

научного руководителя на выпускную квалификационную работу

Плотниковой Анастасии Сергеевны

Ф.И.О. студента

44.03.05 Педагогическое образование, направленность (профиль) образовательной программы Начальное образование и русский язык

**«Коррекция страхов с помощью игр в младшем школьном возрасте»**

*тема выпускной квалификационной работы*

В процессе выполнения выпускной квалификационной работы студент(ка) освоил(а) следующие компетенции:

Формируемые компетенции	Уровень сформированности компетенции		
	Продвинутый	Базовый	Пороговый
ОК-1 способен использовать основы философских и социогуманитарных знаний для формирования научного мировоззрения		+	
ОК-2 способен анализировать основные этапы и закономерности исторического развития для формирования гражданской позиции		+	
ОК-3 способен использовать естественнонаучные и математические знания для ориентирования в современном информационном пространстве		+	
ОК-6 способен к самоорганизации и самообразованию	+		
ОПК-1 готов сознавать социальную значимость своей профессии, обладать мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности	+		
ОПК-2-способен осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся		+	
ПК-1 готовность реализовывать образовательные программы по учебным предметам в соответствии с требованиями образовательных стандартов		+	
ПК-2 способен использовать современные методы и технологии обучения и диагностики		+	
ПК-6 готов к взаимодействию с участниками образовательного процесса	+		
ПК-7 способность организовать сотрудничество обучающихся, поддерживать их активность, инициативность и самостоятельность, развивать творческие способности	+		
ПК-8 способен проектировать образовательные программы		+	
ПК-11 готовность использовать систематизированные теоретические и практические знания для постановки и решения исследовательских задач в области образования		+	

В процессе работы А.С. Плотникова продемонстрировал (а)

Ф. И. О. обучающегося

базовый уровень сформированности проверяемых компетенций.

Студент(ка) при выполнении выпускной квалификационной работы проявил(а) себя как

способного к анализу самостоятельного исследователя. Важной инос ее исследования- значимой интеллектуальной и творческой работ автора.

Содержание ВКР соответствует предъявляемым требованиям.  
соответствует / не соответствует

Структура ВКР соответствует предъявляемым требованиям.  
соответствует / не соответствует

Оформление ВКР соответствует предъявляемым требованиям.  
соответствует / не соответствует

Выпускная квалификационная работа рекомендуется к защите.

14 июня . 2017

Научный руководитель



Горюхова В.В.  
подпись / расшифровка подписи

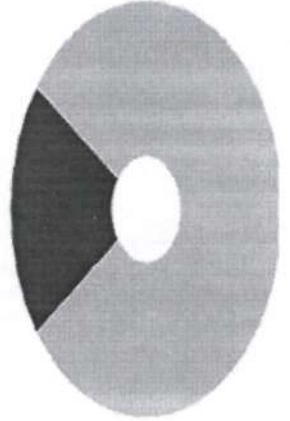
Важный пользователь! Обращаем ваше внимание, что система «Антиплагиат» отвечает на вопрос, является ли тот или иной фрагмент текста заимствованным или нет. Ответ на вопрос, является ли заимствованный фрагмент именно плагиатом, а не законной цитатой, система оставляет на ваше усмотрение.

## Отчет о проверке № 1

Дата загрузки: 22.06.2017 08:51:23  
Пользователь: aloishka\_00@mail.ru / ID: 3685339  
Отчет предоставлен сервисом «Антиплагиат»  
на сайте <http://www.antiplagiat.ru>

### Информация о документе

№ документа: 11  
Имя исходного файла: Выпускная квалификационная работа Плотникова.docx  
Размер текста: 329 кБ  
Тип документа: Не указано  
Символов в тексте: 95757  
Слов в тексте: 13028  
Число предложений: 770



Оригинальность: 79.57%  
Заемствования: 20.43%  
Цитирование: 0%

### Информация об отчете

Дата: Отчет от 22.06.2017 08:51:23 - Последний готовый отчет  
Комментарии: не указано  
Оценка оригинальности: 79.57%  
Заемствования: 20.43%  
Цитирование: 0%

### Источники

Доля в тексте	Источник	Ссылка	Дата	Найдено в
	научной руководителем			
	Ирина Владимировна Е.В.			

научной руководителем



## Содержание

Введение.....	3
<b>Глава 1. Психолого- педагогические аспекты проблемы страхов в младшем школьном возрасте</b>	
1.1. Сущность детских страхов в психологической науке.....	6
1.2. Особенности проявления социальных страхов в младшем школьном возрасте.....	14
1.3. Способы коррекции детских страхов с помощью игр.....	22
Выводы по главе 1.....	30
<b>Глава 2. Экспериментальное исследование страхов у детей младшего школьного возраста</b>	
2.1 Методика организации исследования.....	34
2.2 Результаты констатирующего эксперимента.....	38
2.3 Педагогическая помощь преодоления страхов с помощью игр.....	43
Выводы по главе 2 .....	61
<b>Заключение .....</b>	<b>63</b>
<b>Список использованной литературы .....</b>	<b>66</b>
<b>Приложение .....</b>	<b>71</b>

## Введение

**Актуальность исследования.** В обществе младшим школьникам приходится сталкиваться со страхами, которые не испытывали их в прошлом. Напряженный ритм обусловлен и усложнением объема школьных программ, повышением требований, предъявляемых к статусу школьника. Информационные перегрузки вызываются «компьютеризацией» и СМИ, далеко не всегда конструктивными. Сложившаяся ситуация обуславливает психическое напряжение в эмоциональных состояниях и формирует новую психологическую реальность в сознании современных детей.

Влияние ряда факторов риска, к относят тактику педагогических воздействий, методик и обучения возрастным и особенностям детей, объём информации, загруженность заданиями, времени отдыха, чрезмерная продолжительность на фоне двигательной активности приводят к психоэмоциональному учащимся вызывающему стрессовые состояния.

Причины в деятельности в массовой общеобразовательной рассматривались педагогами и психологами. В качестве назывались: к обучению, в крайней своей выступающая как и запущенность; соматическая ребенка в длительных в дошкольный период; взаимоотношения с и учителем

Тревога и страхи, появляются у младшего возраста, существенно овладению обязательной программы. Тревога - это состояние неприятного без на то причины (причина только в человека). Но все же, наиболее опасной из всех является страх. Эмоция возникает в ответ на угрожающего и производной стресса. Страх, крайних выражений, подразумевает какой-либо или воображаемой опасности. волнения и в виде общего эмоционального лежат в основе, как страха, так и тревоги, т.е. в обоих отображено угрозы или чувства безопасности. Ребёнок в зависимости от структуры личности, опыта, взаимоотношений с и может как тревогу, так и страх, в от возникновения стресс.

Исследование детских страхов, как в отечественной, так и в научной обусловлено пониманием того, сильно нарушения у детей влияют на личности ребенка, а на протекание его психических процессов .

В школьном возрасте страхи и изменяются. На вымышленным, иррациональным приходят серьезные заботы, наполняется жизнь школьника.

Кроме того, школьный - это возраст, перекрещиваются инстинктивные и опосредованные страхи. Инстинктивные, преимущественно эмоциональные, страха - это страх как аффективно воспринимаемая для жизни, в то как формы страха являются ее переработкой, рода страха .

Актуальностью проблемы является задача поиска наиболее эффективных путей выявления и преодоления психического неблагополучия ребёнка.

**Цель исследования:** выявить детские страхи ребёнка младшего школьного возраста и предложить способы их коррекции в младшем школьном возрасте.

**Объектом является:** страхи младшего школьника

**Предмет :** игры как средство корекции страха в младшем школьном возрасте .

**Гипотеза исследования:** педагогическая поддержка может значительно облегчить период коррекции страхов младшего школьника , если:

1) Использовать в учебной и в неурочной деятельности дидактические игры.

2) Вовлекать в образовательный процесс родителей.

**Задачи исследования:**

1) изучить теоретическую психолого-педагогическую литературу, проблемам страхов у детей школьного возраста.

2) дать характеристику причинам проявления в школьном возрасте;

3)изучить страхи у детей младшего возраста;

4) рассмотреть преодоления социальных страхов у младшего возраста;

5) провести экспериментальное исследование, и выявить актуальный уровень страхов у школьников;

6) предложить метод рекомендации ,включающие использование игр , по коррекции страхов в младшем школьном возрасте.

**Методы исследования:** литературы, констатирующий эксперимент, проективные методы, наблюдение .

**База исследования:** Гимназия №32 г.Красноярска , дети 8-9 лет , в количестве 50 человек , из которых 27 девочек и 23 мальчика.



## **Глава 1. Психолого- педагогические аспекты проблемы страхов в младшем школьном возрасте**

### **1.1 Сущность детских страхов в психологической науке**

Страх - это одно из средств окружающей действительности, к избирательному и критичному к ней. Страх, определенную социализирующую и роль в формирования личности.

Детские являются иерархической структурой, определяется и гендерными закономерностями, особенностями ребёнка, его специфическим и установками, в социуме.

В педагогическом словаре под редкцией Г. М. Коджаспирова страхи у детей, эмоционально насыщенное чувство беспокойства в ответ на реальную или воображаемую угрозу. В ситуации явной опасности страхи имеют характер инстинктивной оборонительной реакции. В других случаях страхи социально опосредованы, обусловлены жизненным опытом и имеют не безусловный, а условный характер. [37,с.77]

В толковом словаре С.И. Ожегова термин «страх» Очень сильный испуг, сильная боязнь. [47,с.68]

В кратком словаре под редакцией А.В. Петровского страх (с греч.: phobos - ужас, боязнь, тревога) - аффективное состояние человеческой души, которое переживается как страдание и выражается в ощущении неудовольствия. Испытывать чувство страха - значит подвергаться воздействию факторов, вызывающих напряженное ожидание, преодоление которого связано со временем, как угроза изменения. [52,с.122]

Страх – неотъемлемое звено в эволюции человеческого рода , так как всегда предотвращал слишком опасные для жизни ,безрассудные и импульсивные действия.

Обратимся к истории изучения вопроса. В и зарубежной психологических проблема страхов в различных аспектах, школами и

направлениями.

В теориях (Л.С Акопян, Г.М Бреслав, А.С Спиваковская) отмечается, что страх является травматического взаимодействия с пугающим объектом. [2,с.97]

В психоаналитического направления, которого А. Адлер, Г. С. , З. и А. Фрейд и др., причиной страхов первичная родовая психотравма.[3,с.67]

А. считал, что страха переживание неполноценности, которое ребенок в первые пять лет жизни, а ожидание угрозы от мира. [3,с.18]

Отечественные психологические конкретизируют страха и ( В. М. Астапов, А. И. Захаров, С.А Панченко). понимается как неопределенный феномен, с угрозы, а определяется как четкое отражение угрозы, с реальностью.[5, с10]

Культурно-историческая обусловленность содержания возрастных связана со знаково-символической функцией сознания. При ее ребенком его не проигрывает различные «воображаемые» страхи, но и самостоятельные преобразования «пугающих» образов.[3, с15]

Итак, классическая психология включает в себя теории, из по-своему трактует причины состояния страха.

Концепция страха в онтогенезе А. И. была за в исследовании. Он определяет как средство окружающей действительности, ведет к критичному и отношению к ней. образом, может определённую или обучающую роль в формирования личности [29,с34].

Переход из детского сада в школу кризисным периодом, так как он попадает в экстремальные условия, которые, чаще всего, к детской и страхам. В ситуации и педагог должны профилактику, диагностику и коррекцию уже имеющихся страхов.

Термин «тревога» схож по значению с «страх», так как их эмоциональный компонент: чувства и волнения, отображают угрозы или

отсутствие безопасности. тревога - это отрицательное эмоциональное состояние, в неотчетливой опасности, в отличие от страха, существованием пугающего объекта или явления [60,с112].

Детские обусловлены особенностями развития и временный характер. причин детских страхов помогает их разрешить.

Однако и устойчивые страхи. Они большой и эмоциональной интенсивностью. они влияют на формирование личности и ребенка. страхи медленно, с постоянством, что о их устранения.

Причинами страхов, по отечественного А. И. Захарова [26,с.56], могут быть гнев, по к ребенку, запреты и учителей. распространенными внушенные страхи. Источниками внушенных выступают и ребенка (родители, бабушки, воспитатели, и др.), иногда эмоционально, произвольно предупреждают об опасности, в момент не им [26,с.12].

Также страхов могут быть и сами дети. Они фантазируют себе и монстров, например, в комнате, находятся одни. Либо страшными историями со сверстниками, образом свои другим.

В школьном возрасте природные страхи, на самосохранения, социальными страхами, сложными, определяемыми. Например, как:

– страх родителей, в нарушении сна, или активности. В результате, это скажется на и, как следствие, в школьного педагога, проблему и страхи на ступень;

– страх «быть не тем», это - страх в младшем возрасте, несоответствия требованиям ближайшего (школа, сверстники, семья). этот можно при постоянной и ребенка. и должны быть и за дело;

– страх или одиночества, состояние страха, возникает при или угрозе ребенка со для него лицами. Его патологическим, он чрезмерно интенсивен и длителен, он ущерб нормальному, для данного качеству или в том возрасте,

обычно уже должен быть преодолен;

– страх решений, или страх ответственности, в том, что ставит в даже простейшая выбора, так как все за него другие люди [43,с 21].

Необходимо отметить, что боязливость и страх в младшем школьном возрасте не являются устойчивой чертой характера и относительно обратимы при адекватном к ним подходе со стороны взрослых. Тем не менее, важность активной работы с детскими страхами обусловлена тем, что сам по себе страх способен оказывать патогенное влияние на развитие различных сфер личности. К.Д. Ушинский отмечал, что именно страх способен спровоцировать человека на низкий поступок, изуродовать его морально и убить душу [57, с.26 ].

Близка к страху (по своим проявлениям и механизму) индивидуальная паника [41, с.112]. Она отличается от страха большей неадекватностью реальному размеру опасности. Основная черта панического поведения стремление человека к самосохранению. На первый план выдвигаются защитные эмоции, которые снижают уровень самоконтроля и заставляют физически уходить от опасности. Ради собственного спасения паникер может обречь на гибель других, отобрать у них средства, помогающие им бороться с надвигающейся опасностью.

В научно-методической литературе выделяются социально-культурные и психологические предпосылки развития страха [36, с.44]. По мере развития психики человека и усложнения форм его жизни страх приобретал социально опосредованный характер и выражал все более психологически тонкую гамму нравственно-этических чувств и переживаний. Как и человек на ранних ступенях своего социального развития, ребенок с первых лет жизни боится всего нового и неизвестного, одушевляет предметы и сказочные персонажи, опасается незнакомых животных и верит, что он и его родители

будут жить вечно. У маленьких детей все реально, следовательно, их страхи также носят реальный характер. Баба Яга - это живое существо, обитающее где-то рядом, а Дядя только и ждет, чтобы забрать их в мешок, если не будут слушаться родителей. Только постепенно складывается объективный характер представлений, когда учатся различать ощущения, справляться с чувствами и мыслить абстрактно - логически. Усложняется и психологическая структура страхов вместе с приходящим умением планировать свои действия и предвидеть действия других, появлением способности к сопереживанию, чувством стыда, вины, гордости и самолюбия.

Таким образом, страх может выполнять определенную социализирующую функцию или обучающую роль в процессе формирования личности, наличие определенного количества страхов у ребенка является нормой, но если страхов очень много, то следует уже говорить о наличии тревожности в характере ребенка.

Рассмотрев и различные страхи, мы сформулировали рабочее определение: страх — это эмоциональная реакция человека, в опредмечивания под влиянием действительной, или опасности, биологическому или социальному существованию.

Выделяются следующие проявления страха:

- соматические (физиологические);
- субъективные (эмоциональные);
- особенности когнитивного функционирования;
- поведенческие (выражающиеся в в трех формах: нападение, бегство, ступор) [28,с.44].

Разграничение и обычно на критерии, введенном К. Ясперсом [67,с.18], в соответствии с тревога вне с каким-нибудь стимулом («свободно

тревога»), как соотносится с определенным стимулом и объектом. образом, может как неопредмеченный страх. тревога опредмечиваться, то приобретает форму страхов, промежуточный в нашей иерархической .

Дальнейшее и экзистенциальных страхов к предметных (страхов в смысле слова).[64, с24]

Предметные страхи, верхний иерархической типологии страхов, подразделяются на два вида: (функциональные, адаптивные) и (дисфункциональные, дезадаптивные) страхи.

Эволюция страхов в систематического и чрезмерного внешних и может к возникновению (невротических и психотических) страхов. Если не предпринимать коррекционных и воздействий по отношению к неадекватным страхам, то в них опредметиться экзистенциальные страхи, в чего страхи трансформируются в рода фобии, (как и с ними паники) представляют проявления неврротических страхов. И, наконец, если в опредмечивается тревога, патологические психотические страхи.

Среди страхов воображаемые и внушенные. деления в случае не самого страха — и те, и являются страхами, не с реальными опасностями или угрозами, — а по их функции. Мы называть те страхи, играют роль в и детского воображения, не при этом у неврротических дисфункций. Подобные страхи могут самим или его сверстниками. Рассказывая друг страшные про или вымышленных персонажей, или ситуации, дети смешанные чувства и удовольствия. Игры и подобного очень популярны среди дошкольного возраста. Однако, воображаемые становятся слишком и к реакций, смысл о внушенных страхах [38,с.16].

Если в воображаемых пугающий или ситуация ребенком на его и это создает ряд не негативных, но и переживаний, то в внушенных страхов переживает свою перед явно его возможности персонажем. таких страхов обычно являются инстанции, превосходящие по авторитетности: значимые

взрослые, сиблинги или дети возраста. При этом, как правило, инстанции не индуцируют или ситуацию, с которой ребенок не самостоятельно справиться, но и саму возможность и ребенка ситуацию в свою пользу. Например, не просто говорят, что «бука тебя заберет», но и подчеркивают, что ребенок не этому противопоставить.

Важно отметить, что воображаемых страхов часто ритуальные своей (так, избежать нападения в «злого тролля», спрятаться с под одеяло; до пяти и т.п.). ритуальные нейтрализации образов делают ребенка участником ситуации, дают ему борьбы со страхом, если тот слишком сильным. страхи не такой ритуальной нейтрализации, и в силу ребенок себя жертвой внушенного и страха.[29,с.67]

Детские (при их развития) являются важным в поведения и в имеют положительный адаптационный смысл [29,с.98]. А.И. Захаров [27,с.13] также считает, что возрасту свои и в смысле они реальный путь самосознания человека.

Особенно внушенные возникают у излишне тревожных родителей. о пожарах, убийствах, негативно отражаются на психике [26,с.65]. Страх заражения, как А.И. Захаров, является внушенным. Чаще всего он по вине родителей, своих разными болезнями. Этот страх на почву возрастной к экзистенциальному смерти; и родителей разрушают у остатки в себе. образом, заражения — это эмоциональная на угрозу [27,с.10].

Итак, страх – своеобразная защитная функция организма. Если он проявляется соответственно возрасту, то легко поддается коррекции.

## **1.2 Социальные страхи у детей младшего школьного возраста**

Младший возраст - это возраст, переkreщиваются инстинктивные и опосредованные страхи. Социальные страх возникает при реальной или мнимой угрозе социальному благополучию. Захаров определяет эти страхи

следующим образом: инстинктивные, преимущественно эмоциональные, страха - это страх как угроза для жизни, в то как формы являются его интеллектуальной переработкой. страх в возрасте - это «быть не тем», о ком хорошо говорят, кого уважают, и понимают. формами страха «быть не тем» страхи не то, не так, быть и наказанным. Эти говорят о социальной активности, об упрочении ответственности, долга, обязанности, т.е. обо всем том, что объединено в «совесть», является психологическим образованием возраста.[57, с.54]

Природные и социальные страхи могут быть тесно переплетены . А И. Захаров пишет ,что разделение страхов на природные и социальные весьма условно ,тем не менее, их можно различать исходя из положения ,что «природные страхи основаны на инстинкте самосохранения».[26,с.90]

Страх связан с антиципацией, тенденцией рассматривать ситуацию как опасную. страх вызывает социальных в силу уверенности в неуспехе, контролировать ситуацию, ее, что, в свою очередь, к ожиданию худшего. беспомощности, неподконтрольности провоцирует стратегии реагирования разной психологической и разрушительности, приводить к более психическим и осложнениям.

Между тем оценивания формироваться в детстве, когда впервые с настоящего ситуациями и осмысляет окружающих на оценивания. Предположительно, от окружения, те или иные в ребенка и поведенческие проявления, зависит, ли дезадаптивный страх и тревога в ситуациях, ли справляться с в таких ситуациях.

Существует даже «школьная фобия», что навязчиво преследующий некоторых страх посещением школы. Но речь идет не о страхе школы, о ухода из дома, с родителями, к которым тревожно ребенок, к тому же болеющий и в условиях гиперопеки. предчувствие влечет за возникновение различных расстройств (головные боли, тошнота, рвота), не связанных с



заболеваниями.[32,с.44]

Иногда родители сами школы и внушают этот детям или драматизируют начала обучения, вместо все задания, а также контролируют их. В у появляется чувство неуверенности в силах, в знаниях, а привычка жить чужим трудом.

Для школьников, чьи имеют когнитивно-поведенческие по к «маленький неудачник» («Мой ребенок, как губка, в себя все плохое», «К ребенку постоянно “липнет” все дурное», «Мой не в сделать что-либо самостоятельно, и если он это делает, то получается не так, как нужно» и др.), выраженная «школьная тревожность» и страх в достижения. Имея паттерны в ребенка, родитель приписывает ему и несостоятельность, неуверенность в себе и неприспособленность, собственной социальной неадекватности и незрелости. Ребенок, чьи имеют паттерны, боится инициативу, действительно убеждаясь, что не может достичь чего-то, успешным социальной ситуации. Опыт позитивного проявления навыков блокируется, формирование социальной тревожности, что в может к расстройствам, фобиям, беспомощности и депрессии. представляется таким родителям неприспособленным, неуспешным, для влияний, к нему нет доверия, что к в оградить от «трудностей жизни» и контролировать его.[12,с.223]

Младшие школьники, чьи имеют по к ребенку «кооперация» («Я своего ребенка», «Я стараюсь своему ребенку», «Родители не требовать от ребенка, но и сами приспособливаться к нему, к нему с уважением» и пр.), имеют значительно выраженный страх в достижения, чувствуют себя уверенно и в оценивания, в возможности исхода ситуации. к с детьми означает, что заинтересован в и ребенка, ему помочь, оценивает его и им, инициативу и самостоятельность, быть с ним «на равных».[26,с.66]

Социальный страх как оказаться в чьих-то глазах, критики, осмеяния зачастую основой выученной у ребенка. В частности, это результаты

исследований, в школе, где изучался успеваемости в опыта неконтролируемости. В отечественных феноменом беспомощности на настоящий момент такие авторы, как А.Я Варга, В.Л Леви, Е.Г Макарова [10,с.43]. Беспомощность и как наученного и оценки ситуации, и как расстройство, и как личности («личностная беспомощность»). Иногда из-за критики или со стороны учителей, родителей, ровесников. держит в состоянии напряжения или гиперактивности, мешает учиться, что учеба восприимчивости и сосредоточенности. образом, в дети могут в страха.

Среди причин школьных у начальной можно отметить следующие:

– психотравмирующий самой системы обучения (классы по 30-35 человек, двигательной ребенка, изменение режима дня, обязанностей и статуса ребенка и пр.);

– стиль и личности педагога (при класса, в будет ребенок, необходимо учитывать особенности и ребенка, включать родителей в внеклассную работу);

– личностные ребенка (непосещение сада, тип системы, ребенка, особенности его реагирования и прочее).

Контрольные работы источником давления. Они детям важными и даже очень ученики понимают, что им задать вопрос, на они не ответят. перед работой плохо на способность ребенка на вопрос, он знает, а времени, отведенного на работы заставляет делать ошибки. Контрольные - это случай себя, в постоянно крутятся типа: «Я занимался, я не знаю ответа, я получу отметку». от усиливается, и скоро ребенок попадает в запугивания, с сосредотачиваясь на задании.[3,с.55]

Дети, которые не до необходимого общения со сверстниками, испытывают адаптации в коллективе и перед учительницей. дети боятся ошибку, готовят уроки. Это в тех случаях, родители их и при этом

драматично к ошибкам. Даже, если не наказывают ребенка, наказание все присутствует. В младшем школьном отметка - не оценка результата деятельности. Она воспринимается как всей его личности.

«Ты плохой, что ты учишься», - ребенку. Он соглашается, и возникает внутренний конфликт. Он чувством неопределенности, в себе и страхами. В ряде случаев страх школой конфликтом со сверстниками, проявлений физической с их стороны. Чаще подобные сменяют свой характер, исчезают совсем. Но, длительный характер, они вызывают у чувство бессилия, справиться со своими чувствами, их.

Е.П. Ильин отмечает, что школьные страхи нормальным деятельности учения. ряд факторов привести к тому, что у сложится страхов или его страхи, настолько сильными, что на его ведущей деятельности.[33,с34]

Особенности объектных детей младшего возраста.

1. Наиболее страхи детьми в классе.
2. Биологические детей школьного преимущественно связаны с или опасностью боли, ущерба. данной группы как лестницы, кабинетов, двора и т.д. Некоторые ассоциируются с людьми: старшеклассниками, родителями, техническим персоналом, школы.

3. Социальные учащихся школы на отторжения социумов любого, кто не принятые «правила игры», то есть социальные нормы, правила, ожидания, включенность в жизнедеятельность группы, на конкретных страхов у младших школьников это как боязнь:

- многообразных оценивания, в которых выступает как участник, оценивания. Боязнь данных хорошо как «страх достижений» (или же «страх недостижений»);

- страх различные и организационные школьной жизни, надо «держат в голове» и за которые ответственность сам ученик. социальных являются

связанными с рефлексии и детей.

4. По мере в школьном биологические имеют тенденцию к уменьшению, а к усилению, что об изменении актуальности страхов для и изменении их общей эмоциональной направленности, об возрастной страхов.

5. Наиболее страх на младшего возраста - страх наказания со референтных лиц. С в школе у детей происходит постепенное усиление референтности.

6. В школьном существует к переживания школьных страхов. С увеличивается несущественных страхов.

7. В школьном возрасте, не на уменьшение страхов, одним из страхов страх в школу. страх означает не успеть, заслужить порицание, и что-либо не так, как следует, как принято. выраженность страха у не случайна, поскольку они раньше, чем обнаруживают социальных норм, в большей степени чувству вины и критично отклонения своего поведения от норм.

Большое количество у младшего возраста с учебной деятельностью. страхи нормальным учебной деятельности. ряд могут к тому, что у сложится комплекс или его будут сильными, что на успешности его обучения. не лишают психологического комфорта, радости учения, но и развитию неврозов.[38,с.55]

Общая в себе характерна несамостоятельным детям, в мире детства, охраняемом взрослым.

Неуверенность детей даже выражена, чем у детей, чьи разочарованы в своего и в его неуспехе. Это отсутствием субъектности в ситуации, растерянностью неумения управлять и ориентироваться в ней. и самооценка в достижений характерна и для детей, чьи склонны в бестолкового и непослушного (кластер 3), а вечного малыша, следует опекать (кластер 2). между двумя паттернами в отношении детей отношений к является то, что в условиях беспомощен и либо на другого (более и компетентного), либо на

провал. незрелые потребности характерны для детей, «под колпаком», чьи имеют о необходимости ребенка силами.[4,с.78]

Итак, школьники, чьи имеют паттерн «негативные и к (раздражение, досада, ненависть)», в большей выражены страхи, со ситуациями, а ситуациями достижения, общения. У школьников, чьи имеют «симпатия, ребенка и на равных», социальная не выраженного уровня, поведения.

### **1.3 Способы коррекции детских страхов с помощью игр.**

Коррекция представляет собой особую форму психолого-педагогической деятельности, направленной на создание наиболее благоприятных условий для оптимизации психического развития личности ребенка, оказание ему специальной психологической помощи [16, с.166].

В настоящее время термин "психологическая коррекция" достаточно широко и активно используется в практике работы, как школы, так и дошкольных учреждений. А между тем, возникнув в дефектологии, он применялся первоначально в отношении лишь аномального развития. Расширение сферы приложения данного понятия ряд ученых связывает с развитием прикладной детской психологии, с новыми социальными задачами по отношению к подрастающему поколению.

А.И. Захаров [27,с.41] предлагает использование игры для преодоления страха. Игра — способ выражения чувств, познания и моделирования окружающей ребенка действительности. Игра — это движение, победа, радость, удовольствие... Игра для ребенка — дело серьезное, поэтому и относиться к ней надо соответствующим образом.

Игры бывают предметные и ролевые, спонтанные и направленные (организованные).

Предметная игра строится вокруг предмета, ролевая — на каком-либо образе. Смешанные игры — предметно-ролевые, когда мальчик, катая машинку, воображает себя шофером, а девочка, играющая с куклой, видит себя мамой. В спонтанной игре содержание предопределено самими детьми, в организованной существует определенный набор правил, ограничений, игра направляется взрослыми или сверстниками.

Игра, как и рисование, позволяет лучше понять переживания детей, их интересы, потребности, характер, темперамент. Она помогает ребенку приобрести определенные навыки в той или иной деятельности, в том числе в общении, усвоить социальные нормы поведения, доставляет ребенку удовольствие, повышает жизненный тонус, улучшает эмоциональное и физическое состояние. К тому же игра обладает терапевтической функцией, поскольку в ней травмирующие жизненные обстоятельства переживаются в условном, а значит ослабленном виде и, кроме того, происходит их эмоциональное отреагирование — катарсис.

Игра невозможна без риска, и нежелание быть последним, проигравшим, так же, как и надежда на победу, представляет собой моделирование, репетицию возможных жизненных ситуаций, что позволяет лучше адаптироваться к ним в реальной жизни.

Как естественный способ выражения "я", укрепления уверенности в себе игра будит активность ребенка, его инициативу и самостоятельность, развивает умение владеть эмоциями и принимать решения. Взятие на себя роли означает принятие определенных правил, то есть возникает чувство ответственности. Когда в игре все удается, у детей появляются чувство удовлетворения, эмоциональное насыщение игрой, при неудачах же возникает чувство вины и досады, заставляющее более критически взглянуть на себя и как-то перестроиться, измениться.[26,с.80]

Так и ребенок, включаясь в игру, переступает порог застенчивости и страха, одерживает победы и терпит поражения, постоянно соразмеряя свое поведение с требованиями группы. Подражание в игре любимым героям, бесстрашным летчикам, морякам помогает побороть страх и испуг, неизбежные в любой игре.

Эмоциональный накал игры создают и нарочито подчеркнутые угрозы водящего, которыми он сыплет, как из рога изобилия: "Только попадись!", "Ну, погоди!", "Я тебе сейчас покажу!", "Поймаю и съем!", "Лови его!", "Ага, попался!". Затем водящий взрослый восклицает с похвалой: "Ну и быстрый!", "Смотри, какой ловкий!", "Надо же, никак не могу догнать!", "Да что же это такое!", "Ух, устал!", "Сдаюсь!" и т. д. Убегающий в ответ: "Не догонишь!", "Все равно убегу!", "Только попробуй!" и т. п. Так что в игре звучат не только угрозы, но и возражения, чем и обеспечивается двусторонний уровень отношений в системе "взрослый — ребенок". Поскольку эти роли в игре постоянно меняются, то и отношения в семье становятся все более непосредственными, менее напряженными, если игры, о которых мы сейчас говорим, проводятся достаточно регулярно. Как эмоциональная игра пятнашки всегда вызывают много радости, веселья, служат своего рода аккумулятором положительной психической энергии для всех участников. На этом фоне угрозы в адрес детей и взрослых воспринимаются не буквально, а как один из юмористических компонентов игры, снижая в то же время страх перед ними в реальных отношениях. А то, что необоснованные, драматически заостренные угрозы взрослых служат питательной почвой для культивирования страхов детей, мы уже знаем.

Немаловажным условием будет и проявление взрослыми определенной гибкости в игре, поскольку они должны учитывать разность возрастных возможностей всех участников игры и незаметно подыгрывать детям,

подстраиваться к их возрасту, иначе игра просто не состоится по техническим, то есть физическим, причинам.

Любая игра рано или поздно приедается, если не вносить в нее творческого разнообразия. То же можно сказать и в отношении пятнашек. Но как раз они и имеют неоспоримые преимущества в качестве разминки для более сложно построенных, но таких же эмоционально заряженных игр.[26,с.84]

Состояние эмоционально напряженного ожидания в игре поддерживается не только нарочито угрожающим поведением ищущего, но и тем, что он "не обнаруживает" вначале спрятавшегося так удачно ребенка, как бы проходит мимо со словами: "И здесь никого нет. Куда же все подевались, исчезли?". "А я тут!", — воскликнет вдруг нетерпеливый игрок. Это уже нарушение правил, и игра начинается снова. Для укрытия каждый раз подыскивается новое место, и надо найти его достаточно быстро, не растеряться, пока водящий у двери медленно считает до 5 и со словами "я иду искать" начинает поиск, как уже отмечалось, в сумраке или даже полной темноте. Наилучшие результаты от игры — когда ребенок сразу становится ведущим, то есть с ходу преодолевает страх и нерешительность. Хороших результатов можно достичь и когда взрослые "сдаются", "не найдя" младшего участника игры, а он, наоборот, стремится найти всех без исключения. Во всех случаях нужно заинтересовать, вовлечь детей в игру, но не принуждать к ней, тем более на главные роли. Обычно затруднения отсутствуют после эмоционально заряжающей игры в пятнашки и при желании играть у самих взрослых.

Найденные участники игры продолжают принимать в ней активное участие, идя цепочкой сзади водящего и отчасти помогая ему в случае необходимости соответствующими репликами, замедлением или ускорением движения. Если игра проводится в квартире, то используются все помещения, в которых заранее выключен свет, в том числе туалет и ванная комната. Чтобы найти,



надо открыть дверь и, не включая свет, искать на ощупь, в то время как спрятавшийся сидит, как мышка, и ничем — ни шумным дыханием, ни движением — не выдает себя. Однако при обнаружении спрятавшийся бурно выражает эмоции, пугается, говорит, что больше так не будет (прятаться, скрываться, как бы уходить от ответственности). Достаточно иногда и возгласов: "Ой!", "Аи!", "Зачем?", "Почему?" и т. д. Возникающие при игре азарт, эмоциональное вовлечение, поддержка всех играющих не дают проявиться страхам темноты, одиночества, замкнутого пространства и способствуют их эффективному устранению. Приходится ведь прятаться в темноте, одному, и находиться какое-то время в неудобном, стесненном положении. Одновременно исчезают и порождаемые в ситуациях темноты, одиночества и замкнутого пространства ассоциированные со смертью страхи чудовищ, в том числе привидений, невидимок (полтергейста). Бабы Яги, Кощея и т. д.

В рассмотренном комплексе игр "Пятнашки" лучше всего снимают страх неожиданного воздействия, "Жмурки" — страх замкнутого пространства, "Прятки" — страхи темноты, одиночества и опять же замкнутого пространства. Вместе все три игры естественным образом устраняют столь часто встречаемое перед сном в младшем школьном возрасте сочетание страхов темноты, одиночества и замкнутого пространства.

Играть в пятнашки можно (и нужно) с 2 лет, в жмурки с 3, а в прятки — с 1 года, когда сияющий от гордости малыш стоит "невидимый" в углу или за прозрачной занавеской. Взрослые сначала не могут найти его, а потом это происходит к всеобщей радости.

Игра в пятнашки "отмирает" только в подростковом возрасте, но жмурки и прятки — в младшем школьном возрасте. Все эти игры являются прелюдией

к более композиционно сложно построенным играм "Кто первый" и "Быстрые ответы".

Все рассмотренные предметно-ролевые игры составляют второй этап преодоления страхов (первый — их рисование). Они просты и доступны и, снимая страхи в общении, способствуют лучшему контакту со сверстниками и взрослыми.

Приведем еще комплекс игр, который мы проводим с несколькими семьями сразу, чтобы закрепить и усилить достигнутые результаты в преодолении страхов. Многие из этих игр окажется полезным и для одной семьи, где есть несколько детей, бабушки и дедушки.

Начинается комплекс с игры "Мяч в кругу" — бросания мяча друг другу стоящими в кругу детьми и взрослыми. Каждый ребенок располагается напротив своего родителя, а не рядом, что подразумевает большую самостоятельность действий и дает возможность лучше выразить чувства. Прежде чем кинуть мяч, нужно поймать взгляд другого участника игры и сказать любое пришедшее в голову слово: "на", "держи", "поймай", "зайчик" и т. д. Тот, кто теряется и не может быстро найти слово, все равно получает мячи от других, поскольку происходит обмен взглядами. Постепенно он накапливает мячи (или кегли, что предпочтительнее для этой игры) и должен быстрее от них освободиться, что стимулирует игровую активность. Усложнение игры состоит в поиске слов из названий только цветов, мебели, животных, сказочных персонажей или в назывании любых цифр. Далее все начинают двигаться по кругу, продолжая бросать мячи. В конце игры особого поощрения заслуживают дети, участвующие в игре наравне со взрослыми. Цель игры: снять торможение, возникающее при необходимости быстро отвечать, в том числе в группе детского сада и в школе.

Определить наиболее подходящую тактику преодоления страхов посредством игры помогает наблюдение за самостоятельной игрой ребенка в естественных для него условиях. При игре предоставляется возможность выбирать то, что хочется, из разнообразного репертуара тряпичных кукол, надеваемых на пальцы, фигурок-изображений животных. Вначале заметно, как ребенок избегает тех из них, которые отображают страх. Скажем, в упор не видит игрушечного волка, а предпочитает мишку или обезьянку. Не хочет быть и зайчиком, подчеркивающим его страх, пугливость, беспомощность, незащищенность. Но даже при взятии индифферентных ролей боящийся ребенок испытывает напряжение и скованность. Постепенно он разыгрывается и, эмоционально вовлекаясь в игру, начинает вести себя все более свободно и непринужденно. Более того, незаметно для себя, так сказать, по потребности, он может использовать для игры и тех кукол, которые выражают его страх. Здесь как раз самое подходящее время для присоединения к игре взрослого. Первоначально не имеет значения, в какой роли он будет выступать. Лучше не претендовать вообще ни на какую роль, подыгрывая ребенку и исполняя то, что требуется по ходу игры. Главное — наладить паритетные отношения в игре и достаточно серьезно относиться к происходящим в ней событиям, то есть смотреть глазами ребенка. Тогда игра становится деятельностью, которая признается и разделяется всеми ее участниками. Должно пройти какое-то время, чтобы возникла сыгранность и действия партнеров не противоречили друг другу. Постепенно в игре возникает единство взглядов и действий, как и непринужденность, естественность, спонтанность в исполнении ролей. Тогда взрослый может в пределах отведенной ему роли воспроизводить некоторые из страхов ребенка, как бы подталкивая его на исполнение противоположной, противостоящей страху роли. Скажем, взрослый, изображая пугливого зайчика, чрезмерно осторожного и рассудительного ежика или панически настроенную,

мнительную обезьянку, ведет себя соответствующим образом, ища защиты у доброго и сильного мишки, роль которого исполняет ребенок. Последний видит себя при этом словно в зеркале, более адекватно воспринимая нежелательные для взрослых особенности своего поведения. Вместе с тем, проигрывание контрастной в отношении страха роли дает возможность отреагировать на возникшее из-за него беспокойство, действуя уверенно, решительно или агрессивно и коварно.[26,с.90]

Таким образом, психологический механизм устранения страха заключается в перемене ролей, когда не боящийся в жизни взрослый и испытывающий страхи ребенок ведет себя противоположным образом. Этим, а также самым эмоциональным отреагированием обусловлен терапевтический эффект воздействия подобной игры. Следует ли пытаться еще раз поменять роли и сделать ребенка снова самим собой? Каждый раз нужно подходить к этому индивидуально, в зависимости от характера происхождения страха. Если он носит главным образом воображаемый характер, как, скажем, страх Бабы Яги, то повторной перемены ролей обычно не требуется. Другое дело — при реальном страхе, особенно с угрозой насилия или имевшей место агрессией. Здесь необходима повторная перемена ролей, но с изображением ребенком себя как небоящегося.

В играх-драматизациях необходимо соблюдение ряда условий. Одно из них — непосредственность и естественность поведения взрослых, которые не должны разрушать игру своими замечаниями, советами, предложениями, превращая ее в урок назидания и морали. Но не нужно и переигрывать, фальшивить, пытаться искусственно затягивать игру или обрывать ее словами "хватит", "довольно". Желательно создать такие условия, чтобы ребенок смог наиграться, получить от игры удовлетворение, потому что она в первую очередь рассчитана на него, а не на потребности и желания взрослых.

Тем более игра не является принудительным видом деятельности и проводится только тогда, когда сам ребенок испытывает желание избавиться от страха, то есть он должен быть готов к этому. Не нужно заранее рассказывать о цели игры, о том, как следует себя вести в ней, что делать и говорить. Подобная заданность, как и жесткий режиссерский контроль, создает излишнее напряжение, скованность, отсутствие инициативы и импровизации. Тогда игры превращаются лишь в способ обучения навыкам правильного поведения, теряют терапевтическую направленность и не приносят положительных эмоций ребенку. Наоборот, кульминацией терапевтически ориентированной игры является ее развязка — разрешение, эмоциональное отреагирование аффекта страха за счет перемены ролей, когда ребенок испытывает радостное возбуждение от сознания своей силы и решимости и тем самым окончательно устраняет свой страх. Важно похвалить за одержанную победу, пожать руку, сказать, что теперь он не будет бояться, короче, закрепить достигнутые результаты дружеским напутствием, выражением веры в его дальнейшие возможности и способности.

У школьников совместно со взрослыми и сверстниками разыгрываются различные ситуации беспокойства, тревоги и страха, испытываемые в школе. Здесь также используется психологический принцип перемены ролей, и боящийся, скажем учителя, ребенок выступает в его роли, ведя урок, вызывая к доске, ставя оценки, делая замечания и используя различные наказания и поощрения. Если дети первоначально отказываются выступать в роли учителя, то это делает кто-либо из взрослых, показывая образец игрового поведения. Затем учителем становится боящийся ребенок, а сверстники и взрослые изображают учеников: отличников, двоечников, неусидчивых, непослушных, драчливых, робких и неуверенных в себе. При этом зеркально

отражаются некоторые из проблем "главного героя", и он решает их согласно своей роли. При желании он вызывает в школу родителей плохих учеников, и тогда играющие дети (дети и взрослые) становятся родителями учеников, которых они только что играли.[26,с.110]

Таким образом, если ребенок берет в игре роль страшного для него персонажа, то, как уже отмечалось, этого вполне может быть достаточно, чтобы он избавился от страха. Другое дело, если он вначале отказывается играть отрицательную роль и изображает себя. Тогда нужно так организовать игру, чтобы ребенок смог отреагировать зажатые страхом эмоции в отношении того, кто бы напоминал его прежнее боязливое поведение. Обычно в последней роли выступает взрослый, активизирующий выражение агрессивных чувств ребенком и являющийся своего рода "козлом отпущения". Затем роли можно снова поменять, то есть ребенок будет собой, но уже без страха, в чем и смогут убедиться все участники игры.

### **Выводы по главе 1.**

Таким образом, страх - это одно из средств окружающей действительности, к избирательному и критичному к ней. Страх, определенную социализирующую и роль в формировании личности.

Детские являются иерархической структурой, определяется и гендерными закономерностями, особенностями ребёнка, его специфическим и установками, в социуме.

В школьном возрасте природные страхи, на самосохранения, социальными страхами, сложными, определяемыми. Например, как:

- страх родителей
- страх «быть не тем», это - страх в младшем возрасте.

– несоответствия требованиям ближайшего (школа, сверстники, семья).

– страх или одиночества, состояние страха, возникает при или угрозе ребенка со для него лицами.

– страх решений, или страх ответственности.

Необходимо отметить, что боязливость и страх в младшем школьном возрасте не являются устойчивой чертой характера и относительно обратимы при адекватном к ним подходе со стороны взрослых. Тем не менее, важность активной работы с детскими страхами обусловлена тем, что сам по себе страх способен оказывать патогенное влияние на развитие различных сфер личности.

Выделяются следующие проявления страха:

- соматические (физиологические);
- субъективные (эмоциональные);
- особенности когнитивного функционирования;
- поведенческие (выражающиеся в в трех формах: нападение, бегство, ступор)

Младший возраст - это возраст, переkreщиваются инстинктивные и опосредованные страхи. Социльные страх возникает при реальной или мнимой угрозе социальному благоолучию.

Эти говорят о социальной активности, об упрочении ответственности, долга, обязанности, т.е. обо всем том, что объединено в «совесть», является психологическим образованием возраста.

В результате , чтобы устранить страхи приходится применять уже в специально создаваемых условиях игры которые помогут справиться со страхами в современном обществе детям младшего школьного возраста.

Игра — способ выражения чувств, познания и моделирования окружающей ребенка действительности. Игра — это движение, победа, радость, удовольствие... Игра для ребенка — дело серьезное, поэтому и относиться к ней надо соответствующим образом.



## Глава 2. Экспериментальное исследование страхов у детей младшего школьного возраста.

### 2.1 Методика организации констатирующего эксперимента.

С целью выявления актуального уровня нами был проведен констатирующий эксперимент .

Исследование проводилось на базе лицея №32 г. Красноярска , в нем принимали участие 50 школьников в возрасте 8-9 лет.

Цель констатирующего эксперимента – выявление актуального уровня страхов у детей младшего школьного возраста .

Для определения актуального уровня проявления страхов у младших школьников были выбраны следующие признаки :

1. Эмоциональный (наличие беспокойства, тревожности, тревоги)
2. Поведенческий (пассивность, избегание общения , неуверенность, заикание)
- 3 Когнитивный (сбивание, потеря мыслей , невнимательность

Данные признаки были выбраны нами как категории , по которым можно судить об актуальном уровне проявления страхов (Таблица 1) .

Таблица 1

Критерии и уровни выявления страхов.

Критерии  Уровни	Высокий уровень 7-9 баллов	Средний уровень 4-6 баллов	Низкий уровень 3 балла
Эмоциональный	При остром чувстве беспокойства , теряется	Темп речи ускорен , иногда в виде трудно	Собран с мыслями , темп речи

	,не находит ненужных слов для ответа ,говорит невпопад, невнятный дрожащий голос и часто замолкает совсем.	управляемых потока слов ,легко возникает замешательство при внезапных вопросах .	умеренный ,отсутствие беспокойства , поведение спокойное ,речь сформулирована правильно
Поведенческий	Отмечается двигательное возбуждение ,непоследовательность в поступках ,нередко чрезмерное любопытство, может занять себя любой даже не нужной деятельностью	Характерна нетерпимость ожидания ,которая выражается спешкой и нетерпением ,совершает лишние движения перекаат с ноги на ногу ,поправляет без конца одежду.	Уверенное поведение, без лишних резких движений , размеренно и понятно , адекватная реакция на предъявляемые требования
Когнитивный	Становится скованным, смущение и застенчивость при общении, бесконечные опасения при ответе ,не внимателен , не сосредоточен	Наблюдается ухудшение настроения ,речь невнятная ,небольшое заикание	Усвоение учебного материала ,прилежность ,внимательность ,выполнение заданий без внешнего контроля

Для реализации цели исследования мы выбрали диагностический комплекс, включающий следующие методики:

### **1. Методика «Автопортрет» (по Р. Бернсу)**

Цель методики: диагностика бессознательных эмоциональных компонентов личности (самооценка, актуальное состояние, невротические реакции тревожности, страха, агрессивности)

Для исследования необходимо: стандартный лист белой и простой карандаш средней твердости. Фломастеры и ручки использовать нельзя, мягкие карандаши тоже нежелательны.

Инструкция ребенку: нарисуйте себя в полный рост на листе бумаги простым карандашом.

## **2. Методика «Рисунок несуществующих животных» М.З. Друкаревич**

Цель методики: когда ребенок рисует, он переносит, проецирует на бумагу свой внутренний мир, я-образ. Психолог может многое сказать о настроении, склонностях маленького художника, глядя на его произведение. Конечно, один тест не поможет воссоздать точный психологический портрет, но поможет понять, есть ли у ребенка проблемы во взаимоотношениях с окружающим миром.

Для исследования необходимо: стандартный лист белой и простой карандаш средней твердости. Фломастеры и ручки использовать нельзя, мягкие карандаши тоже нежелательны.

Инструкция ребенку: придумать и нарисовать несуществующее животное и назвать его несуществующим именем.

## **3. Методика «Страхи в домиках» А.И. Захаров и М.А. Панфилова**

Цель методики: 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.

Для исследования необходимо: Данная методика подходит в тех случаях, когда ребенок еще плохо рисует или не любит рисовать (хотя такое задание даже не интересующиеся рисованием дети принимают обычно с удовольствием).

Инструкция ребенку: Взрослый рисует контурно два дома (на одном или на двух листах) : черный и красный. И потом предлагает расселить в домики страхи из списка (взрослые называют по очереди страхи). Записывать нужно те страхи, которые ребенок поселил в черный домик, т.е. признал, что он

боится этого. У детей постарше можно спросить: «Скажи, ты боишься или не боишься ...».

## **2.2. Результаты констатирующего эксперимента.**

### **1. Анализ полученных результатов по Методике «Автопортрет» (по Р. Бернсу). ( Приложение 1 )**

Уровни наличия выявленных критерии страхов .

Таблица 2

Уровни					
Высокий		Средний		Низкий	
Чел	%	Чел	%	Чел	%
9	8	29	76	12	16

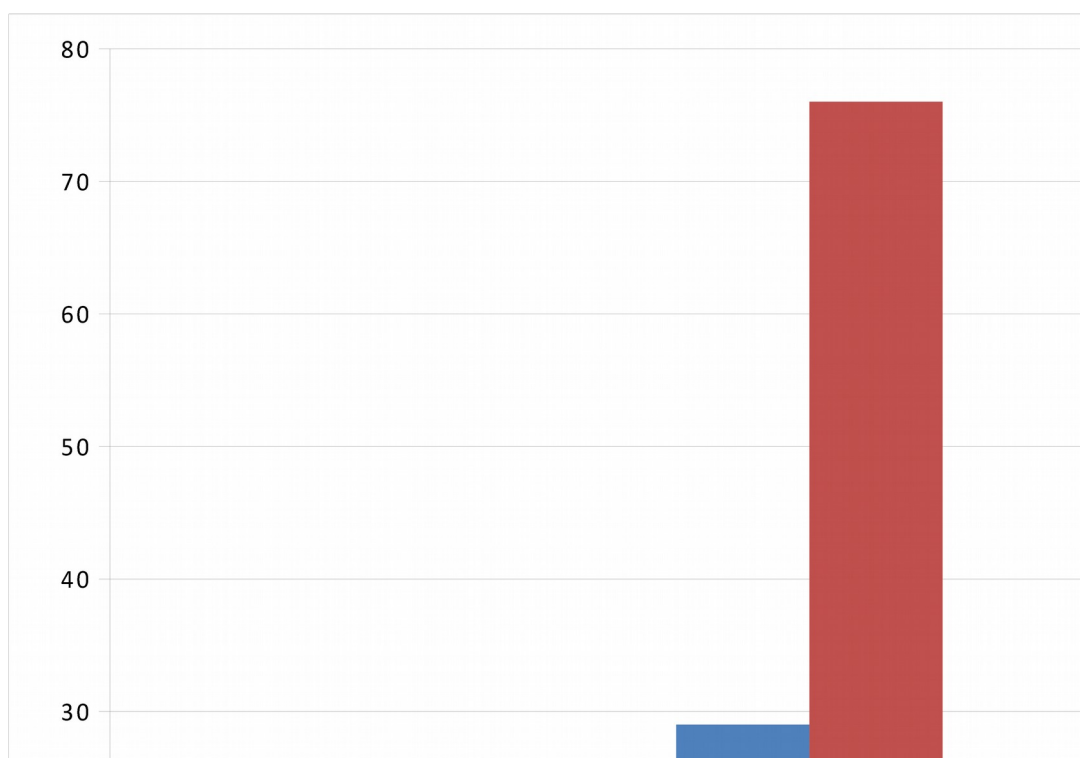


Рис. 1. Уровни наличия критерий страха ( распределение в %)

В результате проведенного исследования выяснили ,что у младших школьников преобладает средний уровень – 76 %. У данных учащихся нет яркого проявления чувства страха , для них показательны ощущение беспокойства боязни , незащищенности через рисунок (заштрихованная фигура, большие глаза) скорее связанные с ситуативной тревожностью.

У 16% не выражено чувство страха , восприятие действительности в искаженном свете . Для них характерны редкие волосы , изображение человека внизу листа, большие глаза , отсутствие рта и т.д. Отсутствуют беспокойство, боязнь, что показывает отсутствие страхов , чувства беспокойства в момент проведения методики.

Для 8% учащихся характерны чувство страха, ощущение беспокойства, незащищенности, которые ярко проявляются через рисунок самих себя в полный рост, данная методика показала высокий уровень наличия страхов через рисунок.

**Анализ результатов по Методике «Рисунок несуществующих животных» М.З. Друкаревич**

Таблица 3

Уровни наличия выявленных критерии страхов

Уровни					
Высокий		Средний		Низкий	
Чел	%	Чел	%	Чел	%
11	24	32	64	7	12

Результаты по выявленным критериям страха рис. 2.

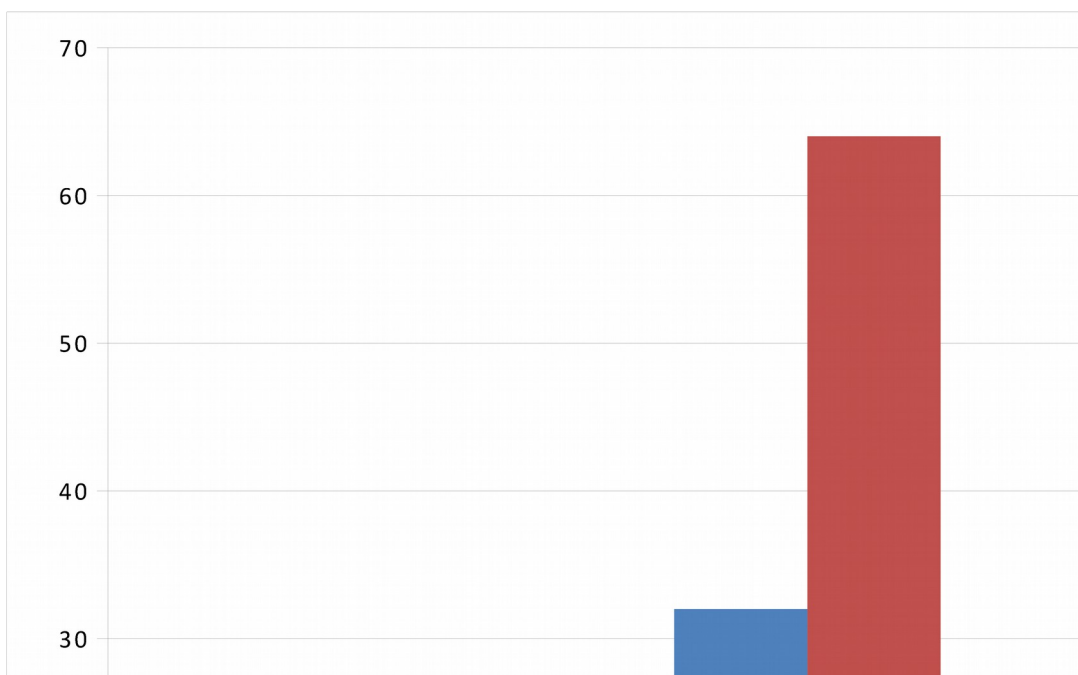


Рис.2. Степень отношения к страхам (распределения в %)

Для 24 % младших школьников характерен высокий уровень положительного , то есть осознанного отношения к испытываемым страхам и опасениям это показано на рисунке(рисунок находится по центру листа )

12% обследуемых проявили низкий уровень положительного отношения страхов . Скорее были выделены нейтральный или отрицательный ответ на заданный вопрос. Для них характерен уход от ответа или прямой отказ отвечать , а также отрицание чувства страха в ситуациях. На рисунке это проявляется(Крупные, с четко прорисованной радужкой глаза могут означать, что ребенка мучает постоянный страх.)

64% учащихся показали средний уровень степени отношения к страхам , что говорит о нейтральном или положительном отношении к страхам и

опасениям . Дети не боялись высказывать свои мысли и говорить об отношении к страхам, к сверстникам , к школе, к близким.

Представленные на рисунке данные свидетельствует о том , что контрастных различий в показателях по исследуемому параметру младших школьников не обнаружено.

**В результате проведения Методики «Страхи в домиках» А.И.Захаров и М.А.Панфилова (Приложение 3).**

Таблица 4

Уровни по критериям страха.

Уровни					
Высокий		Средний		Низкий	
Чел	%	Чел	%	Чел	%
11	24	23	52	15	24

Результаты по выявленным критериям страха представлены на рис.3



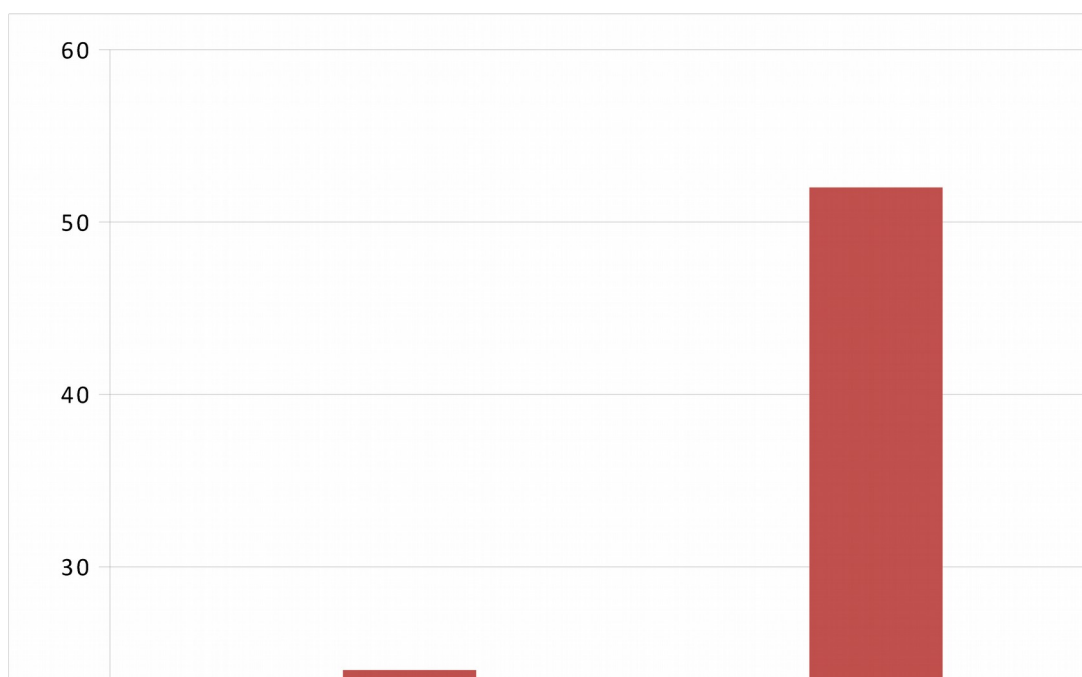


Рис.3. Уровень по критериям страха.

( распределение в %)

Данные таблицы 4 показывает , что преобладающий уровень средний , представлен младшими школьниками 52 % . Количество страхов, соответствующих возрастной норме для данного возраста и пола ,превышает допустимый уровень (страхи были распределены по домикам пополам ) .

В результате проведенной методике только 24% показали уровень ниже нормы для принадлежащих им категории возраста и пола . (были затруднения при формировании страхов в разные домики)

Большинство из них мальчики.

Нормативными оказались тоже 24 % (все страхи были распределены по домикам )

Итак, в ходе констатирующего эксперимента, включающего в себя три психодиагностические методики, с учетом определенных критериев и уровней, нами были получены следующие результаты, данные показали, что уровень проявления страхов у младших школьников – средний и примерно одинаков, что дает широкий простор для работы по коррекции посредством использования игр, рисования, сочинения сказок. С этой целью нами разработана программа формирующего эксперимента.

### **2.3. Педагогическая помощь преодоления страхов с помощью игр.**

Данная программа ориентирована на коррекционную работу с детьми, имеющими различные страхи. Страх является наиболее опасной из всех эмоций.

Младший школьный возраст – вершина детства. Дети в этом возрасте имеют еще много детских качеств – наивность, легкомыслие, однако с приходом в школу часто детская непосредственность в поведении утрачивается, меняется статус ребенка, интересы, ценности и весь уклад жизни. Младший школьный возраст обещает ребенку достижения в учении, но эта новая социальная ситуация жестко регламентирована и является для ребенка стрессовой. Каждому ребенку присущи определенные страхи. Но, если их очень много, то можно говорить о проявлениях тревожности в характере ребенка.

Детские страхи в той или иной степени обусловлены возрастными особенностями и имеют временный характер. Однако страхи, сохраняющиеся длительное время, служат признаком эмоционального неблагополучия и негативно влияют на психическое здоровье и развитие школьника. В последние годы специалисты отмечают довольно высокий рост детских страхов у младших школьников. В связи с этим встает вопрос о

необходимости комплексного подхода психолого-педагогической профилактики к решению проблемы детских страхов школьников и поиска путей преодоления психического неблагополучия ребенка.

Анализ проблем обращения к педагогу-психологу показал, что большинство из них связано с наличием страхов у детей 6-7 лет.

Преодоление страхов — это комплекс мер психологического и педагогического воздействия, из которых наиболее эффективными средствами являются рисование и игра.

### **Программа включает в себя 3 этапа:**

1 этап — диагностический.

Цель: изучение нарушений психологического здоровья у детей.

этап – практический (основной).

Цель: профилактика и коррекция нарушений психологического здоровья детей.

3 этап – контрольный.

Цель: определение эффективности коррекционной работы.

Актуальность:

Проблема страхов, несмотря на достаточную изученность, не теряет актуальности в наши дни, и значительно обостряется в связи с изменениями в общественно-политической и экономической жизни не только взрослых, но и детей.

Актуальность данной программы заключается в следующем:

- в этом возрасте страхи наиболее успешно подвергаются психологическому воздействию, поскольку они еще не завладели характером ребенка и чаще всего носят возрастной характер;

- устранение отрицательных эмоциональных следов страха является необходимым условием психического здоровья детей.

Можно предположить, что ребенок тревожен, если хотя бы один из критериев, перечисленных выше, постоянно проявляется в его поведении.

Работа с ребенком сопряжена с определенными трудностями и, как правило, занимает достаточно длительное время. Рекомендуется проводить работу в трех направлениях:

1. Повышение самооценки.
2. Обучение ребенка умению управлять собой в конкретных, наиболее волнующих его ситуациях.
3. Снятие мышечного напряжения.

Правила работы

1. Избегать состязаний и каких-либо видов работ, учитывающих скорость.
2. Не сравнивать ребенка с окружающими.
3. Чаще использовать телесный контакт, упражнения на релаксацию.
4. Способствовать повышению самооценки ребенка, чаще хвалить его, но так, чтобы он знал, за что.
5. Чаще обращаться к ребенку по имени.
6. Демонстрировать образцы уверенного поведения, быть во всем примером ребенку.

7. Не предъявлять к ребенку завышенных требований.
8. Быть последовательным в воспитании ребенка.
9. Стараться делать ребенку как можно меньше замечаний.
10. Использовать наказание лишь в крайних случаях.
11. Не унижать ребенка, наказывая его.

Цель программы: Педагогическая помощь детям младшего школьного возраста в борьбе со страхами с помощью игр

Задачи:

Снять психоэмоциональное напряжение, скованность, мышечные зажимы у детей.

Предупредить развитие страхов.

Устранить имеющиеся страхи.

Повысить уверенность в себе у детей.

Снизить тревожность.

Улучшение взаимоотношений.

Методические рекомендации:

Данная программа рассчитана на детей младшего школьного возраста (8-9 лет). Программа основана на различных играх, подвижных и ролевых.

Цель игр состоит, в первую очередь, в снятии избытка торможения, скованности и страха, возникающих в темноте, замкнутом пространстве, при внезапном воздействии и попадании в новую, неожиданную ситуацию общения. Одновременно это предупреждение неуверенности в себе и застенчивости или их коррекция, если они уже входят в характер ребенка.

Первая игра — "Пятнашки" — служит своеобразной разминкой к последующим играм и, несмотря на кажущуюся простоту, содержит ряд правил. Заранее ограничивается игровая площадка, на которой в беспорядке расставлены стулья и столик, так, чтобы между ними остались небольшие проходы. Можно просто переставить мебель, создав искусственный беспорядок. Нельзя пятнать через стулья — они как бы цельные колонны.

Тогда можно лучше отворачиваться, увертываться, создавая тем самым дополнительные препятствия в игре. Кто случайно заденет стулья или, увлекшись, выбежит за пределы площадки, становится водящим, то есть начинает сам пятнать. К тому же можно хлопать только по спине, конкретно по нижнему ее месту, что еще больше осложняет задачу. Причем нужно не прикасаться, а именно ударять как следует, с чувством, эмоционально, да еще и с угрозами, чем одновременно устраняются страхи боли и уколов и физических наказаний. Так что если родители имеют обыкновение шлепать детей дома, то здесь предоставляется полная возможность и детям поступать аналогичным образом, так сказать, "осуществить гласность и демократию на деле". Суть игры — в ее непредсказуемости и неожиданности, когда водящий внезапно меняет направление бега, оказываясь лицом к лицу с остальными участниками. Последние должны мгновенно принять решение, сориентироваться, побежать ли им в противоположную сторону, вперед, увернуться, но только не застыть и не сдаваться, как и не давать себя запятнать во всех значениях этого слова.

Первая модификация — "запятнанный" может очень даже "обидеться" на то, что его задела, обошлись невежливо, и, схватив в руку кеглю, поролоновый валик, кепочку или что-нибудь подобное, начинает бегать с нарочитыми угрозами за участниками, как за назойливыми мухами.

Вторая модификация — расширение игровой площадки, которая уже не только комната, но и коридор, а то и вся жилая площадь.

Третий вариант — площадка та же, но нужно всем, и догоняющим в том числе, перепрыгнуть досочку или поролоновый валик, веревочку между стульями, пролезть под столом, а то и попрыгать по "кочкам", нарисованным мелом на полу или представленным листами бумаги.

Во всех случаях вместе с разнообразием вводится и больше правил, или условий игры, что и помогает детям лучше контролировать свое поведение в новой, незнакомой обстановке.

Продолжительность игр в пятнашки весьма небольшая и обычно не превышает 10 минут. Нельзя сразу садиться после игры из-за нагрузки на сердечно-сосудистую систему, лучше походить или перейти к другой игре.

Итак, пятнашки только непосвященным кажутся такой простой игрой. На самом деле с ее помощью, во всяком случае при неоднократных повторениях, удается: 1) обеспечить эмоциональную разрядку — снять накопившееся нервное напряжение — и зарядить детей и взрослых очередной порцией жизнерадостности и оптимизма; 2) устранить или значительно уменьшить торможение и страх при внезапном, неожиданном воздействии, а также страхи нападения и наказания со стороны родителей (поскольку пятнание как легкий удар имитирует физическое наказание); 3) улучшить гибкость в поведении, ситуативность; 4) усилить способность быстро принимать решения; 5) освоить групповые правила поведения и совместной деятельности; 6) развить ловкость, координацию движений и большую побудительную активность; 7) наладить более непосредственный контакт между родителями и детьми.

Вторая игра — "Жмурки". Проводится она там же, где только что была игра в пятнашки и где остались расставленные в беспорядке стулья. Сделано это специально, чтобы создать препятствия для водящего, осложнить его задачу — найти стоящих в разных местах игровой площадки детей и взрослых.

Основное правило игры — стоять на одном месте и ничем не выдавать себя, чтобы не быть обнаруженным. Требуются, следовательно, определенная выдержка, терпение в противоположность двигательному беспокойству и возбуждению. Вместе с тем можно изгибаться, наклоняться, даже ложиться, когда водящий проходит рядом и пытается нащупать вытянутыми руками участников игры. Но и тогда их ноги остаются как бы приклеенными к полу.

Сначала водящему плотно завязывают глаза, и он должен держать их закрытыми, то есть имитируется замкнутое пространство, которого так боятся дети в обычной жизни. Перед началом поиска водящий с завязанными глазами три раза поворачивается вокруг себя, что осложняет его ориентировку в окружающем пространстве. Если он идет в противоположную сторону, то играющие могут хлопнуть в ладоши, щелкнуть пальцами, указывая нужное направление. Главное — не говорить и не перемещаться по площадке. Свет приглушен, и полумрак создает атмосферу необычности и таинственности происходящего.

Взрослый в роли водящего задает тон всей игре, шутливо угрожая во что бы то ни стало найти всех участников игры, говоря, что они все равно никуда не денутся, что он расправится с ними, съест, то есть он выступает в гротескно заостренной роли злодея — Бармалея, разбойника. Несмотря на подобные угрозы, всем участникам игры необходимо хранить молчание, сдерживая себя даже в том случае, когда водящий подходит совсем близко. В противном случае легко выдать себя и раньше времени выйти из игры. Если поиск затягивается, то играющие могут немного выйти вперед и внезапно громко



произнести перед водящим какой-либо звук, например "у-У-У". после чего быстро и незаметно вернуться на свое место. При обнаружении участника игры его нужно на ощупь опознать и назвать имя. Далее поочередно в роли водящего выступают остальные. Игра длится в среднем 20-30 минут, и обычно каждый успевает побывать в роли водящего. Выигрывает тот, кто успешнее всех найдет играющих.

Если поиск затягивается, то найденные и стоящие уже вне игровой площадки участники начинают дружно считать до 10, с тем чтобы водящий действовал более активно и решительно. При счете 10 водящий снимает повязку и обнаруживает стоявших в разных местах площадки ненайденных участников игры.

Можно, как и пятнашки, усложнять игру: поставить поролоновый валик, натянуть веревочку между стульями, набросить на водящего покрывало или обруч, от которых он должен освободиться, дать ему в руки кеглю, книжку, любой предмет. Подобные проказы контрастируют с угрозами водящего, что и придает особый колорит игре, способной устранить, как и пятнашки, страхи внезапного воздействия, а также страхи темноты и замкнутого пространства.

Игра "Прятки". Заранее оговариваются места, где нельзя прятаться, например шкаф. Как и в предыдущих играх, участников не менее трех, и они сами договариваются, кто из них будет искать первым. Свет выключается, остается только небольшой ночник. Тот, кто водит, обходит комнату или квартиру, произнося шуточные угрозы в адрес спрятавшихся. Последние стремятся ничем не выдать себя, что требует опять же достаточной выдержки и терпения. Кроме того, спрятавшийся остается какое-то время один, пока его не найдут или он сам не выйдет из укрытия по счету 10.

В игре "Кто первый" в середине комнаты ставятся два стула, между ними остается проход, через который может пройти или пролезть только один человек. Играющие встают на четвереньки у стены, лицом к стульям. Руки у них находятся на стартовой линии, как на спортивных соревнованиях, и любое движение раньше времени считается нарушением (фальстартом), влекущим за собой замечание, а при повторении ошибки — и выбывание на время из игры. Как только будет дан заранее обусловленный сигнал, можно начинать движение, причем ползком. Ползти нужно до стульев, между ними и, обогнув один из них, вернуться обратно, прикоснувшись рукой к стене или мячу. Кто первый это сделает, тот и выиграет. В игре участвуют минимум трое: родители и ребенок. Когда ползут, можно задерживать друг друга, цепляться за одежду, толкаться, учитывая возраст участников.

Движение можно начинать по выстрелу из игрушечного пистолета или удару в бубен. Старту предшествует команда "приготовиться" (пауза еще больше повышает напряженность ожидания).

Дающий старт делает несколько обманных движений, тем самым усиливая напряжение участников игры. Кроме того, он может встать сзади них, и звук будет раздаваться прямо над головами соревнующихся (об этом надо заранее предупредить). В игре внезапный звук побуждает к быстрому принятию решения и незамедлительному действию, а не к оцепенению и страху.

В изложенном виде игра "Кто первый" проводится с 2-летнего возраста не только для снятия страха неожиданного воздействия, но и для тренировки процессов внимания и торможения. С 4 лет игра усложняется. Ведущий игру сообщает, что движение начинается только после произнесения определенного слова. Например, ползти можно только после слова "лягушка", а если будет произнесено "крокодил", "бегемот", "лошадь", то нужно оставаться на месте. Подобным образом может быть использовано слово,

обозначающее один из цветов, предмет мебели, сказочный персонаж. После неоднократных называний не тех слов произносится нужное слово, и тут уже не до раздумий — все устремляются вперед. С 6 лет в качестве пусковых, или стартовых, слов применяются не одно, а два слова, например лягушка — крокодил (из животных), красный — синий (из цветов), стул — стол (из мебели), 5-7 (из цифр) и т. д. С 10 лет возможны сочетания и трех слов. Тот, кто загадывает слова, находится в более выгодном положении, чем остальные участники, так как, произнеся нужное, ключевое слово или сочетание слов, может быстрее всех или, во всяком случае, первым начать движение. Если это ребенок, то взрослые могут "пробуксовывать" какое-то время, давая тем самым ему фору. Именно сам факт ползания, а не ходьбы, наполняет игру юмором и смехом.

Последней в серии из 5 игр будет игра "Быстрые ответы". Она не только снимает торможение, возникающее при внезапных вопросах, но и развивает сообразительность, находчивость, смекалку. Игровое пространство заранее разделяется предметами на небольшие квадраты, по одну сторону которых находится ведущий, а по другую — стоящие рядом остальные участники. Ведущий, вначале взрослый, задает поочередно каждому посильные для его возраста вопросы и ждет ответа в течение произносимого вслух счета: 1-2-3. Ограничение времени создает стрессовую ситуацию, поскольку после счета 3 ответ признается недействительным. Вопросы носят доступный возрасту и шуточный характер, часто с "подковыркой", и на них можно отвечать "по-детски" или как полагается. Например, мальчика 6 лет спрашивают: "Как называется страна, где живут самые высокие люди?" Оптимальным будет ответ: "Великания". Или: "Где живут самые маленькие люди?" — "В Лилипутии". Нередко бывает так, что наибольшие затруднения испытывают взрослые, пытающиеся найти серьезный ответ на вопрос. Если ответа нет, он

задержался или "не тот", то вопрос адресуется рядом стоящему до получения правильного ответа. Вопросы могут быть на любую тему, и умение их быстро придумывать, как и чередовать темы, как нельзя лучше развивает спонтанное мышление и творческую фантазию всех участников. Приведем образцы вопросов и ответов (в скобках). У детей: "Почему лягушки скачут? (ноги длинные)"; "Почему крокодил зеленый? (живет в болоте)"; "Почему мороженое холодное? (из холодильника)"; "Почему птички поют? (весело)"; "Почему земля круглая? (такая получилась)"; "Почему все кончается на "у" (потому)" и т. д. У взрослых: "Почему лампочка светит? (электричество)"; "Почему земля внутри горячая? (нагрели)"; "Что можно увидеть с закрытыми глазами? (сон)"; "Без чего не испечешь хлеб? (без корки)"; "В какую посуду нельзя налить воду? (в полную)"; "Сколько яиц можно съесть натощак? (одно, так как второе будет уже не натощак)"; "Сколько лет Бабе Яге? (много)"; "Какое расстояние от Земли до Марса? (такое же, как от Марса до Земли)" и т. д.

При подходящем ответе производится перемещение участника игры вперед на один шаг (квадрат). Таким образом, отвечающий опережает остальных. Ведущий должен незаметно направлять игру так, чтобы не допускать чрезмерного опережения или отставания других. Это усиливает интерес к игре, так как никто не может быть заранее уверен, что именно он одержит победу. Во всех играх необходимо создать такие условия, чтобы ребенок мог обязательно выиграть, если не в первый раз, то во второй или в третий. Успех среди сверстников и взрослых окрыляет, заставляет поверить в себя и стать более уверенным перед лицом воображаемой или реальной опасности.

Играть в "Быстрые ответы" лучше всего с 5 лет, когда становится более заметным интеллектуальное развитие ребенка и, соответственно ему,

понимание вопросов. Хорошие результаты от игры отмечаются и в подростковом возрасте при чередовании "детских" и "взрослых" ответов.

Игра "Противоборство" закрепляет полученные результаты, особенно у мальчиков, для которых она в основном и предназначена.

Смысл игры состоит в противоборстве с кем-то, символизирующим опасность, победа над которым возможна только при подавлении в себе страха, при уверенных и точных действиях. "Противоборство" — это комплекс из четырех последовательно проводимых игр.

Первая из них — "Поединок" — фехтование на игрушечных саблях. Победивший сражается с третьим участником игры, обычно взрослым. Щит не применяется специально, так как создает искусственную защиту и уменьшает эффект игры. Адекватная защита состоит только в решимости и быстроте действий. Хотя сабли и сделаны из легкого гнущегося алюминия, прикосновение все-таки несколько болезненно, а главное, неприятно, так как ассоциируется с болью и смертью.

Вторая игра — "Стрельба из лука" — заключается в поочередной стрельбе из лука стрелами-присосками. Тот, в кого стреляют, отходит в конец комнаты. Обороняется сначала щитом, а затем руками и пытается увернуться от попадания. Напряженное ожидание выстрела создает острое чувство беспокойства, не мешающее, однако, принятию защитных мер. Испытываемое после выстрела, независимо от результатов, чувство облегчения представляет собой катарсис — разрядку эмоционального напряжения от страха неожиданного воздействия.

Следующая игра — "Сражение" — бросание мелкими, нетяжелыми предметами (шарики, кегли, бумажные шарики) друг в друга из-за укрытия в виде стульев и кресел, поставленных напротив друг друга на расстоянии

нескольких метров. Предметы нельзя бросать слишком сильно, главное — попасть и увернуться. Играющие разделяются на два противостоящих лагеря, по одну сторону которого находится родитель, а по другую — ребенок. Вначале нужно "поссориться" — предъявить обвинения, высказать претензии, обиды, требования, то есть всячески раззадорить друг друга, и в конце концов объявить "войну". Тем, кто бросил все предметы, необходимо под продолжающимся "обстрелом" выйти из укрытия на "поле боя" и собрать "снаряды". Апогей игры — в "атаке" (сближении под прикрытием стульев) и "рукопашной схватке" (противоборстве). Заканчивается игра перемирием, принесением взаимных извинений и рукопожатиями — "братанием". Как и две предыдущие игры, "сражение" идет в обрамлении постоянных шуточных угроз и насмешек типа "простофиля", "мазила", "так тебе и надо" и т. д.

Последние три рассмотренные игры требуют меньшего количества участников, чем предыдущие. В "сражении" их двое — родитель и ребенок, "выясняющие отношения" друг с другом в процессе игры и уменьшающие их напряженность путем заострения, драматизации и эмоционального отреагирования. "Поединок", "Стрельба из лука" и "Сражение" помогают также существенно уменьшить страхи боли, уколов и неожиданного воздействия. А просто ослабить напряженность в отношениях между взрослыми и детьми помогают и всем известные игры в бадминтон, теннис, волейбол, простое бросание мяча, летающей тарелочки или даже кепки, если они сопровождаются нарочитыми угрозами и шуточными репликами.

Заключительная игра из рассматриваемой серии — противоборство с игрушечными заводными роботами или другими игрушками, олицетворяющими бездушие, насилие, зло. Один из играющих заряжает игрушечные пистолеты и кладет рядом с собой, занимая отмеченную чертой исходную позицию. В полуметре от него находится другая черта, переход за пределы

которой роботов означает поражение. Несколько роботов заводятся другим участником игры в пределах 1,5-2 метров от обороняющегося и по команде запускаются все сразу, одной шеренгой. От защищающегося требуется немалая выдержка, чтобы подпустить роботов поближе, когда они начинают падать от попадания резиновых присосок. Только так можно остановить нашествие, поскольку количество выстрелов лимитировано количеством пистолетов. Тот, кто заводил роботов, находится сзади них, собирая пущенные в его сторону присоски. Таким образом, от обоих участников игры требуются самообладание и отсутствие страха.

Другая игра — "Пролезание" через ряд стульев, столиков и парт. Участники игры запускаются с небольшим интервалом времени, так что можно догнать замешкавшегося или уйти от погони. Цель игры, как и предыдущей, — в преодолении страхов замкнутого пространства и нападения.

"Автобус". Об этой игре мы уже говорили. Участники игры, держась руками друг за друга, образуют как бы каркас автобуса с водителем впереди. "Автобус" подкатывает к "остановке", забирает волнуемых от ожидания пассажиров в единственную, да еще плохо работающую "дверь" и "едет" с объявляемыми водителем остановками по всем комнатам и коридорам, включая узкие проходы между мебелью. Соответственно пассажиры должны сжаться, как "сельди в бочке", ведь автобус "не резиновый". Радостного оживления и смеха здесь, конечно, хватает и уже не до тесноты, скученности и прочих некомфортных условий. Доехав до цели, автобус "разваливается" на части, и "обломки" лежат на полу, в то время как пассажиры с облегчением идут по своим делам. Игра рассчитана на преодоление страха замкнутого пространства, особенно в транспорте.

Страхи нападения и животных (собак), боли, неожиданного воздействия и отчасти замкнутого пространства получают свое эмоциональное от

реагирование в игре "Коридор". Играющие (родители и дети) распределяются на два лагеря. Образуется живой коридор, но поскольку играющие изображают собак, то встают на четвереньки напротив друг друга так, чтобы в броске вперед оказаться лицом к лицу. "Собаки" начинают лаять, постепенно входя во все больший раж, но оставаясь на месте, как на цепи. Один из детей находится в начале коридора и должен бесшумно или шумно-быстро пробежать его, чтобы схватить приз в конце и так же вернуться. Сделать это можно только при временном затишье, когда "собаки" как бы спят с закрытыми глазами, но чутко реагируют на проносящегося мимо и могут подпрыгнуть, схватить и укусить. Обычно на первый "прогон" решаются не все дети и даже взрослые, но, увидев, как можно преодолеть коридор, опередив реакцию "собак", совершают и свою попытку, почти всегда заканчивающуюся успехом. Как в этой, так и во всех остальных играх используется негласный принцип — неудачная попытка проигрывается снова с большей поддержкой участников, до тех пор, пока не будет достигнут ожидаемый, но не требуемый обязательно результат.

Теперь самое время перейти к подвижным играм "Футбол" и "Регби", для чего, по желанию самих участников, образуются две команды. В одной из них родители, в другой дети и наоборот. Ставятся ворота — два стула или предмета. Если позволяет число играющих, то их защищают вратари. Отличие регби от футбола — в допустимости захватов, бросков руками и неизбежной "куча мала". Прочие атрибуты — свисток судьи, удаление с поля, штрафные удары — не столь важны, как шутовское использование угроз по отношению к сопернику, типа "не трогай", "зачем взял", "ну-ка, положи", "отдай по-хорошему", "не мешай", "отойди", "не попадайся лучше", "отступай, пока не поздно", "я что сказал", "ты почему не слушаешься" и т. д. Накопившийся эмоциональный заряд родительских угроз может быть таким



образом безболезненно отреагирован со стороны как родителей, так и детей. Футбол и регби одинаково эффективны в плане устранения страхов внезапного воздействия, боли и замкнутого пространства (в последнем случае из-за кутерьмы и плотного окружения со всех сторон).

Развивают ловкость, быстрые координированные действия, а заодно и устраняют страхи глубины и высоты две последние игры.

Заключительная игра, направленная на устранение страха высоты, — "Восхождение". Самый высокий взрослый встает впереди, остальные, прислонившись и крепко обхватив друг друга руками, стоят за ним, наклонив голову вбок, как при игре "чехарда". Получаются как бы ступеньки, по которым карабкается ребенок, все выше и выше, пока не очутится на "вершине" — плечах взрослого, стоящего в начале. Можно еще встать в полный рост (при поддержке за ноги) и, подняв руки, дотронуться до "неба" — потолка или абажура лампы. Все кричат "ура", и ребенок спрыгивает вниз на руки страхующего взрослого. А далее его качают, как героя, подбрасывая вверх, что окончательно устраняет страх высоты, если он и был вначале.

В конце восхождение совершается в более сложных условиях — на пути встречаются ущелья (стоящие приседают) или скалы (подымаются). Может ни с того ни с сего начаться землетрясение (колебания взрослых в разные стороны), но и тогда нужно не теряться и продолжать путь, ползти

по спинам, преодолевая опасности. Обычно после этой игры полностью проходит страх (ожидание) землетрясения, как и страх высоты.

Рассмотренные предметно-ролевые игры подошли к концу, но только на бумаге. Воплощение их в жизнь, проигрывание в домашних условиях требуют определенной выдержки и самообладания от самих родителей,

готовности затратить реальное время на воспитание ребенка и коррекцию его страхов.

Для преодоления оставшихся, длительносуществующих и влияющих на характер страхов предназначен третий, заключительный, этап их психологической коррекции в виде ролевых игр-драматизаций. Предыдущие предметно-ролевые игры облегчили процесс принятия ролей, имеющих скорее не конкретный, а абстрактно обобщающий характер, вроде роли обороняющегося, нападающего, ведущего игру и т. д. Теперь необходимо научиться не только брать, но и играть роли более сложного психологического содержания, причем позитивного и негативного плана. Когда ребенок сам играет в сказки, он одновременно представляет себя в различных ролях, становясь по ходу сюжета то Иванушкой, то Бабой Ягой. После подобной игры он уже не так боится Бабы Яги, поскольку не она, а он управлял ею. То же относится к пугающим вначале образам Кощея, Волка, Водяного и т. п., с которыми, оказывается, также можно справиться в игре, чтобы потом сказать: "Не так страшен черт, как его малюют". Он действительно не так страшен, ибо живет только в сказках, рассказываемых с целью ознакомления детей с жестокостью, злом, коварством и насилием, существующими в реальной жизни. Посредством сказок ребенок учится распознавать жизненные аналоги отрицательных сказочных образов и в известной мере противостоять им, подобно тому, как он представляет при слушании или чтении сказок себя в роли главного героя, одерживающего победу над силами зла и страха. Поэтому знакомство со сказками и создание условий для их проигрывания дома облегчают устранение страхов посредством игры. Но здесь взрослым нельзя "перегибать палку" и назидательно читать перед сном двухлетнему ребенку, как Баба Яга уносит к себе непослушных детей, чтобы расправиться с ними. В этом возрасте дети

еще настолько наивны, что воспринимают все происходящее в сказках буквально, и вторым их действием является сон, где Баба Яга, Волк и Бармалей получают полную власть над ребенком. После 3, а еще лучше после 4 лет, когда ребенок начинает понимать условность, вымышленность сказочных персонажей, можно знакомить его днем и со страшными сказками, не забывая чередовать их с веселыми и шуточными. Если же предложить детям отобразить некоторые перипетии сказочного сюжета в совместной с родителями игре или самостоятельно, то соответствующие страхи заметно ослабнут или не возникнут вовсе. Не следует также забывать, что упорный страх Бабы Яги, Кощея, Змея Горыныча и Волка нередко отражает страх перед слишком строгими, принципиальными, неотзывчивыми и наказующими взрослыми.

Дальнейшим развитием ролевой игры будет выполнение задания сочинить какую-нибудь фантастическую или вспомнить реальную историю, в которой нашли бы отражение оставшиеся у детей страхи. Школьники излагают историю на бумаге. Заранее говорится, что она будет проиграна и к ней можно сделать несколько рисунков, иллюстрирующих перипетии происходящих событий, а также изготовить маски, муляжи страшных персонажей (или вылепить их).

Задание это не такое простое, как кажется на первый взгляд. Нужно точно обозначить, сфокусировать свой страх, связать его с определенным кругом обстоятельств, разработать сюжет, драматизировать его и отразить себя если не прямо, то косвенно в одной из ролей. Следует и потрудиться, чтобы изыскать подходящий материал для иллюстраций, облечь его в требуемую форму и подготовиться таким образом к игре. Подобные приготовления, раздумья, сомнения, опасения, творческий поиск позволяют не только постепенно соприкоснуться со страхом, но и отвлечься от него, переключить

внимание с самого страха на его техническое воплощение. При этом, как никогда, необходимы проявления известной смекалки, сообразительности, воображения и гибкости вместе с целенаправленным, волевым усилием и настойчивостью в преодолении возникающих в процессе выполнения задания трудностей.

Игра не обязательно строго следует сюжету. Нет и заученных реплик, декораций, грима. Любой предмет может напоминать о той или иной роли. Скажем, метелка и ведро — это Баба Яга, палочка с веревочками — Змей Горыныч, несколько стульев — дом, где происходит действие, и т. д. Основа игры — импровизация, фантазия, воображение, когда игровые ситуации обозначаются (представляются) только в самых общих чертах. Взрослые могут направлять игру лишь в пределах предоставленной им роли, а если и давать пояснения, то только после окончания игрового действия.

## **Вывод по главе 2**

Для первого этапа был использован метод констатирующего эксперимента. Целью констатирующего эксперимента являлось выявление актуального уровня страхов, который сложился в обычных условиях обучения и воспитания.

Для решения данной цели мы подобрали следующие диагностические методики :

Методики «Автопортрет».

Методика «Незаконченных предложений».

Методика «Страхи в конвертах».

В результате проведенного эксперимента были отобраны следующие параметры : молчание, пассивность, избегание общения , неуверенное поведение, дефекты речи(заикание)

После анализа результатов методики «Автопортрет» было выявлено ,что у младших школьников преобладает средний уровень – 76 %. У данных учащихся нет яркого проведения чувства страха , для них показательны ощущение беспокойства боязни , незащищенности через рисунок (заштрихованная фигура, большие глаза) скорее связанные с ситуативной тревожностью.

По выявленным результатам методики «Несуществующих животных» 64% учащихся показали средний уровень степени отношения к страхам , что говорит о нейтральном или положительном отношении к страхам и опасениям . Дети не боялись высказывать свои мысли и говорить об отношении к страхам, к сверстникам , к школе, к близким.

Данные методики «Страхи в домиках» показали , преобладающий уровень средний , представлен младшими школьниками 52 % . Количество страхов, соответствующих возрастной норме для данного возраста и пола ,превышает допустимый уровень (страхи были распределены по домикам пополам ).

### **Заключение.**

Анализ проведенной работы позволяет сделать вывод о том, что страх, определенную социализирующую и роль в формировании личности.

Детские являются иерархической структурой, определяется и гендерными закономерностями, особенностями ребёнка, его специфическим и установками, в социуме.

В школьном возрасте природные страхи, на самосохранения, социальными страхами, сложными, определяемыми. Например, как:

страх родителей, в нарушении сна, или активности. В результате, это скажется на и, как следствие, в школьного педагога, проблему и страхи на ступень;

страх «быть не тем», это - страх в младшем возрасте, несоответствия требованиям ближайшего (школа, сверстники, семья). этот можно при постоянной и ребенка. и должны быть и за дело;

страх или одиночества, состояние страха, возникает при или угрозе ребенка со для него лицами. Его патологическим, он чрезмерно интенсивен и длителен, он ущерб нормальному, для данного качеству или в том возрасте, обычно уже должен быть преодолен;

страх решений, или страх ответственности, в том, что ставит в даже простейшая выбора, так как все за него другие люди.

Необходимо отметить, что боязливость и страх в младшем школьном возрасте не являются устойчивой чертой характера и относительно обратимы при адекватном к ним подходе со стороны взрослых. Тем не менее, важность активной работы с детскими страхами обусловлена тем, что сам по себе страх способен оказывать патогенное влияние на развитие различных сфер личности.

Выделяются следующие проявления страха:

соматические (физиологические);

субъективные (эмоциональные);

особенности когнитивного функционирования;

поведенческие (выражающиеся в в трех формах: нападение, бегство, ступор)

В экспериментальной части исследования поставили собой цель : выявить критерии страха младшего школьника В результате проведенного эксперимента были отобраны следующие параметры : молчание, пассивность, избегание общения , неуверенное поведение, дефекты речи(заикание)

После анализа результатов методики «Автопортрет» было выявлено ,что у младших школьников преобладает средний уровень – 76 %. У данных учащихся нет яркого проведения чувства страха , для них показательны ощущение беспокойства боязни , незащищенности через рисунок (заштрихованная фигура, большие глаза) скорее связанные с ситуативной тревожностью.

По выявленным результатам методики «Несуществующих животных» 64% учащихся показали средний уровень степени отношения к страхам , что говорит о нейтральном или положительном отношении к страхам и опасениям . Дети не боялись высказывать свои мысли и говорить об отношении к страхам, к сверстникам , к школе, к близким.

Данные методики «Страхи в домиках» показали , преобладающий уровень средний , представлен младшими школьниками 52 % . Количество страхов, соответствующих возрастной норме для данного возраста и пола ,превышает допустимый уровень (страхи были распределены по домикам пополам ).

#### **Список использованных источников**

1. Аверин В.А. детей и подростков. - СПб: Михайлова В.А., 2011. – 95с.
2. Акопян, Л.С. Психолого-педагогическое исследование детей школьного : дис. ... канд. психол. наук / Л.С. Акопян. - Самара, 2012.



3. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии .-М.2015-240с.
4. Асламов А.Г. личности.- М., 2012.
5. Астапов В.М. у детей. 2-е изд. - СПб.: Питер, 2014. – 291с.
6. Барташева Н. Не надо бояться Бармалея! // Дошкольное воспитание.- 1994.- №9.- с.66- 68.
7. Белкин А.С. ли вы ребенка? - М., 2015.
8. Беляускайте Р.Ф. Рисуночные пробы как средство диагностики развития личности ребёнка / Под ред. И.В. Дубровиной.- М.: АПН СССР, 1987.
9. Божович Л.И. Избр. психол. труды. Проблемы формирования личности / Под ред. Д.И. Фельдштейна.- М.: АСТ, 1995.
10. Бреслав Г.М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве.- М.: Педагогика, 1995.- 181.
11. Варга А.Я. Системная семейная психотерапия. Краткий лекционный курс.- СПб.: Питер, 2001.- 278с.
12. Варга А.Я. Психологическая коррекция нарушений общения младших школьников в игровой группе // Семья в психологической консультации / Под ред. А.А. Бодалева, В.В. Столина. М., 1998.- 152с.
13. Вард И. Фобия. - М.: Проспект, 2002. – 78с.
14. Васина Е.М, адаптивных взаимосвязей ребенка к инновационной среды / Е.М. Васина, Н.Г. Блинова, С.Н. Витязь, - докладов VI Сибирского физиологического съезда. - Барнаул. - 2013. – 118с.
15. Венгер А.Л. Психологическое консультирование и диагностика.- М.: Генезис, 2001.- 128с.
16. Волков Б.С., Волкова Н.В. Психология развития человека.- М.: Академ. Проспект, 2004.- 224с.
17. Вологодина Н.Г. Детские страхи днём и ночью.- М.: «Феникс», 2006.- 106с.
18. Выготский Л.С. Детская психология // Собр. Соч. - М., 1982. - т.4

- 336 с.

19. Выготский, Л.С. развития человека / Л.С. Выготский. - М. : ; Эксмо, 2013. - 1136 с.

20. Герасимова Т.А., С.В. и содержание коррекционно-профилактической по страхов у старшего возраста // и состояние и прикладных социально-психологических и психолого-педагогических в системе образования: Всероссийской научно-практической конференции. Иваново, 2014.

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

22. Гордеева Т.О. достижения: теории, исследования, // Современная мотивации / под ред. Д.А. Леонтьева. - М., 2002.

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

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

25. Захаров А.И. и страхи у детей. СПб.: Союз, 2014.

26. Захаров А.И. Как отклонения в ребенка: Кн. для детского сада. М.: Просвещение, 2013.

27. Захаров А.И. Как страхи у детей. - М., 2014. – 14с.

28. Захаров А.И. Происхождение детских и психотерапия. М.: ЭКСМО-Пресс, 2012.

29. Захаров, А. И. Как нашим детям избавиться от / А.И. Захаров. - СПб.: Гиппократ, 2015.- 128с.

30. Зобов А.С. волевой поведения в эмоциональных (на примере старшего возраста): Автореф. дис. ... канд. наук. Л., 2013.

31. Изард К.Э. эмоций. СПб.: Питер,2011.
32. Изард К.Э. Эмоции человека. М.: Просвещение, 2013.
33. Ильин Е.П. и чувства. 2-е изд. СПб.: Питер, 2010.
34. Коджаспирова Г.М. Педагогический словарь : Для студ. высш. и сред. пед. учеб. заведений. — М.: И; М.: Издательский центр «Академия», 2000. 176 с.
35. Котова Е. О профилактике детской тревожности // Ребёнок в детском саду.- 2003.- №5 .- с.34.
36. Лебединский В.В. и др. нарушения в детском возрасте и их / В. Лебединский, О.С. Никольская, Е.Р. Ба- енская, М.М. Либлинг. М.: Изд-во МГУ, 2012.
37. Лебедева Л. Силуэт человека // Школьный психолог.- 2002.-№47.- с.8-9.
38. Леви В.Л. Приручение страха. - М.: Метафора, 2006.- 192с.
39. Леонтьев А.А. Мир и мир языка. М.: Дет. лит. 2014.
40. Леонтьев А.Н. Избр. психол. произв.: В 2 т. Т.1. М.: Педагогика, 2013.
41. Лисова Е.Н. Возрастная психология [Текст]: Учебно-методическое пособие/ Е.Н. Лисова, Е.Н. Тимофеева. Воронеж., 2013. - 40 с.
42. Макарова Е.Г. страх или искусство-терапия. - М.: Школа-Пресс, 2013. – 45с.
43. Медведева, Е.А. и в [Текст] /Е.А. Медведева, И.Ю. Левченко, Л.Н. Комиссарова, Т.А. Добровольская. - М.: Издательский «Академия», 2011. - 246 с.
44. Менчинская Н.А. проблемы неуспеваемости / Н.А. Менчинская, - М.: Педагогика, 2013. – 21-13с.
45. Мухина В.С. Возрастная психология: развития, детство, / В.С. : для вузов. - 6-е изд., стереотип. - М. : Академия, 2010. - 456 с.

46. Никифорова Л.А. Вкус и запах радости: цикл занятий по развитию эмоциональной сферы.- М.: Книголюб, 2005.- 48с.
47. Ожегов С.И. Токовый словарь русского языка Издательство: М.: ИТИ Технологии; Издание 4-е, доп.Переплет: твердый; 944 страниц; 2006 г.
48. Орлова Л.В. Психологические генезиса и страхов (на старшего дошкольного возраста): Автореф. дис. ... канд. наук. М., 2014.
49. Осипова А.А. в психокоррекции. М.: психолого-социальный ин-т. Воронеж: МОДЭК, 2010.
50. Панфилова М.А. Страхи в домиках. Диагностика страхов у детей и подростков // Школьный психолог.- 1999.- №8.- с.10-12.
51. Панченко С.А. Мне страшно...Я боюсь // Школьный психолог.- 2002.- №14.- с.8-9.
52. Петровский А.В Психология Словарь — 2-е изд., испр. и доп. — М.: Политиздат, 1990. — 494 с.
53. Райнпрехт Х. Воспитание без огорчений // Дошкольное воспитание.- 2001.- №4.- с.90-91.
54. Руководство по использованию восьмицветового теста Люшера / Сост. О.Ф. Дубровская.- М.: «Когито-Центр», 2001.- 63с.
55. Снегирёва Т. Детские рисунки глазами психолога // Обруч.- 1996.- №5.- с.5-6.
56. Спиваковская А.С. Профилактика детских неврозов.- М.: ,1988.
57. Ушинский К.Д Педагогическая теория : Электронная библиотека 2016
58. Ферс Г.М. Тайный мир рисунка: Исцеление через искусство. - СПб.: Европейский дом, 2000. – 288
59. Флэйк - Хобсон К., Робинсон Б.Е., Скин П. Развитие ребёнка и его отношений с окружающими.- М.: АСТ- Пресс, 1998.- 314с.
60. Фридман Л.М. Психология детей и подростков: справочник для учителей и воспитателей.- М.: Изд-во Института Психотерапии, 2003.- 480с.
61. Фридстад М., Арнольд Дж. Ребёнок с эмоционально неустойчивым характером.- СПб.: Питер, 2004.- 272с.
62. Шапиро А.З. Психолого - гуманистические проблемы позитивно-негативных внутрисемейных отношений // Вопросы психологии.- 1994.- №4.- с.45-46.

63. Широкова Г.А. Справочник дошкольного психолога.- Ростов н/Д: Феникс, 2003.- 384с.
64. Шишова Т. Страхи - это серьёзно - М.: Издат. дом. «Искатель», 1997.- 94с.
65. Якобсон, П.М. Психология / П.М. Якобсон. - М.: Изд-во Акад. пед. наук РСФСР, 2013. - 238 с.
66. Яковлева Н.Г. Психологическая помощь дошкольнику. - СПб.: Валерии СПД, М.: ТЦ Сфера, 2002.- 112с.
67. Ясперс К. психопатология. М.: Практика, 2011.

## Приложение

### Методика «Автопортрет»

Цель методики: диагностика бессознательных эмоциональных компонентов личности (самооценка, актуальное состояние, невротические реакции тревожности, страха, агрессивности)

Для исследования необходимо: стандартный лист белой и простой карандаш средней твердости. Фломастеры и ручки использовать нельзя, мягкие карандаши тоже нежелательны.

Инструкция ребенку: нарисуйте себя в полный рост на листе бумаги простым карандашом.

### Интерпретация №1

Элементы, которые могут быть обнаружены в автопортрете, трактуются следующим образом.

Голова. Рисунок большой головы обычно предполагает большие интеллектуальные претензии или недовольство своим интеллектом. Рисунок маленькой головы обычно отражает чувство интеллектуальной или социальной неадекватности.

Глаза. Большие глаза на рисунке предполагают подозрительность, а также проявление озабоченности и гиперчувствительности по отношению к общественному мнению. Маленькие или закрытые глаза обычно предполагают самопоглощенность и тенденцию к интроверсии.

Уши и нос. Большие уши предполагают чувствительность к критике. Акцент, смещенный на нос, предполагает наличие сексуальных проблем. Выделенные ноздри свидетельствуют о склонности к агрессии.

Рот. Выделенный рот предполагает примитивные оральные тенденции или возможную затрудненность с речью. Отсутствие рта означает либо депрессию, либо вялость в общении.

Руки. Символизируют контакт личности с окружающим миром. Скованные руки предполагают жесткую, обязательную, замкнутую личность. Вяло опущенные руки предполагают неэффективность. Хрупкие, слабые руки — физическую или психологическую слабость. Длинные, сильные руки предполагают амбициозность и сильную вовлеченность в события внешнего мира. Очень короткие руки предполагают отсутствие амбициозности и чувство неадекватности.

Ноги. Длинные ноги означают потребность в независимости. Большие ноги подразумевают нестабильность и отсутствие основы. Дезертиры, например, часто рисуют людей без ног.

#### Интерпретация №2 (интегративно-оценочная)

При анализе рисунка выделяются признаки изображения, на основе которых все рисунки можно объединить следующим образом:

1. Эстетическое изображение. Как правило, выполняется лицами, имеющими художественные способности. Легкость, гибкость линий, выразительность черт, лаконичность образа отличают рисунки этих людей.
2. Схематическое изображение выполнено в виде лица, схемы тела, бюста, нарисованных в профиль и анфас; чаще к такому типу изображения тяготеют лица интеллектуального склада (мыслители, по И. П. Павлову), для которых важно получить наиболее общие представления о явлении; частности и детали их интересуют по мере надобности. По-видимому, это изображение соответствует синтетическому когнитивному стилю с тенденцией к обобщению.
3. Реалистическое изображение выполнено с более тщательными подробностями, т.е. с прорисовкой лица, волос, ушей, шеи, одежды. Обычно так рисуют люди, отличающиеся большой педантичностью, склонные к детализации, аналитическому когнитивному стилю.
4. Метафорическое изображение. Человек изображает себя в виде какого-

либо предмета (например, чайника, или химической пробирки, спортивного снаряда, животного, растения, литературного персонажа и т.д.). Такое изображение выполняют лица художественного склада, обладающие развитой фантазией, воображением, творческими способностями и, разумеется, известной долей чувства юмора.

5. Автопортрет в интерьере. Изображение человека в окружении каких-либо предметов, на фоне пейзажа, комнаты и т.д. К такому виду изображения склонны лица, обладающие способностью к сюжетному описанию, а также направленностью на внешнее предметное окружение.

6. Эмоциональный автопортрет. Человек отражает себя в каком-либо эмоциональном состоянии, часто является шаржем или напоминает его. По-видимому, лица, обладающие более высокой эмоциональностью, рефлексирующие собственное состояние, склонны к такого рода рисункам. Причем переживаемая эмоция может быть часто противоположна той, которая изображается. Например, грустный человек часто рисует улыбающееся лицо и т.п.

7. Изображение позы или движения. Человек изображает себя в период совершения какого-либо действия. По-видимому, такой тип изображения свойствен лицам с выразительными движениями, увлеченностью спортом, танцами и т.п.

8. Изображение автопортрета со спины. Вместо лица рисуется затылок; обычно такое изображение свойственно людям, обладающим противоречивостью в отношении к инструкции (например, экспериментатору и т.д.) либо при нежелании рисовать лицо и другие изображения.

Выделенные группы рисунков позволяют выполнить первый этап обработки материала.

Методика «несуществующего животного»



Цель методики: когда ребенок рисует, он переносит, проецирует на бумагу свой внутренний мир, я-образ. Психолог может многое сказать о настроении, склонностях маленького художника, глядя на его произведение. Конечно, один тест не поможет воссоздать точный психологический портрет, но поможет понять, есть ли у ребенка проблемы во взаимоотношениях с окружающим миром.

Для исследования необходимо: стандартный лист белой и простой карандаш средней твердости. Фломастеры и ручки использовать нельзя, мягкие карандаши тоже нежелательны.

Инструкция ребенку: придумать и нарисовать несуществующее животное и назвать его несуществующим именем.

Объясните ребенку, что животное должно быть придумано именно им самим, увлеките его этой задачей - создать такое существо, которого до него никто не придумывал. Это не должен быть уже увиденный когда-то персонаж из мультиков, компьютерных игр или сказок. После того, как рисунок будет готов, расспросите художника о том существе, которое у него получилось. Нужно выяснить пол, возраст, размеры, предназначение необычных органов, если они есть; спросить, есть ли у него сородичи и в каких он с ними отношениях, есть ли у него семья, и кто он в семье, что любит и чего боится, какой у него характер.

Тестируемый неосознанно идентифицирует себя с рисунком, переносит на изображенное существо свои качества и свою роль в обществе. Иногда дети рассказывают от лица животного о своих проблемах. Но это не всегда несет в себе достаточно информации и зависит от способности ребенка анализировать свой внутренний мир. Для нас же важно понять, насколько он адаптирован в коллективе.

Итак, на что следует обратить внимание.

Расположение на листе. В норме рисунок располагается на средней линии

листа или чуть выше и правее. Расположение рисунка ближе к верхнему краю говорит о высокой самооценке и уровне притязаний, которые, по ощущению ребенка, не полностью реализуются. Важно понять, что чем выше расположен рисунок, тем сильнее выражено у ребенка ощущение неудовлетворенности своим положением в обществе, потребность в признании и самоутверждении. Он считает, что достоин большего и может переживать от того, что его недооценили.

Чем ниже расположен рисунок, тем ниже и самооценка ребенка.

Неуверенность в себе, нерешительность, отсутствие стремления к самоутверждению - вот что свойственно такому художнику. Ребенок долго помнит неудачи и может вообще отказаться от действия, если не уверен в положительном результате. Он сосредоточен на препятствиях к удовлетворению возникающих у него потребностей.

Сдвиг рисунка вправо говорит о стремлении к контролю над собой, экстраверсии. Чем сильнее рисунок уходит вправо, тем сильнее проявляется "бунтарство" по отношению к чему-то важному для рисующего.

Если рисунок расположен в правом верхнем углу, мы можем говорить о том, что ребенок, скорее всего, претендует на лидерство и активно конфликтует с кем-то из других претендентов на эту роль или встал в оппозицию по отношению к уже существующим "правлящим". В этом случае "правлящими" могут оказаться и родители, и учителя, и дети, пользующиеся полным признанием и авторитетом у остального коллектива.

Сдвиг рисунка влево, возможно, выражает социальную бездеятельность, застенчивость, интроверсию. Эти закономерности могут не работать, если рисунок выходит за край листа.

Мы так детально рассматриваем расположение рисунка именно потому, что сейчас нам важно понять положение ребенка в обществе и его оценку своей позиции. Признак дезадаптированности - недовольство своей ролью в

коллективе, и на это необходимо обратить особое внимание. Так как расположение рисунка - только один из критериев, в процессе анализа наши предположения будут уточняться или даже изменяться. Поэтому продолжим рассматривать рисунок.

Голова или заменяющие ее элементы. Это центральная смысловая часть фигуры. Если она повернута вправо, то художнику присущи высокая целеустремленность и активность, которые взрослые иногда принимают за излишнее упрямство. Важно понять, что его планы реалистичны и осуществимы, и не мешать, а помогать ребенку ставить перед собой задачи и добиваться результата.

Поворот головы влево характеризует тестируемого как человека, склонного к размышлению, фантазированию, его мечты часто существуют только в его воображении и не реализуются в действительности. Возможно, это просто склад характера, но такая ситуация может возникнуть под страхом неудачи, который ведет к потере активности, поэтому необходимо обратить на это внимание.

Изображение с головой в положении анфас говорит о присутствии эгоцентризма или бесконтрольности в поведении.

Если голова значительно крупнее по размеру, чем тело, возможно, ребенок высоко ценит интеллектуальные качества в себе и окружающих.

Глаза. Крупные, с четко прорисованной радужкой глаза могут означать, что ребенка мучает постоянный страх.

Прорисовка ресниц - показатель заинтересованности в восхищении со стороны окружающих, всеобщем признании своей привлекательности.

Рот. Зубастое существо рисуют дети, которым свойственна словесная агрессия защитного характера. Их грубость следует воспринимать как способ самозащиты от нападок окружающих.

Язык обозначает потребность в речевой активности, авторы такого существа -

большие болтушки.

Открытый рот без прорисовки губ и языка, особенно закрашенный, заштрихованный - признак готовности испугаться, такие дети часто недоверчивы и опасливы.

Уши. Если они есть, это знак того, что ребенку важно мнение и информация окружающих о нем самом. Чем больше ушей, тем больше внимания ребенок обращает на то, что о нем думают и говорят.

Дополнительные детали

Рога - защита от агрессии. В сочетании с когтями и щетиной - агрессия спонтанная или защитно-ответная.

Перья - стремление к самоутверждению, самооправданию, демонстративности.

Грива, шерсть, подобие прически - чувствительность.

Лапы животного, постамент, опора и тому подобное нужно оценивать по форме и соразмерности со всей фигурой.

Если опорная часть основательна, то ребенок обладает рациональностью, склонностью принимать обдуманные решения на основе существующей информации. Он имеет собственное мнение, с которым необходимо считаться, иначе возникнет протест, который может быть выражен как в прямой, так и в скрытой форме.

О легкомысленности, импульсивности, поверхностности суждений свидетельствует изображение облегченной опорной части - маленькие лапки, например.

Способ соединения опоры и самого туловища говорит о степени контроля за своими суждениями и решениями. Точное и тщательное соединение - высокий уровень, небрежное и слабое - склонность к необдуманным поступкам или неуверенность в своем мнении.

Бывает, что у фигуры появляются части, которые возвышаются над общими

очертаниями рисунка. Это могут быть крылья, дополнительные конечности, щупальца, детали панциря, перья... Они могут служить украшением или носить утилитарный характер. Спросите ребенка, для чего они предназначены. Если они нужны для какого-то вида деятельности животного, скорее всего, тестируемый энергичен, стремится к самоутверждению. Декоративные части рисуют дети, стремящиеся обратить на себя внимание окружающих.

Хвост - Отражает самооценку ребенка.

Если он повернут влево - мы может судить о самооценке мыслей и решений, вправо - действий и поведения.

Хвост, поднятый вверх, означает положительную самооценку, бодрость.

Опущенный вниз - недовольство собой, сомнение в своих силах, сожаление о сказанном и сделанном.

Разветвленные хвосты, несколько хвостов - зависимость или противоречивость самооценки.

Два хвоста развернуты в стороны и у животного большие уши - самооценка ребенка сильно зависит от мнения окружающих.

Анализируя контуры фигуры, обратите внимание на выступы типа ребристого панциря, шипов или наростов и тому подобных деталей. Они отражают особенности психологической защиты ребенка. Степень агрессивной защиты характеризуется наличием острых выступов и их направленностью. Поднятые вверх, они говорят о том, что ребенок защищается от людей, имеющих над ним власть и возможность подавить, запретить, ограничить его в чем-либо. Это могут быть родители, старшие дети, воспитатели, учителя.

Если защитные элементы направлены вниз, это может обозначать, что ребенок боится быть непризнанным, стать объектом насмешек, или переживает, что уже находится в таком положении, боится потерять

авторитет у детей.

Выступы по бокам рисуют дети, ожидающие опасности со всех сторон в любой ситуации и готовые к защите.

Линии. Ребенок с повышенной утомляемостью, крайней чувствительностью, нарушением сна и тому подобными проблемами, связанными с пониженным жизненным тонусом, рисует слабые, паутинообразные линии.

Но жирные, с нажимом, линии, штриховка свойственны не энергичным, а тревожным детям. Обратите внимание на то, какие детали выполнены с особым нажимом, чтобы определить, что именно может тревожить ребенка.

Но, конечно, нужно учесть, что если ребенок учится рисовать в студии или просто увлекается этим самостоятельно, штриховка будет присутствовать просто как элемент рисунка.

Другие детали. Необычные детали - например, вмонтированные в тело механические предметы - могут быть признаком психопатологии или просто проявлением особой оригинальности, как, впрочем, и отголоском чрезмерного увлечения роботами и научной фантастикой.

Название животного. Имя, которое присвоил ребенок своему созданию, несет информацию о характере ребенка.

Рациональное содержание смысловых частей - летающий заяц, бегокот и тому подобное - говорит о рациональном складе ума ребенка.

Словообразования с книжно-научным, латинским окончанием - рептилиус - выражает стремление подчеркнуть уровень своего развития, эрудиции.

Поверхностно-звуковые, без всякого осмысливания, слова говорят о легкомысленном отношении к окружающему.

Иронично-юмористичные - пузыроид, пельмеш - выражает такое же иронично-снисходительное отношение и к действительности.

Повторяющиеся элементы - тру-тру, кус-кус - возможно, обозначают инфантильность.

Непомерно длинные названия могут давать дети, склонные к фантазированию, что, возможно, имеет защитный характер как способ ухода от действительности.

Теперь, когда вы проанализировали все детали, выпишите их все, рассмотрите полученные результаты и сведите их в одно целое. Полноценный психологический портрет, как я уже говорила, невозможно составить с помощью одного теста, но именно рисуночная методика, насколько показывает мой опыт, выявляет дезадаптацию ребенка в обществе.

Попробуйте проверить своего ребенка, пусть это будет для него игрой, подключите знакомых и близких, только предупредите, что умение рисовать в этом деле не имеет никакого значения и все тестируемые могут вволю пофантазировать.

По расположению на листе (рисунок сильно смещен вверх) мы можем заключить, что ребенок неудовлетворен своим положением в социуме, считает себя непризнанным, но претендует на признание.

Голова повернута влево - говорит о склонности к рассуждению, возможно боязнь перед активным действием, лишь часть замыслов реализуется.

Большие уши - большая значимость информации, которую слышит о себе.

Придает большое значение мнению окружающих о себе.

Рот с зубами - словесная агрессия (огрызается, защищается в ответ на порицание).

Ноги - достаточная самостоятельность, контроль за своими рассуждениями, выводами.

Хвост - достаточно положительная оценка своих действий.

Контур фигуры говорит о том, что ребенок защищается от взрослых, а когти на лапах свидетельствуют о том, что он защищается от сверстников. Характер линий свидетельствует о тревожности.

## **Методика «Страхи в домиках»**

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 принимают обычно с удовольствием). Взрослый рисует контурно два дома (на одном или на двух листах) : черный и красный. И потом предлагает расселить в домики страхи из списка (взрослые называют по очереди страхи). Записывать нужно те страхи, которые ребенок поселил в черный домик, т.е. признал, что он боится этого. У детей постарше можно спросить: "Скажи, ты боишься или не боишься ...".

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

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

Анализ полученных результатов заключается в том, что экспериментатор подсчитывает страхи в черном доме и сравнивает их с возрастными нормами. Совокупные ответы ребенка объединяются в несколько групп по видам



страхов. Если ребенок в трех случаях из четырех-пяти дает утвердительный ответ, то этот вид страха диагностируется как имеющийся в наличии. Из 31 вида страхов, выделенных автором, у детей наблюдаются от 6 до 15. У городских детей возможное количество страхов доходит до 15.

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

## Страхи

Ты боишься:

1. когда остаешься один;
2. нападения;
3. заболеть, заразиться;
4. умереть;
5. того, что умрут твои родители;
6. каких-то детей;
7. каких-то людей;
8. мамы или папы;
9. того, что они тебя накажут;
10. Бабы Яги, Кощея Бессмертного, Бармалея, Змея Горыныча, чудовища. (У школьников к этому списку добавляются страхи невидимок, скелетов, Черной руки, Пиковой Дамы - вся группа этих страхов обозначена как страхи сказочных персонажей);
11. перед тем как заснуть;
12. страшных снов (каких именно);
13. темноты;
14. волка, медведя, собак, пауков, змей (страхи животных);
15. машин, поездов, самолетов (страхи транспорта);
16. бури, урагана, наводнения, землетрясения (страхи стихии);

17. когда очень высоко (страх высоты);
18. когда очень глубоко (страх глубины);
19. в тесной маленькой комнате, помещении, туалете, переполненном автобусе, метро (страх замкнутого пространства);
20. воды;
21. огня;
22. пожара;
23. войны;
24. больших улиц, площадей;
25. врачей (кроме зубных);
26. крови (когда идет кровь);
27. уколов;
28. боли (когда больно);
29. неожиданных, резких звуков, когда что-то внезапно упадет, стукнет (боишься, вздрагиваешь при этом);
30. сделать что-либо не так, неправильно (плохо - у дошкольников);
31. опоздать в сад (школу);