

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)

Институт психолого-педагогического образования
Кафедра психологии

КУРЧАТОВА АЛИНА ВАЛЕНТИНОВНА

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**КОРРЕКЦИЯ СТРАХОВ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО
ВОЗРАСТА ПОСРЕДСТВОМ ИГРЫ**

Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы
Психология образования

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой
к.псх.н., доцент Дубовик Е.Ю.

Научный руководитель
к.пед.н., доцент Шандыбо С.В.

Дата защиты

Обучающийся
Курчатова А.В.

Оценка _____

Красноярск 2018

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	4
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ КОРРЕКЦИИ СТРАХОВ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	7
1.1. Психолого-педагогическая характеристика детей старшего дошкольного возраста.....	7
1.2. Страхи как психолого-педагогический феномен	14
1.3. Формы и методы коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста	21
ВЫВОД ПО ГЛАВЕ 1	28
ГЛАВА 2. ПРОГРАММА ИГРОВЫХ ЗАНЯТИЙ ПО КОРРЕКЦИИ СТРАХОВ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	30
2.1. Результаты исследования страхов детей старшего дошкольного возраста	30
2.2. Программа игр по коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста	37
2.3. Результаты контрольного эксперимента по исследованию страхов детей старшего дошкольного возраста	48
ВЫВОД ПО ГЛАВЕ 2	54
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	56
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК	58
ПРИЛОЖЕНИЯ	61

ВВЕДЕНИЕ

Существует тенденция увеличения числа детей, испытывающих сильные эмоциональные переживания. Возникновения страха и других негативных тенденциях обуславливаются отклоняющейся формой поведения детей, поэтому следует обратить внимание на данный феномен в процессе становления личности и индивидуальности ребенка [10].

Актуальность исследования. В настоящее время актуален вопрос изучения психологических особенностей страха в дошкольном возрасте, его специфических проявлений, причин и факторов его обуславливающих. Большое количество научных работ рассматривает страх как причину нарушений в психофизиологической сфере, а также как составную часть неврозов, депрессий [23].

Известно, что возникновения страхов в детском возрасте нельзя оставлять без внимания, так как это может служить фактором нарушения личности в онтогенезе [4].

Исследование детских страхов в научной литературе обусловлено пониманием того, насколько сильно эмоциональные нарушения у детей влияют на формирование личности ребенка, а также на нормальное протекание его психических процессов [16].

Страхи, эмоциональные нарушения поддаются коррекции и без последствий проходят у детей до десяти лет. Поэтому чрезвычайно важно своевременно обращаться к специалисту, принять меры по преодолению фобий у ребёнка.

Одной из новых технологий в психолого-педагогической диагностики и коррекции детей стала игротерапия. Этот метод может помочь детям с эмоционально-личностным нарушением. Игра безоговорочно признана универсальной формой коррекции в дошкольном периоде. На практике имеет место такое противоречие: метод игротерапии не достаточно используется в воспитательном процессе в современном дошкольном учреждении [14].

В связи с этим, актуальность выпускной квалификационной работы заключается в возможности применения игры, как средства коррекции детских страхов в дошкольном возрасте.

Цель исследования: изучить возможности коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста посредством игры.

Методологическую основу исследования составляют основные положения А.И. Захарова, Ю.А. Александровского, К. Хорни, Г. Эберлейна, Ю.З. Щербатых, Р. Мэй и др.

Объект исследования: страхи детей старшего дошкольного возраста.

Предмет исследования: игра как средство коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста.

Методы исследования:

– изучение психолого-педагогической и методической литературы по данной проблеме;

– психологический эксперимент, проверяющий состояние интересующей нас проблемы в практике дошкольного учреждения;

– качественная и количественная обработка полученных результатов.

В ходе анализа методической литературы была сформулирована **гипотеза исследования:** мы предполагаем, что использование сюжетно-ролевых игр будет способствовать коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста.

В соответствии с целью и гипотезой были определены **задачи исследования:**

1) изучить психолого-педагогическую литературу по проблеме исследования;

2) проанализировать понятие «детские страхи» как психолого-педагогический феномен;

3) выявить особенности страхов детей старшего дошкольного возраста;

4) проанализировать формы и методы коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста.

5) разработать психолого-педагогическую программу по коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста посредством игры.

Опытно-экспериментальная база исследования: исследование проводилось на базе МБДОУ № 21 города Красноярск, выборка исследования представлена детьми старшего дошкольного возраста, объем выборки 25 детей.

Исследование проводилось в несколько этапов.

Первый этап (март – август 2015) – анализ литературы по теме выпускной квалификационной работы, определение цели, объекта, предмета и гипотезы исследования.

Второй этап (сентябрь – октябрь 2015) – проведение экспериментальной работы в ДОУ.

Третий этап (ноябрь 2015) - анализ результатов эксперимента, оформление выпускной квалификационной работы.

Материалы выпускной квалификационной работы апробированы.

Практическая значимость нашей работы состоит в возможности использования полученных результатов на практике для коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста.

Структура работы. Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников (39 наименований), приложений. Материалы исследования представлены в 4 таблицах, 5 рисунках, объем работы составляет 67 страниц.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ КОРРЕКЦИИ СТРАХОВ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

1.1. Психолого-педагогическая характеристика детей дошкольного возраста

Период дошкольного возраста представляет собой этап от 3 до 7 лет.

В возрасте 3 лет возникает кризис, который представляет собой ломку взаимоотношений между ребенком и взрослым. Происходит возникновение тенденции к самостоятельной деятельности и отделение ребенка от взрослого человека. Кризис выражается в своеобразном негативизме, проявляющегося в упрямстве, строптивости, своеволии, обесценивание взрослых. Несмотря на это, дети стремятся походить на взрослых, так как выступают для ребенка образцом. В работах Д.Б. Эльконина тенденция жить общей жизнью со взрослыми проходит через все детство, ребенок, отдаляясь от взрослого, устанавливает с ним лишь более глубокие отношения [8].

Дошкольный возраст проходит через две ступени: средний и старший. В каждом из них есть своя социальная ситуация развития. Личность ребенка формируется в процессе взаимодействия ребенка со средой, близким окружением, семьей.

Большинство психологических исследований акцентируют внимание на позитивном влиянии на развитие личности ребенка. Так же необходимо отметить, что в ряде работ рассматривается возникновение и развитие негативных характеристик личности: упрямства, тревожности, лживости, агрессивности и др. Такие черты возникают вследствие деструктивного влияния родителей. Деструктивное влияние родителей трудно исправимо и оказывают воздействие на всю последующую жизнь ребенка, так как они попадают на период активного формирования личности. Ученые предполагают, что причина в недостаточной психолого-педагогической

компетенции родителей, спонтанном выборе стратегии воспитания, недостаточном умении считывании индивидуальных особенностей ребенка.

Вследствие чего возникает проблема психологической защиты детей дошкольного возраста от негативного влияния родителей [14]. В среднем дошкольном возрасте ребенок впервые выходит за пределы семейного круга и устанавливает отношение с миром взрослых людей и социальных отношений. Взрослый выступает в роли носителя общественных функций. Связь с миром взрослых опосредована. Средством различного рода общения становится сюжетно-ролевая игра. Посредством ролей, которые берет на себя ребенок в игре, происходит вхождение его в мир взрослых. В дошкольном возрасте игра является ведущим видом деятельности [23].

Потенциал для познавательного, волевого и эмоционального развития ребенка, складывается в дошкольном возрасте. В работах Л.Ф. Обуховай отмечается обобщение результатов развития ребенка в дошкольном возрасте. Автор считает, что основными психологическими новообразованиями ребенка дошкольного возраста являются [23]:

1. Ребенок осознает, что все, что его окружает, является в основном результатом деятельности людей. Данное мировоззрение указывается со всей структурой дошкольного возраста, в центре которого находится человек.
2. У ребенка возникает этические инстанции.
3. В основном обдуманные действия преобладают над импульсивными.
4. Складывается произвольное поведение, на основе которого ребенок стремится управлять собой и своими поступками.
5. Происходит осознание своего ограниченного места в системе отношений со взрослыми.

Данные возрастные новообразования представлены лишь в виде возможностей, которые определяются социальной ситуацией развития ребенка и тем, кто и как воспитывает его. Организация деятельности детей взрослыми отвечает за успех в психическом и физическом развитии ребенка.

Каждому шагу развития сопутствует возможность проявления и закрепления негативных новообразований, которые должны знать взрослые.

В процессе становления «системы Я» и самооценки возникает переход к новому этапу развития - дошкольному детству [9]. Младший дошкольный возраст (3–5 лет) сохраняет особенность раннего возраста, а именно потребность во взрослом. Взрослый выступает в качестве законодателя норм и правил поведения. Происходит овладения ребенком различными способами взаимодействия с другими людьми.

В исследовательских работах ряда авторов, таких как В.С. Мухина, Л.А. Венгера, О.М. Дьяченко и др., отмечаются следующие особенности детей младшего дошкольного возраста [21]:

- возникновение желания вести здоровый образ жизни;
- рост и развитие детского организма, совершенствование всей морфофункциональной системы;
- происходит интенсивное развитие моторных функций, возрастает двигательная активность;
- имеет место слабость волевых регуляций, волевых усилий;
- происходит увеличение работоспособности детей;
- основные виды движения детей совершенствуются, но отмечается слабость развития физических качеств;
- способы ориентировки ребенка в окружающем мире расширяются и качественно изменяются, так же возникают новые средства ориентировки;
- интенсивно развивается память, однако она имеет произвольный характер;
- ребенок много фантазирует, используя речь, так же использует символические представления предметов и событий.

Новое достижения ребенка в умственном, познавательном развитии является символическая функция. Она подразумевает зарождения внутреннего плана мышления, который нуждается во внешних опорах [19]:

- по мнению ребенка, все окружающие предметы способны «думать» и «чувствовать» как он сам;
- для ребенка реально все, что существует;
- ребенку свойственен эгоцентризм, он всегда оценивает ситуацию со своей точки зрения;
- в стадии становления находится способность к целеполаганию;
- отмечается элементарное планирование деятельности, которое предполагает 2-3 действия;
- происходит понимания «языка чувств»;
- ребенок способен сдерживать непосредственные ситуативные желания «я хочу»;
- возникает способность проявления сочувствия, сопереживания;
- интерес к сверстникам возрастает, происходит осознание своего положения среди детей;
- ребенок становится более самостоятельным и инициативным.

В старшем дошкольном возрасте (5-7 лет) психолого-педагогические особенности личности ребенка становятся более содержательными. Повышается уровень произвольности и свободы поведения. Начинает появляться более адекватная оценка успешности в различных видах деятельности. По мнению А.Н. Леонтьева, фактическое складывание личности связано с устойчивым соотношением мотивов. Происходит соподчинение мотивов, возникает их иерархия. В результате формируется воля и произвольность старшего дошкольника [13].

Работы А.В. Запорожца, Е.П. Арушановой, Л.А. Парамоновой и многих других, раскрывают следующие особенности старшего дошкольного возраста. Происходит возникновение первичных этических инстанций: формирование морального сознания и моральной оценки, отмечается моральная регуляция поведения. При оценивании всех людей ребенок использует такие критерии как соблюдение норм, правил. Сюжетно-ролевая игра отмечает присваивание различных нормативов. Самопознание ребенка

сочетается с самосознанием, а также с собственной индивидуальностью, самооценностью. При ситуации помощи сверстникам дети не воспринимают чужой успех как свое поражение. У детей преобладает оценочное, объективное отношение к себе и другим. Это способствует демонстрации своих способностей, самоутверждению [31; 39].

Необходимо отметить, что все это может вызвать проблемные формы межличностных отношений [14].

Этап 5-6 лет отличается целым рядом признаков.

Среди них:

1. Происходит гармонизация отношений со взрослыми, повышается потребность в любви, нежности со стороны родителей, развивается чувства любви, привязанности к ним. Все это обуславливается критическим возрастом для формирования способности любить другого человека.

2. Установление отношений со сверстниками, совместные игры, среди них сюжетно-ролевые и игры по правилам, происходит включение в отношения лидерство/подчинение, игры-соревнования.

3. Развивается способность к конструкторским играм, практического мышления.

4. Развивается способность к рисованию, музыке (происходит понимание музыки, умение петь, танцевать), творчества.

5. Эгоцентризм мышления: начинает проявляться в том, что ребенок воспринимает ситуацию только со своего угла зрения, он не способен посмотреть на мир с чужой точки зрения и уловить связь между предметами.

6. Синкретизм мышления: проявляется в том, что ребенок вычленяет из целого отдельные детали, но пока еще не может их связать друг с другом и с целым. Ребенок не способен установить связи между разными деталями ситуации, путает причины и следствия.

7. Мышление ребенка характеризуется анимизмом, это заключается в том, что он проецирует свое «Я» на вещи, наделяя сознанием и жизнью движущиеся предметы: машины, солнце, облака, реки.

8. Развитие восприятия, внимания, памяти. Память становится произвольной.

9. Интерес к сказкам, так как именно они выступают средством эмоционального и информационного воздействия на личность ребенка, передачи жизненного опыта людей.

10. Происходит становление воли, произвольности действий.

11. Любознательность, именно в возрасте 4-5 дети — «почемучки».

12. Происходит развитие воображения от репродуктивных форм к творчески продуктивному. Это свойство имеет познавательное и интеллектуальное значение. Активизируется изобразительная деятельность ребенка. Между рисунком и личностью ребенка, уровнем его умственной одаренности заметно соотношение, именно Л.С. Выготский рассматривает рисунок ребенка как своеобразную речь, средство осмысления и выражения своих переживаний и знаний.

13. Появляется способность вступать в диалоги с другими людьми. Формируется эгоцентрическая речь, которая сопровождает деятельность ребенка, помогает ему планировать действия. Далее она перерастает во внутреннюю.

14. Ребенок начинает оперировать понятиями:

– в 3-5 лет слова, как ярлыки, заменяющие предметы или действия

– к 6-7 годам слова обозначают существенные признаки предметов конкретные понятия.

15. Развивается мышление на дооперациональном уровне, происходит постепенный переход к операциональному уровню.

16. Появляется интерес к половым органам, к рождению детей. Складывается и преодолевается Эдипов комплекс (в 5-6 лет), формируется совесть – цензор моральных суждений.

17. Происходят первые проявления инициативности, целеустремленности, активности, предприимчивости, самостоятельности

либо, в случае негативного развития, пассивности, чувства вины, склонности к подражанию образцам [15].

В данном возрасте ребенок отличается внутренней раскованностью, открытостью в общении, искренностью в выражении чувств, правдивостью. Одной из главных задач педагога заключается в способствовании возникновению реальной общественно-значимой и оцениваемой деятельности – учебной. В конце дошкольного возраста отмечается резкое изменение ребенка.

В работах таких ученых как Е.Е. Кравцовой, Н.И. Гуткиной, К.Н. Поливановой отмечается, что ориентация на социальные нормы не порождает острых конфликтов с окружающими. Именно поэтому негативные проявления кризиса 7 лет выражены слабо. Л.С. Выготский суть данных изменений отметил как утрату детской непосредственности. В результате потери детской непосредственности можно сказать о том, что между внутренней (переживаниями) и внешней (поступками) жизни ребенка вмешивается интеллектуальный момент [25].

В данном возрасте у детей проявляется интерес к своему внешнему виду, они начинают спорить по поводу одежды, начинают подражать взрослым. Ребенок пытается взять на себя новые обязанности и занять позицию взрослого. В случае недостаточного развития способов достижения социальных норм происходит уход от деятельности, ребенок становится пассивным, самореализуется в фантазиях.

В процессе прохождения кризиса на первый план выступает игра с правилами, где можно реализовать направленность на общепринятые нормы. В конце кризиса складывается ориентация на норму. Возникает новая социальная ситуация развития и ведущая деятельность. Главным новообразованием является способность и потребность [15].

В работах Л.А. Венгер, В.С. Мухиной говорится о том, что к особенностям шестилетних детей можно отнести следующие варианты

позиционной направленности: игровую, учебную, исполнительную и коммуникативную [5].

Задачей воспитателя является формирование у детей позицию учебного типа. При этом необходимо учитывать индивидуальные особенности ребенка. Они включают в себя: подвижность нервной системы, стеничность активности, тип личности. Неблагоприятные варианты развития ребенка предполагает корректировать позиция педагога [11].

Таким образом, дошкольный возраст представляет собой этап психического развития от 3 до 7 лет, и выделяется три этапа: младший, средний и старший. На данном этапе изменяется познавательное воображение, впервые появляется целостное планирование. Проективный характер носит творчество ребенка. Одной из главных особенностей является наличие богатой эмоциональной палитры. Происходит формирование нравственно-эстетических категорий, развивается чувство стыда, вины, сопереживания. Отличительной чертой данного возраста является произвольность, непосредственность. Все важнейшие новообразования зарождаются и первоначально развиваются в ведущей деятельности дошкольного возраста – сюжетно-ролевой игре. В игре наиболее интенсивно формируются все психические качества и особенности личности ребенка. Игра оказывает сильное влияние на умственное развитие дошкольника.

Дошкольный возраст является периодом первоначального фактического склада личности. В это время происходит становление основных личностных механизмов и образований. Развивается эмоциональная и мотивационная сфера, формируется самосознание.

1.2. Страхи как психолого-педагогический феномен

Изучая особенности личностного развития детей старшего дошкольного возраста, можно отметить, что особое значение в этом возрасте имеет использование дошкольниками различных символов рисунках,

продуктах творческой деятельности. Доказано, что символизация способствует практическому освоению ребенком особенностей окружающей его социальной действительности. Особенно ярко проследить процесс использования дошкольниками символов можно, наблюдая, за их игрой.

С помощью символов дошкольники могут выражать в невербальной форме свои эмоции и чувства. Часто при помощи различных символов ребенок выражает имеющиеся у него страхи.

В рамках нашего исследования отметим, что у большого количества детей старшего дошкольного возраста специалисты отмечают наличие каких-либо страхов.

Страх – психическое состояние, возникающее на основе инстинкта самосохранения как реакция на действительную или воображаемую опасность [19].

Наиболее ярко страхи проявляются у эмоционально чувствительных детей как отражение особенностей их психического и личностного развития. Отметим, что они часто могут носить невротический характер.

Невротические страхи – результат длительных и неразрешимых переживаний или острых психических потрясений, а также недостаточной уверенности в себе, отсутствия адекватной самооценки, психологической защиты, наличия многочисленных страхов [14].

Отметим, что невротические страхи по смысловому содержанию отличаются от возрастных страхов: невротический страх может возникнуть раньше или позже возрастного страха, он продолжается более длительное время и в большей степени аффективен.

Такой страх препятствует процессу самопознания и творческого раскрытия личности ребенка [6].

С невротическими страхами ребенок самостоятельно справиться не может.

Специалисты так же выделяют такие виды детских страхов как: навязчивые страхи, бредовые страхи, сверхценные страхи.

Среди навязчивых страхов выделяют такие как: гипсофобия (страх высоты), клаустрофобия (боязнь закрытых пространств) и т.д. Страхи данного вида ребенок может испытывать в связи с определенными предметами или событиями. Они, как правило, связаны с тревогой по поводу последствий взаимодействия ребенка с конкретными обстоятельствами [13].

Причину бредовых страхов, часто, установить очень трудно. Ребенок может бояться какого-либо родственника, предмета интерьера, пищи. Страхи данного вида очень опасны, и могут быть свидетельством психической нарушений у ребенка. Нередко бредовые страхи требуют стационарного лечения.

Страхи, связанные с некоторыми идеями (как говорят, с «идеями фикс»), называются сверхценными. Такие идеи становятся для ребенка настолько важными, что он перестает концентрироваться на чем – либо другом. К детским сверхценным страхам относятся страхи социальные: боязнь окружающих людей, боязнь участвовать в чем – либо на детских праздниках, заикание. Специалисты считают сверхценные страхи самыми распространенными. На этих страхах дети часто «застревают», и вытащить их из собственных фантазий бывает подчас очень сложно. К данному виду страхов можно отнести так же страх темноты, страх потеряться, страх перед резкими звуками или движениями [25].

Возрастные страхи могут носить временный характер и не приводить к разрушительным последствиям для личностного развития дошкольника.

Специалисты отмечают некоторые особенности личностного развития ребенка, имеющего тот или иной страх. Такой ребенок обычно скован, замкнут, менее коммуникабелен, чем его сверстники. В отношении с окружающими робок, недоверчив, насторожен. Необходимость взаимодействовать с чем – то ранее неизвестным для ребенка, вызывает испуг и неуверенность [17].

Причины возникновения страхов в дошкольном возрасте могут быть очень разнообразны.

Согласимся с утверждением, что страхи ребенка – «это спутники и своего рода показатели его развивающегося воображения» [31].

Во многих случаях появление определенного страха является следствием просмотра фильма или прочтения книги, события которых вызвали появление негативных образов в воображении ребенка. В другом случае, не зная закономерности природных явлений, ребенок может испугаться внезапного порыва ветра, гудящих проводов, грома, голоса какого-либо животного. Так простой испуг может со временем перейти в устойчивый страх, если таковой испуг ребенка подкреплен беспокойством взрослого. Из этого следует, что пример поведения взрослых может стать источником детских страхов, ведь одна из особенностей дошкольника – высокая подражательность и внушаемость.

Иногда детские страхи возникают в связи с недомоганиями, с различными перегрузками нервной системы. Страхи также порождает испытанное чувство физической боли. Отсюда страх высоты и лестниц у упавших с высоты детей [1].

Но главная причина детских страхов, как отмечают некоторые исследователи – это ошибки воспитания [19].

Захаров А.И. отмечает, что наибольшая чувствительность к страхам, как у мальчиков, так и у девочек проявляется в 6 лет. К этому возрасту в основных чертах завершается созревание эмоциональной сферы, развивается воображение и умение ставить себя на место другого человека, что расширяет восприятие страхов и делает их переживание более глубоким [10].

В старшем дошкольном возрасте у ребенка впервые появляется осознанный страх - страх смерти. Его появление говорит о формировании в сознании ребенка понятия о необратимости пространственно – временных действий. Ребенок начинает понимать, что жизнь человека связана с наступлением смерти, это вызывает беспокойство, как эмоциональное неприятие рациональной необходимости умереть. Ребенок впервые может

столкнуться с мыслью о смерти, как неизбежным фактом его собственной жизни.

Успешность борьбы с подобного рода страхом зависит от атмосферы в семье, а именно, если родители избегают обсуждения болезней собственных или других людей, фактов несчастных случаев, смертей других людей. В таком случае ребенок переживает страх смерти более благоприятно.

Осложнить ситуацию могут особенности эмоциональной сферы ребенка. Так, если он беспокойный, эмоционально лабильный, впечатлительный, страх смерти у такого ребенка может переживаться дольше и интенсивней. Отметим, что страх смерти в большинстве случаев встречается у девочек, что может быть объяснено более выраженным у них, чем у мальчиков, инстинктом самосохранения. В то же время, специалисты отмечают более выраженную у мальчиков связь страха смерти и собственной личности, значимых взрослых [31].

Не менее актуальным для ребенка старшего дошкольного возраста является страх одиночества. В этот период он может быть основанный на преобладающем чувстве беспокойства, которое конкретизируется страхом нападения, воплощенным в лице страшных сказочных персонажей. Расшифровка данного сочетания страхов такова: ребенок испытывает чувство опасности и инстинктивный страх перед угрожающими его жизни сказочными персонажами, когда остается один или же без поддержки родителей. Говоря другими словами, он не чувствует себя настолько защищенным, чтобы противостоять в воображении отрицательному воздействию сказочных персонажей [26].

Важным фактором появления и развития детских страхов являются особенности системы взаимоотношений между родителями. Так, если в семье отмечаются частые ссоры, конфликты, то с большой вероятностью можно говорить о появлении у ребенка беспокойства, тревоги, способного перерасти в определенные страхи.

Причины детских страхов подробно рассмотрел В.И. Гарбузов. Он отмечает три детерминирующих фактора [6].

Первым фактором возникновения страхов детей дошкольного возраста является искаженная система воспитания, когда родители в целях добиться от ребенка послушания, пугают их мнимыми или реально существующими предметами или явлениями: доктор, полицейский, дядя, волк, «бабайка». Подобные люди или предметы не несут в реальности никакой опасности, но ребенком начинают восприниматься негативно и приводят к появлению чувства страха перед ними. Воспитание страхом не является правильным, т.к. формирует у ребенка искаженную картину окружающей действительности, и чаще всего приводит к формированию тревожной, мнительной личности, чрезмерно осторожно относящейся к окружающим, пассивной, не способной к самовыражению.

Второй фактор – это насмешки родителей над боязливостью ребенка, которые приводят к появлению чувства стыда. В свою очередь стыд формирует дополнительный страх, усиливая общую тревожность ребенка и ухудшая его самооценку. В подобной ситуации ребенок остается один на один со своими страхами, лишаясь поддержки родителей, чувствуя себя одиноким и незащищенным.

Гарбузов В.И. отмечает, что, стремясь избавиться от страха, ребенок прибегнет к действиям, которые закрепятся как вредные привычки: начнет сосать язык, палец и т. д. При этом ребенок большее время пассивен, склонен к депрессии. Страх все больше разрастается, что уже угрожает неврозом [6].

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

Ранее было отмечено, что в старшем дошкольном возрасте интенсивное формирование проходит эмоциональная сфера ребенка, а так же связанное с ним самосознание. Старший дошкольник осознает и может выразить свои чувства с помощью символов, при этом он стремится к взаимодействию со

значимыми взрослыми и сверстниками, формируется чувство общности – «мы». Развитие эмоционально – личностной сферы сопряжено с развитием абстрактного мышления, способности к обобщениям, классификациям, осознание категории времени и пространства.

На фоне обозначенных возрастных достижений в развитии ребенка дошкольного возраста возрастает вероятность появления и закрепления разных страхов.

Отметим еще одну важную особенность личностного развития дошкольника. В этом возрасте формируется опыт межличностных отношений, основанный на умении ребенка принимать и играть роли, предвидеть и планировать действия другого, понимать его чувства и намерения.

Взаимоотношения с окружающими становятся более разносторонними и целенаправленными. Формируются первые ценностные ориентации, чувство дома, родства, понимание значения семьи. Дошкольники начинают проигрывать систему взаимоотношений взрослых.

Для детей старшего дошкольного возраста характерны такие качества, как общительность и потребность в дружбе. Заметно преобладание в группе детского сада общения со сверстниками того же пола, принятие в среде которых имеет существенное значение для самоутверждения и адекватной самооценки [28].

Безусловно, важный смысл для ребенка приобретает значимый взрослый – воспитатель, родители и т.д. Поэтому, одной из главных задач воспитательного процесса является создание взрослыми максимально комфортных для ребенка условий развития, которые минимизировали бы появление и закрепление в сознании ребенка различных страхов. Для достижения данной задачи, взрослые должны в пугающей ребенка ситуации уметь дать научное объяснение различным явлениям природы, раскрыть ее закономерности, так же избегать конфликтных ситуаций в присутствии ребенка, исключить прием «воспитание страхом», т.е. запугиваниями.

Таким образом, обобщая вышесказанное можно сделать вывод, что страхи в старшем дошкольном возрасте формируются очень быстро и способны прочно закрепиться в сознании ребенка. Они характеризуются динамичностью, сильной эмоциональной окраской, в некоторых случаях можно наблюдать наличие у ребенка нескольких страхов. Каждый конкретный страх детерминирован и причин его может быть много, например, природные явления, стиль родительского воспитания, особенности взаимоотношений в семье, определенные события (наказания, смерть животных, болезнь, непринятие сверстниками). Не менее важным фактором являются особенности личностного развития ребенка данного возраста, а именно его эмоциональной сферы, воображения, самосознания. Поэтому, взрослым, окружающим ребенка, для предупреждения появления у него разного рода страхов, следует обеспечить эмоциональный комфорт в семье, среди сверстников, создать атмосферу принятия, доброжелательности, проявлять внимание к его чувствам и переживаниям.

1.3. Формы и методы коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста

Страхи, как одна из трудностей формирования личности ребенка, требует проведения коррекционной работы.

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].

Успех коррекционной деятельности в значительной степени определяется тем, какие принципы положены в ее основу. К основным принципам коррекционной работы со старшими дошкольниками можно отнести: деятельностный принцип коррекции, принцип единства диагностики и коррекции, выдвинутые Д.Б. Элькониным, и И.В. Дубровиной, принцип

«нормативности» развития, принцип коррекции «сверху вниз» Л.С. Выготского, принцип системности развития. Важный принцип коррекционной работы, а именно вовлечение в процесс коррекции родителей и других значимых для ребенка лиц, обосновали Г.В. Бурменская, О.А. Карабанова, А. Г. Лидерс [7; 17].

Рассмотрим подробнее деятельностный принцип коррекционной работы, как один из наиболее актуальных. Именно он определяет предмет коррекционной работы, средства и способы достижения ее целей.

Согласно данному принципу, основным направлением коррекции является целенаправленное формирование обобщенных способов ориентировки ребенка в различных сферах предметной деятельности и межличностных взаимодействий, в конечном счете - социальной ситуации развития.

При этом, коррекционная работа должна выступать не просто тренировкой навыков и умений ребенка, а его целостной и осмысленной деятельностью, органически сочетаемой с системой его социальных отношений.

Считается, что форма коррекционной работы с ребенком определяется предметом коррекционного воздействия и в общем плане может быть групповой и индивидуальной. Часто эти формы используются в комплексе. Отметим, что для коррекции страхов дошкольников могут использоваться как групповые, так и индивидуальные занятия.

В практике психолого-педагогической помощи на данный момент существует разнообразие коррекционных методов: песочная терапия, арттерапия, не менее актуальна на данный момент такая форма, как игротерапия.

Ее актуальность обусловлена тем, что в коррекционной работе основной упор делается на ведущую деятельность определенного возраста. В дошкольном возрасте – это игра в различных ее видах (сюжетная, дидактическая, подвижная, игра-драматизация, режиссерская игра).

Возможности игротерапии распространяются на различные сферы личности ребенка: познавательная, эмоционально-волевая, коммуникативная. Игра безоговорочно признана универсальной формой коррекции в дошкольном периоде. Опора на игровые, значимые для дошкольника мотивы в коррекционных занятиях делает их особо привлекательными и способствует успеху в коррекции.

Рубинштейн С.Л. отмечал, «игра хранит и развивает детское в детях, она их школа жизни и практика развития» [29].

По мнению Д.Б. Эльконина, «в игре не только развиваются или заново формируются отдельные интеллектуальные операции, но и коренным образом изменяется позиция ребёнка в отношении к окружающему миру» [38, с.29].

Захаров А.И. считал, что «...игра - это способ выражения чувств, познания и моделирования окружающей ребенка действительности...» [9, с. 67].

Захаров А.И. утверждает, что именно игра способствует пониманию детских переживаний, интересов, потребностей, темперамента. В то же время, терапевтический смысл игры заключается в возможности прожить травмирующие жизненные обстоятельства в менее деструктивном для ребенка виде, в процессе которой, к тому же, происходит эмоциональное отреагирования пережитых событий, переживаний, страхов [10].

Роль игры для развития ребенка огромна, она способствует:

1. Развитию коммуникативных навыков, прежде всего умения общаться со сверстниками.
2. Развитию произвольного поведения - внутренний контроль своих действий.
3. Развитию мотивационно -потребностной сферы личности ребенка – расширяется круг мотивов поведения.
4. Преодолению эгоцентризма.

5. Игра—это возможность эмоционального отреагирования проблемных, трудных для ребенка ситуаций.

6. Развитие когнитивной сферы ребенка – восприятие, внимание, произвольная память, абстрактное воображение. Ролевая игра приводит к развитию словесно-логического мышления, развитию моторики.

7. Формирование «зоны ближайшего развития» – развитие необходимых для обучения качеств и психических процессов [11].

Обобщая вышесказанное, можно сделать вывод об огромном потенциале игры в коррекционной деятельности с детьми старшего дошкольного возраста, в том числе коррекции страхов.

Термин «игровая терапия» впервые был предложен М. Кляйн. Широко использовала и подробно описала данный метод А. Фрейд в работе с детьми, пережившими бомбежки Лондона во время второй мировой войны [13;35].

Она считала, что, получив возможность выразить свои переживания и страхи в игре, ребенок освобождался от них и они, в свою очередь не перерастают в психологическую травму. Вместе с тем, А. Фрейд пришел к выводу, что игра способствует установлению эмоционального контакта взрослого с ребенком в ходе коррекционной работы и способствует более полному самовыражению ребенка.

По мнению А.Я. Варга, «игровая терапия – нередко единственный путь помощи тем, кто еще не освоил мир слов, взрослых ценностей и правил, кто еще смотрит на мир снизу вверх, но в мире фантазий и образов является повелителем» [30].

Лэндрет Г.Л. сравнивал по значимости для нормального личностного становления, речь для взрослого и игру для ребенка. По его мнению, для дошкольника игра является естественной потребностью, выступающей условием гармоничного развития личности. По мнению многих исследователей, игра является ведущим средством психотерапии в дошкольном возрасте [19].

Отметим так же тот факт, что игра несет в себе не только коррекционную, но еще и диагностическую, обучающую функции.

На сколько успешной будет игротерапия во многом зависит от глубины процесса общения психолога и ребенка, возможности эффективного отражения, вербализации своих страхов, эмоций.

В рамках нашего исследования рассмотрим подробнее игротерапию как метод коррекции страхов у детей старшего дошкольного возраста.

В данном методе можно выделить свободную (недирективная) и директивную формы игр. Представленное деление зависит от функции взрослого в игровом процессе.

В свободной игре психолог предлагает детям различный игровой материал, провоцируя регрессивные, реалистические и агрессивные виды игр, далее процесс игры осуществляется самим ребенком, взрослый выступает в роли координатора коррекционного процесса.

Регрессивная игра подразумевает, возврат ребенка к менее зрелым формам поведения. Реалистическая игра зависит от объективной ситуации, в которой ребенок оказывается, а не от его потребностей и желаний. Агрессивная игра предполагает элементы агрессии, и подходит для обыгрывания эмоциональных проблем ребенка. Для организации таких игр используют неструктурированный и структурированный игровой материал [30].

Игротерапия позволяет ребенку более полно самовыразиться в игре, отыграть проблемные ситуации, переживания, в том числе страхи.

Директивная игротерапия предполагает активное участие взрослого в игре ребенка, интерпретацию действий ребенка. При такой организации коррекционного процесса, взрослый становится организатором игры, полностью ее контролирует. Для такого подхода характерны заранее разработанные планы игр, четкое распределение ролей, выяснение всех конфликтных ситуаций [30].

По структуре используемого в игротерапии материала данный метод коррекционной работы делится на:

1) игротерапию с неструктурированным материалом (вода, песок, глина, пластилин);

2) игротерапию со структурированным материалом (куклы, машины, предметы домашнего обихода и т.д.). Структурированный игровой материал способствует овладению социальными навыками, усвоению способов поведения.

На наш взгляд, наибольшим коррекционным эффектом при работе с детскими страхами обладает свободная игра с неструктурированным материалом. Именно в таких условиях дошкольник максимально самостоятелен в выражении своих переживаний, эмоций, чувств, а у психолога есть возможность, наблюдая за действиями ребенка, выявить степень его погружения в коррекционный процесс, а также при необходимости направить действия ребенка для повышения эффективности терапии.

Структуру детской игры составляют роли, взятые на себя играющими, игровые действия как средство реализации этих ролей, игровое употребление предметов - замещение реальных предметов игровыми (условными), реальные отношения между играющими [15].

Психокоррекционный эффект игровых занятий у детей достигается благодаря установлению положительного эмоционального контакта между ребенком и взрослым.

Игра способствует коррекции подавленных негативных эмоций ребенка, страхов, формирует адекватные коммуникативные навыки.

Эффективность игротерапии в коррекции страхов детей старшего школьного возраста основана на следующих психологических механизмах:

1. Практическое моделирование ребенком системы социальных отношений в наглядно-действенной форме в особых игровых условиях, следования им и ориентировка в этих отношениях.

2. Осознание ребенком собственного «Я», разрешение проблемной ситуации, связанной с появлением того или иного страха по средствам преодоления познавательного и личностного эгоцентризма.

3. Формирование системы реальных отношений между ребенком и значимым взрослым, ребенком и сверстниками, обеспечивающее возможность позитивного личностного развития, преодоления травмирующей ситуации.

4. Организация поэтапной обработки в игре новых, более адекватных способов ориентировки ребенка в проблемных ситуациях, их интериоризация и усвоение.

5. Проигрывание ребенком переживаемых им эмоциональных состояний и обеспечение их осознания благодаря вербализации, и соответственно, осознанию смысла проблемной ситуации, формирование её новых значений [34].

Важным является понимание специалистом установки на принятие чувств ребенка, его личностных особенностей, страхов, а также уверенность в его способности преодолеть собственные трудности развития. Диалогическое общение ребенка и взрослого через принятие, отражение и вербализацию им свободно выражаемых в игре чувств ребенка становится основным механизмом коррекционного воздействия в игротерапии.

Подводя итог, можно сказать, многие ученые отмечают, что потенциал игротерапии как метода коррекционной работы очень широк. Она способствует развитию познавательной сферы, речи, коммуникативных навыков, совершенствует эмоциональную и волевыми сферы. В том числе игротерапия является эффективным методом работы с детскими страхами, обладает широким арсеналом предметов и средств для организации коррекционного процесса, а также активизирует все сферы личности ребенка, способствует выражению в привычном для ребенка виде, через игровые действия, своих негативных чувств, эмоций, переживаний, которые лежат в основе многих детских страхов.

ВЫВОД ПО ГЛАВЕ 1

В ходе исследования мы изучили психолого- педагогическую литературу, а также, подвели итоги анализа различных особенностей развития личности детей старшего дошкольного возраста. Изучили причины возникновения и видов страхов, присущих детям данного возраста, методы коррекционной работы с проблемой детских страхов. Это позволило сделать нам следующий вывод: дошкольный возраст определяется как возрастной период от 3 до 7 лет. В нем можно выделить три этапа: младший, средний и старший. В период старшего дошкольного возраста происходит формирование когнитивных способностей ребенка – абстрактного воображения, произвольной памяти, внимания, впервые появляется целостное планирование.

Одной из особенностей данного возраста является широта эмоциональных проявлений ребенка, несформированность эмоционально-волевой сферы в целом. Происходит формирование нравственных и эстетических категорий, развивается чувство стыда, вины, сопереживания.

Ведущим видом деятельности ребенка старшего дошкольного возраста является игра. В игре наиболее интенсивно формируются все психические качества и особенности личности ребенка. В дошкольном возрасте в полной мере начинает формироваться самосознание ребенка. Старший дошкольный возраст характеризуется появлением у ребенка различных страхов: смерти, предметов, явлений природы, наказания и т.д. Страхи старших дошкольников эмоционально окрашены.

Каждый конкретный страх определен и причин его возникновения может быть несколько, наиболее частые причины страхов: природные явления, стиль родительского воспитания, особенности взаимоотношений в семье, определенные события (наказания, смерть животных, болезнь, неприятие сверстниками). Поэтому, взрослым, окружающим ребенка, для предупреждения появления у него разного рода страхов, следует обеспечить

эмоциональный комфорт в семье и в общении со сверстниками, создать атмосферу принятия, доброжелательности, проявлять внимание к его чувствам и переживаниям.

Одним из эффективных методов коррекции страхов является игра. Потенциал игры как метода психолого-педагогической работы очень широк. Данный метод эффективен, так как в его основе лежит ведущая деятельность старшего дошкольного возраста, кроме этого он обладает широким арсеналом предметов и средств для организации коррекционного процесса, а также активизирует все сферы личности ребенка, способствует выражению в привычном для ребенка виде, через игровые действия, своих негативных чувств, эмоций, переживаний, которые лежат в основе многих детских страхов.

ГЛАВА 2. ПРОГРАММА ИГРОВЫХ ЗАНЯТИЙ ПО КОРРЕКЦИИ СТРАХОВ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

2.1. Результаты исследования страхов детей старшего дошкольного возраста

Исследование проводилось в период с сентября 2017 по апрель 2018 года.

В исследовании приняли участие дети старшего дошкольного возраста. Исследование проводилось на базе МБДОУ № 21 города Красноярска, объем выборки 25 человек.

Исследование проводилось в три этапа.

На первом этапе нами изучалась научная литература по проблематике исследования, определялись основные положения, уточнялись гипотеза и задачи исследования.

На втором этапе работы определялись методики диагностики и последовательность их использования, проводилось эмпирическое исследование страхов у дошкольников. Осуществлялась разработка коррекционно-развивающей программы по коррекции детских страхов.

На третьем этапе нами анализировались и обобщались результаты повторного исследования.

Использованные методики:

1. «Страхи в домиках» А.И. Захарова и М.А. Панфиловой (Приложение А).
2. Тест «Сказка» Луизы Дюсс (Приложение Б).
3. Проективная методика А.И. Захарова «Что мне снится страшное, или чего я боюсь днем».

Ниже мы приводим описание диагностических методов исследования.

1. «Страхи в домиках» А.И. Захарова и М.А. Панфиловой.

Цель данной методики представляется в выявление и уточнение преобладающих видов страхов (страх темноты, одиночества, смерти, медицинские страхи и т. д.) у детей старше 3-х лет. Для того, чтобы помочь детям необходимо выяснить весь спектр страхов. Методика подходит для детей, которые плохо рисуют или не любят рисовать. Взрослый рисует два дома черный и красный. В каждый домик ребенку предлагается расселить страхи. Фиксируются страхи, которые ребенок поселил в черный домик. У детей постарше можно спросить: «Скажи, ты боишься или не боишься ...» [15].

При ведении беседы не следует торопиться, перечисляя страхи нужно подходить обстоятельно. Не нужно повторять часто вопрос - боится или не боится ребенок. Если возникает стереотипное отрицание всех страхов нужно просить дать развернутый ответ. Взрослый, проводящий исследование, сидит рядом с ребенком [18].

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

2. Проективная методика А.И. Захарова «Что мне снится страшное, или чего я боюсь днем».

Американский психолог К. Маковер считал, что центральным механизмом изобразительной деятельности является проекция. При оперировании материалами изобразительной деятельности, человек отражает на нем особенности своего внутреннего мира. Проективные методики используются для выявления наиболее ярких переживаемых чувств страха. В инструкции ребенку предлагается нарисовать то, чего он боится, то, что его пугает. Материал для работы: альбомный лист, набор цветных карандашей. По окончании ребенка просят рассказать о том, что он изобразил, т.е. вербализовать свой страх. Таким образом, предлагается, что активное обсуждение ребенком своих ощущений в игровой обстановке позволяет

внутренним ресурсам изменить направление на конструктивный процесс личностных изменений [1].

3. Тест «Сказка» Луизы Дюсс.

Данный тест был составлен детским психологом Луизой Дюсс. Он подходит для детей дошкольного возраста, так как используются крайне простой язык для выражения своих чувств.

Все сказки сближает общий фактор - персонаж, с которым ребенок будет стараться идентифицировать себя и которому приходится делать выбор. В зависимости от расположения духа ребенок будет реагировать на ситуацию, изложенную в сказке, спокойно или наоборот, тревожно; и такое состояние, которое он захочет приписать действию сказки, будет сохранять до конца. Все сказки заканчиваются вопросительной фразой, ответ на которую должен дать ребенок.

Целью теста является выяснить, не возникнут ли спонтанно эмоциональные явления, которые обычно не проявляются в поведении ребенка, но в то же время действуют в нем.

На основании результатов, полученных по данным методикам, мы можем получить информацию об видах страха у детей дошкольного возраста.

В процессе проведенной беседы было выявлено несколько видов страхов, которые преобладают у детей дошкольного возраста. А.И. Захаров совокупные ответы ребенка объединил в группы по видам страхов. Данные виды разделяются на 8 групп:

- 1) «медицинские» страхи включают в себя боли, уколы, кровь, боязнь врачей и болезней;
- 2) страхи, связанные с применением физического ущерба, подразумевают неожиданные звуки, нападения, транспорта, огня, пожара, стихии, войны;
- 3) страхи смерти себя и родителей;
- 4) страхи животных;
- 5) сказочных персонажей;
- 6) страхи перед сном, страхи кошмарных снов и темноты;

7) социально-опосредованные страхи включают в себя страхи людей, родителей, наказания с их стороны, одиночества;

8) «Пространственные» страхи подразумевают страх высоты, глубины, воды, замкнутого и открытого пространства.

В случаи, когда ребенок дает утвердительный ответ в трех случаях из 4-5, данный вид страха диагностируется как имеющийся.

В ходе исследования по методике А.И. Захарова «Страхи в домике», нами были получены результаты, которые отражают вид страхов, присутствующие у детей дошкольного возраста. Данные, представленные в таблице 1

Таблица 1

Сводная таблица результатов, отражающая количество страхов детей дошкольного возраста, в %

№	Виды страхов	Процентное соотношение
1	«медицинские» страхи	84%
2	страхи, связанные с применением физического ущерба	79%
3	страхи смерти себя и родителей	95%
4	страхи животных	31,5%
5	сказочных персонажей	16%
6	страхи перед сном, страхи кошмарных снов и темноты	52,5%
7	социально-опосредованные страхи	89%
8	«пространственные» страхи	42%

В старшем дошкольном возрасте отмечается высокие показатели по таким страхам как страх, связанный с применением физического ущерба, страх смерти себя и родителей, социально-опосредованные страхи. Так же следует отметить, что у дошкольников отмечается страх смерти себя и родителей.

При исследовании страхов с помощью рисунков, нами были отмечены следующие показатели: 10% детей не нарисовали свой страх, у 90% страх был нарисован.

Результаты исследования проективной методики детей старшей группы представлены на рисунке 1.

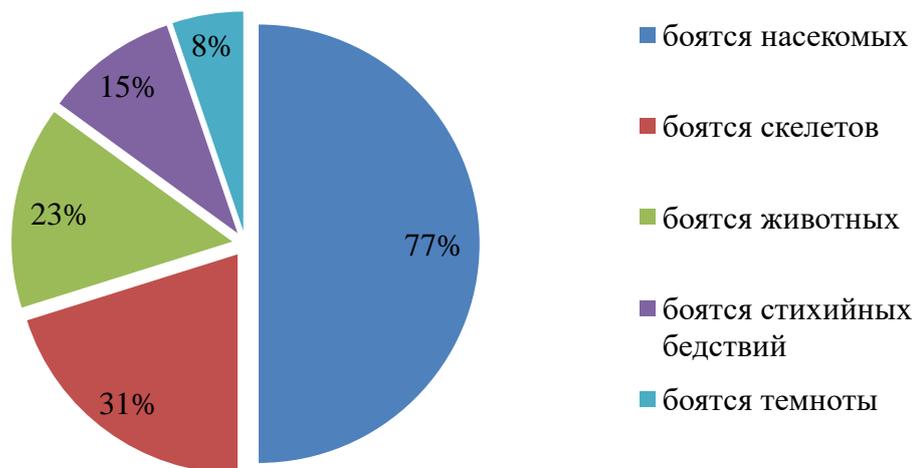


Рис. 1. Результаты проективной методики детей старшей группы

В диаграмме представлены следующие данные 77% детей боятся насекомых, 31% - боятся скелетов, 23% детей боятся животных, 15% - боятся стихийных бедствий, 8% детей боятся темноты.

Результаты по тесту «Сказка» представлены в таблице 2.

Таблица 2

Результаты первичной диагностики по тесту «Сказка»

Луизы Дюсс, в %

№	Название сказки и показатель диагностики	Процент типичных патологических ответов
1	2	3
1	Сказка «птенец», позволяет выявить степень зависимости ребенка от родителей	75%
2	Сказка «годовщина свадьбы родителей», позволяет понять, ревнует ли ребенок к союзу родителей, чувствует ли себя обделенным вниманием со стороны родителей.	13%
3	Сказка «ягненок», выявляет: 1. контроль за тем, как ребенок перенес отрыв от груди. 2. возможность контролировать наличие	45%

	чувства ревности к младшим.	
4	Сказка «похороны», позволяет выявить отношение ребенка к смерти, к агрессивности, подавлению, разрушительности, взаимосвязанному чувству вины и самобичеванию.	95%

Продолжение таблицы 2

1	2	3
5	Сказка «страх», позволяет выявить наличие и содержание страхов.	56%
6	Сказка «слоненок», позволяет выявить трудности, возникающие у мальчика в связи с развитием сексуальности, наличия «комплекса кастрации».	20%
7	Сказка «песочный домик», выявляет контроль за тем, как ребенок привязан к своим вещам, которые воспринимает, как свою собственность.	54%
8	Сказка «прогулка», позволяет выявить степень привязанности ребенка к родителю противоположного пола и соперничества с родителем своего пола.	10%
9	Сказка «новость», позволяет выявить чувства тревожности или страха, невысказанные желания и ожидания.	56%
10	Сказка «плохой сон», выявляет контроль по всем предыдущим тестам, установление связи ответов по этому тесту с предыдущими.	12%
5	Сказка «страх», помогает выявить наличие и содержание страхов.	56%
6	Сказка «слоненок», позволяет выявить трудности, возникающие у мальчика в связи с развитием сексуальности, наличия «комплекса кастрации».	20%
7	Сказка «песочный домик», выявляет контроль за тем, как ребенок привязан к своим вещам, которые воспринимает, как свою собственность.	54%
8	Сказка «прогулка», помогает выявить степень привязанности ребенка к родителю противоположного пола и соперничества с родителем своего пола.	10%

9	Сказка «новость», помогает выявить чувства тревожности или страха, невысказанные желания и ожидания.	56%
10	Сказка «плохой сон», выявляет контроль по всем предыдущим тестам.	12%

По результатам диагностики, мы можем сделать следующие выводы: у 75% респондентов отмечается зависимость от родителей, это свидетельствует о том, что ребенок не обладает определённой самостоятельностью, не может опираться на себя в сложных ситуациях и не привык принимать самостоятельные решения.

У 95% испытуемых выявлен страх смерти близких людей, так как в сказке «Похороны» дети высказывали следующие фразы: «Это же не правда?», «Не хочу, чтоб кто-то умирал», «Я не хочу говорить про это» и т.д. Следует отметить, что агрессивный настрой выявлен лишь у 5%, он направлен на сиблингов.

56% респондентов присущи различные виды страхов: страх смерти, физического наказания, насекомых, уколов.

Следует отметить, что у 54% испытуемых отмечается привязанность к вещам, которую он воспринимает как свою собственность. В связи с полученными данными, необходимо отметить, что у детей проявляется страх потери этой вещи.

У 56% респондентов выявлено тревожное состояние, невысказанное беспокойство и чувства страха.

Анализируя результаты трех методик, мы можем сказать, что у 50% детей старшей группы выявлены различные страхи. В данной возрастной группе отмечается высокий показатель по социально-опосредованным страхам: 89%, что выражается в боязни людей, наказания, опоздания, одиночества. Так же отмечается страх смерти себя и родителей и составляет 95%. Необходимо отметить, что у дошкольников отмечается страх насекомых и медицинские страхи.

В ходе проведенного исследования нами была выявлена группа детей в количестве 10 человек, у которых ярко выражены данные страхи. С группой детей нами были проведены коррекционно-развивающие мероприятия, по окончании которых, мы провели повторную диагностику. Данные повторной диагностики представлены ниже.

2.2. Программа игр по коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста

Основываясь на полученных результатах и учитывая выявленные виды страхов у дошкольников, нами была разработана программа коррекции детских страхов.

Целью данной программы является коррекция страхов детей старшего дошкольного возраста посредством игротерапии.

Задачи программы:

- снизить тревожность;
- формировать навыки общения и контроля своего поведения;
- повысить психический тонус ребенка;
- осуществить контроль над объектом страха.

При разработке программы мы основывались на научных трудах Ч. Спилбергера, А.М. Прихожан, А.С. Макаренко, М. Кузьминой.

Сроки реализации программы: Программа состоит из 10 занятий, каждое занятие проводится 2 раза в неделю по 20-30 минут. Место занятий: МБДОУ №21 города Красноярск. В качестве участников группы были выбраны старшие дошкольники с высокими показателями страха в количестве 10 человек.

Коррекционную работу с дошкольниками целесообразно проводить в нескольких направлениях: развитие самооценки, повышение уверенности в себе, развитие доверия к другим людям, снятие мышечного напряжения, развитие навыков взаимодействия.

При работе со дошкольниками параллельно проводятся семинары и собрания с родителями, педагогическим коллективом.

Работа по всем направлениям проводится параллельно.

Структура игрового занятия:

1. Ритуал приветствия – 2 мин.
2. Разминка – 5 мин.
3. Коррекционно-развивающий этап – 20 мин.
4. Подведение итогов – 6 мин.
5. Ритуал прощания – 2 мин.

Оценка результативности программы может осуществляться через анализ следующих показателей: повышенная уверенность в себе, снижение тревожности, снижение количества страхов.

Таблица 3

Учебно-тематический план занятий программы по коррекции страхов
детей дошкольного возраста

№	Тема	Количество минут
1	«здравствуй друг».	20 мин
2	«что в имени моем»	20 мин
3	«мое настроение»	25 мин
4	«яркое солнышко»	25 мин
5	«наши страхи»	30 мин
6	«я больше не боюсь»	30 мин
7	«сказочный лес»	30 мин
8	«волшебная шкатулка»	30 мин
9	«волшебник»	30 мин
10	«солнышко в руках»	30 мин
Всего		4 часа 30 мин

Программа коррекции детских страхов.

Занятие 1. «Здравствуй друг».

Цель: повышение позитивного настроения и сплочения детей, способствование эмоциональному и мышечному расслаблению.

Материалы: магнитофон, спокойная музыка, лист бумаги А3, краски, обручи.

1. Ритуал приветствия. Каждый день один из детей придумывает оригинальное приветствие.

2. Разминка. Упражнение «Что я люблю». Дети садятся в круг, затем каждый из них по очереди говорит, что он любит (это может быть одежда, еда, игрушки и т.д.).

3. Упражнение «Угадайка». Один из детей выходит за двери, остальные должны обнаружить кто вышел из комнаты и попробовать описать этого ребенка.

4. Упражнение «Лягушки». На полу выкладываются обручи, они представляют собой лужицы, по которым должны прыгать лягушки (дети).

5. Упражнение «Художники». Дети рисуют совместный рисунок по теме «Следы животных».

6. Подведение итог. Проводится беседа с детьми, что им понравилось сегодня, а что огорчило.

7. Ритуал прощания. Один из детей придумывает как будут прощаться группа, на следующий день ребенок меняется.

Занятие 2. «Что в имени моем».

Цель: раскрытие своего «я», формирование благоприятных взаимоотношений с другими людьми, достижение взаимопонимания и сплочённости.

Материалы: магнитофон, спокойная музыка, краски, альбомы для рисования.

1. Ритуал приветствия. Каждый день один из детей придумывает оригинальное приветствие.

2. Разминка. Упражнение «Узнай по голосу». Ведущий встает в центр круга, ему завязывают глаза, и он по голосу пытается узнать говорящего.

3. Игра «Моё имя». Ведущий задает вопросы, на которые дети отвечают по очереди:

–Тебе нравится твоё имя?

–Хотел бы ты, чтобы тебя звали по-другому? Как бы ты хотел, чтоб тебя звали?

В случаях, когда ребенок затрудняется ответить, ведущий называет ласкательные производные от имени ребенка, а тот в свою очередь выбирает понравившиеся. После ведущий рассказывает детям о том, что имена растут вместе с людьми, например, Маша станет Марией, а Дима – Дмитрием.

4. Игра «Разведчики». В помещении беспорядочно расставляются стулья. Дети выстраиваются змейкой друг за другом, первый в колонне ведет, запутывая маршрут. Последний участник должен будет повторить маршрут, затем выбираются другие игроки.

5. Рисование себя. Ведущий предлагает нарисовать себя в трех рамках:

- в зелёном– такими какими они представляются себе;
- в голубом – какими они хотят быть;
- в красном – какими их видят друзья.

6. Подведение итогов. Проводится беседа с детьми, что им понравилось сегодня, а что огорчило.

7. Ритуал прощания. Один из детей придумывает как будут прощаться группа, на следующий день ребенок меняется.

4. Игра «Разведчики». В помещении беспорядочно расставляются стулья. Дети выстраиваются змейкой друг за другом, первый в колонне ведет, запутывая маршрут. Последний участник должен будет повторить маршрут, затем выбираются другие игроки.

5. Рисование себя. Ведущий предлагает нарисовать себя в трех рамках:

- в зелёном- такими какими они представляются себе;
- в голубом – какими они хотят быть;
- в красном – какими их видят друзья.

6. Подведение итог. Проводится беседа с детьми, что им понравилось сегодня, а что огорчило.

7. Ритуал прощания. Один из детей придумывает как будут прощаться группа, на следующий день ребенок меняется.

Занятие 3. «Мое настроение».

Цель: осознание своего эмоционального состояния, снижение эмоционального напряжения, развитие умения чувствовать настроение.

Материалы: магнитофон, спокойная музыка, краски, альбомные листы.

1. Ритуал приветствия. Каждый день один из детей придумывает оригинальное приветствие.

2. Разминка. Упражнение «Возьми и передай». Дети встают в круг, берутся за руки, смотрят друг другу в глаза и мимикой передают радостное настроение, улыбку.

3. Упражнение «Неваляшка». Группа делится по три человека (в одной группе). Один из детей играет роль неваляшки, остальные раскачивают эту неваляшку, затем дети меняются.

4. Упражнение «Превращения». Ведущий предлагает детям несколько действий:

- нахмуриться как... осенняя туча; рассерженный человек;
- позлиться как... злая волшебница; два барана на мосту; голодный волк; ребёнок, у которого отняли мяч;
- испугаться как ... заяц, увидевший волка; птенец, упавший из гнезда;
- улыбнуться как ... кот на солнышке; само солнышко; хитрая лиса.

5. Рисование на тему «Моё настроение». После окончания работы, дети рассказывают, какое настроение они изобразили.

6. Подведение итог. Проводится беседа с детьми, что им понравилось сегодня, а что огорчило.

7. Ритуал прощания. Один из детей придумывает, как будут прощаться группа, на следующий день ребенок меняется.

8. Упражнение “ горячие ладошки”

Занятие 4. «Яркое солнышко».

Цель: осознание своего самочувствия, снижение эмоционального напряжения, уменьшение тревожности, снижение мышечных зажимов.

Материал: магнитофон, спокойная музыка; краски, ватман; песочница; мел.

1. Ритуал приветствия. Каждый день один из детей придумывает оригинальное приветствие.

2. Разминка. Упражнение «Злые и добрые кошки». На полу рисуем ручеек и по обе стороны становятся дети. Сначала они изображают злых кошек: дразнят друг друга и злятся. Затем они встают в центр ручейка и говорят друг другу ласковые слова. Далее беседуем о возникших чувствах.

3. Игра “ на что похоже моё настроение?”

Дети по кругу при помощи сравнения говорят, на что похоже настроение. Начинает психолог: « моё настроение похоже на белое пушистое облачко в спокойном голубом небе».

4. Упражнение «Закончи предложение». Детям предлагается закончить предложения. «Взрослые обычно боятся...; дети обычно боятся...; мамы обычно боятся...; папы обычно боятся...»

5. Упражнение «Угадай что спрятано в песке?». Дети делятся на пары. Один из пары прячет, что-то в песке, второй участник пытается это найти.

6. Подведение итог. Проводится беседа с детьми, что им понравилось сегодня, а что огорчило.

7. Ритуал прощания. Один из детей придумывает как будут прощаться группа, на следующий день ребенок меняется.

Занятие 5. «Наши страхи».

Цель: стимулирование аффективной сферы ребёнка, повышение психического тонуса ребёнка.

Материалы: магнитофон, спокойная музыка, краски, альбомные листы, большой лист бумаги, подушка.

1. Ритуал приветствия. Каждый день один из детей придумывает оригинальное приветствие.

2. Разминка. Упражнение «Петушинные бои». Дети разбиваются на пары (ведущий контролирует, чтобы пары были примерно равны по физической силе). Стоя на одной ноге, они дерутся подушками, проигрывает тот, кто наступит на вторую ногу.

3. Упражнение «Расскажи свой страх». Ведущий в качестве примера рассказывает детям о своем собственном страхе, тем самым показывая, что страх – это нормальное человеческое чувство и его не надо стыдиться. Далее дети рассказывают о своих страхах.

4. Рисование на тему «Чего я боялся или боюсь». Дети рисуют свои страхи, не показывая никому.

5. Упражнение «Чужие рисунки». Детям по очереди показывают рисунки «страхов», которые только что нарисовали, и они все вместе придумывают чего боялись эти дети и как им можно помочь.

6. Подведение итог. Проводится беседа с детьми, что им понравилось сегодня, а что огорчило.

7. Ритуал прощания. Один из детей придумывает, как будут прощаться группа, на следующий день ребенок меняется.

Занятие 6. «Я больше не боюсь».

Цель: преодоление негативных переживаний, символическое уничтожение страха, снижение эмоционального напряжения.

Материалы: магнитофон, спокойная музыка, краски, альбомные листы, подушка, задорная музыка.

1. Ритуал приветствия. Каждый день один из детей придумывает оригинальное приветствие.

2. Разминка. Упражнение «Смелые ребята». Дети выбирают ведущего – он будет исполнять роль страшного дракона. Ребёнок становится на стул и говорит грозным голосом: «бойтесь, меня бойтесь!» Дети отвечают: «не боимся мы тебя!» Так повторяется несколько раз. От слов детей дракон постепенно уменьшается (ребёнок спрыгивает со стула), превращается в маленького воробушка.

3. Упражнение «Азбука страхов». Детям раздаются листки и затем предлагается нарисовать на них страшных героев и дать им имена. Затем каждый рассказывает о том, что нарисовал. Далее с помощью ведущего страшные герои превращаются в смешных, дорисовывая их.

4. Упражнение «Страшная сказка по кругу». Ведущий вместе с детьми сочиняет страшную сказку. Постепенно сказка с помощью ведущего должна перейти из страшной в смешную.

5. Упражнение «На лесной полянке». Детям предлагается представить, что они попали на красивую лесную поляну с различными ее жителями. Звучит музыка, а дети выполняют действия соответственно каждому жителю поляны (бабочке, кузнечику, муравью).

6. Подведение итог. Проводится беседа с детьми, что им понравилось сегодня, а что огорчило.

7. Ритуал прощания. Один из детей придумывает, как будут прощаться группа, на следующий день ребенок меняется.

Занятие 7. «Сказочный лес».

Цель: способствовать развитию умения передавать своё эмоциональное состояние через художественный образ, повышение уверенности в себе.

Материалы: магнитофон, спокойная музыка, краски, ватман или кусок обоев, макеты кочек,

1. Ритуал приветствия. Каждый день один из детей придумывает оригинальное приветствие.

2. Разминка. Упражнение «За что меня любит мама, папа, сестра и т.д.». Ведущий предлагает сказать детям за что их любят взрослые и за что они любят взрослых.

3. Упражнение «Прогони бабу – ягу». Ведущий просит представить детей, что в подушку залезла злая бабу – яга и ее нужно прогнать громкими криками.

4. Упражнение «Фигуры». Ведущий на доске рисует фигуры неопределенной формы, дети говорят, на какие страшные существа они похожи. Затем дети стирают эти фигуры сами или перечеркивают их.

5. Игра «Тропинка». Дети выстраиваются в затылок и идут змейкой по воображаемой тропинке. По команде ведущего они преодолевают воображаемые препятствия. «Спокойно идём по тропинке ... вокруг кусты, деревья, зелёная травка... вдруг на тропинке появились лужи ...одна...вторая...третья. Спокойно идём по тропинке... перед нами ручей. Через него перекинут мостик. Переходим по мостику, держась за перила. Спокойно идём по тропинке... и т.д.

6. Подведение итог. Проводится беседа с детьми, что им понравилось сегодня, а что огорчило.

7. Ритуал прощания. Один из детей придумывает, как будут прощаться группа, на следующий день ребенок меняется.

Занятие 8. «Волшебная шкатулка».

Цель: формирование положительной «я-концепции», выявление положительных черт личности.

Материалы: магнитофон, спокойная музыка, шкатулка, мяч, краски, альбомные листы, начало страшной сказки.

1. Ритуал приветствия. Каждый день один из детей придумывает оригинальное приветствие.

2. Разминка. Игра «Сказочная шкатулка». Ведущий сообщает детям, что фея сказок принесла свою шкатулку – в ней спрятались герои сказок. Далее он говорит: «вспомните своих любимых сказочных героев и скажите какие они, чем они вам нравятся, как они выглядят». Далее с помощью волшебной палочки все дети превращаются в сказочных героев.

3. Упражнение «Конкурс боюсек». Дети садятся в круг. Одному из участников дается мяч, тот, кто его держит в руках должен назвать страх в таком предложении: «Я ... этого не боюсь!». Речь должна быть громкой и уверенной.

4. Упражнение «Дом ужасов». Детям предлагается нарисовать дом ужасов, после чего рисунки рвутся на мелкие части.

5. Упражнение «Придумай весёлый конец». Ведущий зачитывает детям начало детской страшной сказки, а дети придумывают смешное продолжение и окончание.

6. Подведение итог. Проводится беседа с детьми, что им понравилось сегодня, а что огорчило.

7. Ритуал прощания. Один из детей придумывает, как будут прощаться группа, на следующий день ребенок меняется.

Занятие 9. «Волшебник».

Цель: снижение психомышечного напряжения, закрепление адекватных форм проявления эмоций, развитие социального доверия

Материалы: магнитофон, спокойная музыка.

1. Ритуал приветствия. Каждый день один из детей придумывает оригинальное приветствие.

2. Разминка. Игра «Путаница». Дети выбирают одного водящего. Остальные дети запутываются, не расцепляя руки. Водящий должен распутать клубок.

3. Игра «Кораблик». Матрос – один из детей, остальные дети – кораблик в бушующем море. Матрос, находящийся на корабле, должен перекричать бурю: «Я не боюсь бури, я самый сильный матрос!». Затем матрос меняется с другим участником.

4. Рисование на тему «Волшебные зеркала». Ведущий предлагает нарисовать себя в трёх зеркалах, но не простых, а волшебных: в первом- маленьким и испуганным; во-втором – большим и весёлым; в третьем- не боящимся ничего и сильным. После задаются вопросы: какой человек симпатичнее? На кого ты сейчас похож? В какое зеркало ты чаще смотришься?

5. Упражнение «Волшебный сон». Дети ложатся на ковер и расслабляются. Ведущий рассказывает им сон, который им снится.

6. Подведение итог. Проводится беседа с детьми, что им понравилось сегодня, а что огорчило.

7. Ритуал прощания. Один из детей придумывает, как будут прощаться группа, на следующий день ребенок меняется.

Занятие 10. «Солнышко в руках».

Цель: освобождение от отрицательных эмоций, развитие социального доверия, повышение уверенности в своих силах повышение значимости в глазах окружающих.

Материалы: магнитофон, спокойная музыка, фотографии детей, краски альбомные листы.

1. Ритуал приветствия. Каждый день один из детей придумывает оригинальное приветствие.

2. Разминка. Упражнение «Неоконченные предложения». Детям предлагается ряд предложений, которые необходимо закончить: «я люблю...», «меня любят...», «я не боюсь...», «я верю...», «в меня верят...», «обо мне заботятся...».

3. Игра «Баба- яга». По считалке выбирается баба- яга. В центре комнаты рисуется круг. Баба- яга берёт веточку- помело и становится в круг. Дети бегают вокруг бабы- яги и дразнят её. «баба-яга, костяная нога. С печки упала, ногу сломала. Пошла в огород, испугала весь народ. Побежала в баньку испугала зайку!» Баба-яга выпрыгивает из круга и старается коснуться ребят помелом.

4. Игра «Комплименты». Дети берутся за руки и становятся в круг. Глядя в глаза соседа, ребёнок говорит: «мне нравится в тебе...». Принимающий кивает головой и отвечает: «спасибо, мне очень приятно!». Упражнение продолжается по кругу. Далее обсуждаются чувства, которые испытали дети при выполнении данного задания.

5. Упражнение «В лучах солнышка». Ведущий рисует солнышко, в лучах которой находятся фотографии детей. По сигналу психолога дети по

очереди называют понравившиеся качества данного ребёнка, которые он показал на занятиях.

6. Подведение итог. Проводится беседа с детьми, что им понравилось сегодня, а что огорчило.

7. Ритуал прощания. Один из детей придумывает, как будут прощаться группа, на следующий день ребенок меняется.

2.3. Результаты контрольного эксперимента по исследованию страхов детей старшего дошкольного возраста

С целью проверки эффективности реализации программы игр по коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста нами было проведено повторное исследование с использованием методик констатирующего эксперимента.

Рассмотрим полученные результаты.

В ходе исследования по диагностике «Страхи в домике» А.И. Захарова, нами были получены следующие результаты, представленные в таблице 4.

Таблица 4

Результаты по методике А.И. Захарова «Страхи в домике»
(контрольный этап)

№	Виды страхов	Процентное соотношение
1	«медицинские» страхи	25%
2	страхи, связанные с применением физического ущерба	39%
3	страхи смерти себя и родителей	45%
4	страхи животных	31,5%
5	сказочных персонажей	16%
6	страхи перед сном, страхи кошмарных снов и темноты	24,5%
7	социально-опосредованные страхи	19%
8	«пространственные» страхи	22%

По результату повторной диагностики, мы можем сказать, что у большинства испытуемых снизились или вовсе исчезли те или иные страхи. У 45% респондентов все же отмечается страх смерти себя и родителей.

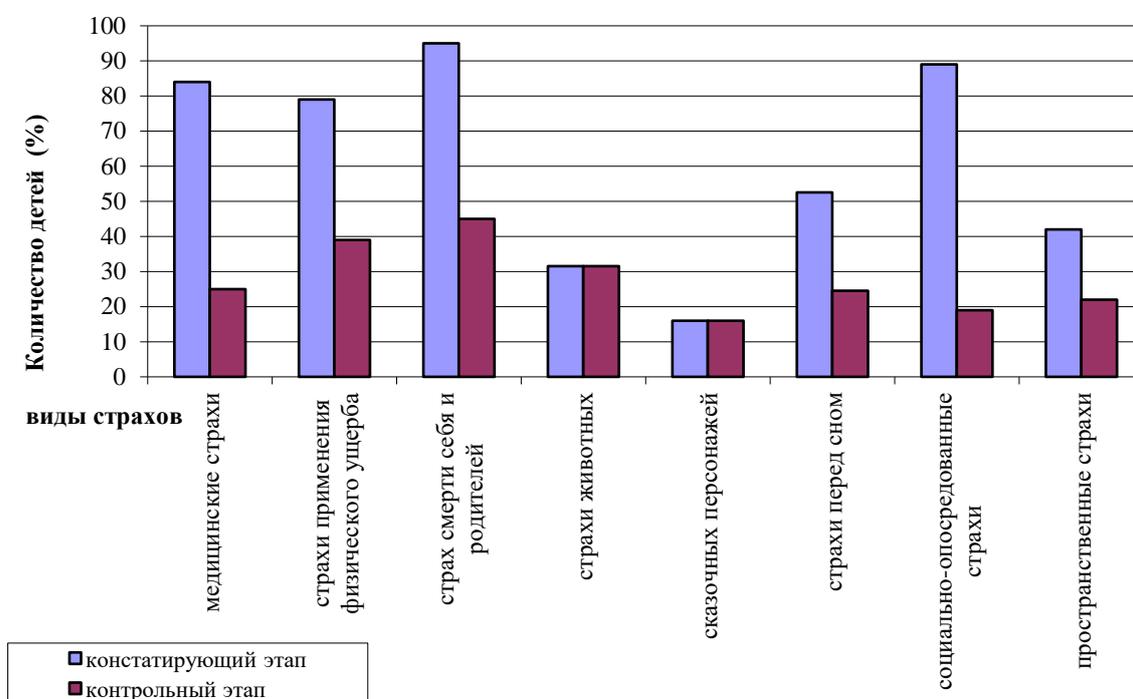


Рис. 2. Результаты по методике А.И. Захарова «Страхи в домике»

Проанализировав результаты первичной и повторной диагностики проведенной А.И, Захаровым «Страхи в домике», мы можем сказать о снижении уровня страхов детей старшего дошкольного возраста.

Таблица 5

Результаты повторной диагностики по тесту «Сказка» Луизы Дюсс, в %

№	Название сказки и показатель диагностики	Процент типичных патологических ответов
1	2	3
1	Сказка «птенец», позволяет выявить степень зависимости ребенка от родителей	25%
2	Сказка «годовщина свадьбы родителей» позволяет понять, ревнует ли ребенок к союзу родителей, чувствует ли себя обделенным вниманием со стороны родителей.	13%

3	Сказка «ягненок», выявляет: 1. контроль за тем, как ребенок перенес отрыв от груди. 2. возможность контролировать наличие чувства ревности к младшим.	25%
4	Сказка «похороны», позволяет выявить отношение ребенка к смерти, к агрессивности, подавлению, разрушительности, взаимосвязанному чувству вины и самобичеванию.	25%
5	Сказка «страх», позволяет выявить наличие и содержание страхов.	24%
6	Сказка «слоненок», позволяет выявить трудности, возникающие у мальчика в связи с развитием сексуальности, наличия «комплекса кастрации».	20%
7	Сказка «песочный домик», выявляет контроль за тем, как ребенок привязан к своим вещам, которые воспринимает, как свою собственность.	24%
8	Сказка «прогулка», позволяет выявить степень привязанности ребенка к родителю противоположного пола и соперничества с родителем своего пола.	10%
9	Сказка «новость», позволяет выявить чувства тревожности или страха, невысказанные желания и ожидания.	16%
10	Сказка «плохой сон», выявляет контроль по всем предыдущим тестам, установление связи ответов по этому тесту с предыдущими.	12%
5	Сказка «страх», помогает выявить наличие и содержание страхов.	36%
6	Сказка «слоненок», позволяет выявить трудности, возникающие у мальчика в связи с развитием сексуальности, наличия «комплекса кастрации».	20%
7	Сказка «песочный домик», выявляет контроль за тем, как ребенок привязан к своим вещам, которые воспринимает, как свою собственность.	24%
8	Сказка «прогулка», помогает выявить степень привязанности ребенка к родителю противоположного пола и	10%

	соперничества с родителем своего пола.	
9	Сказка «новость», помогает выявить чувства тревожности или страха, невысказанные желания и ожидания.	15%
10	Сказка «плохой сон», выявляет контроль по всем предыдущим тестам.	12%

По результатам повторной диагностики, мы можем сделать следующие выводы: у 75% респондентов отмечается снижение зависимости от родителей, это свидетельствует о том, что ребенок обладает определённой самостоятельностью, может опираться на себя в сложных ситуациях и привык принимать самостоятельные решения.

Следует отметить, что страх смерти близких людей отмечается лишь у 25% испытуемых, что свидетельствует о эффективности коррекционной работы.

Проанализировав результаты первичной и повторной диагностики по тесту «Сказка» Луизы Дюсс, мы можем сказать о снижении уровня страхов детей старшего дошкольного возраста, что показано на рисунке 3.

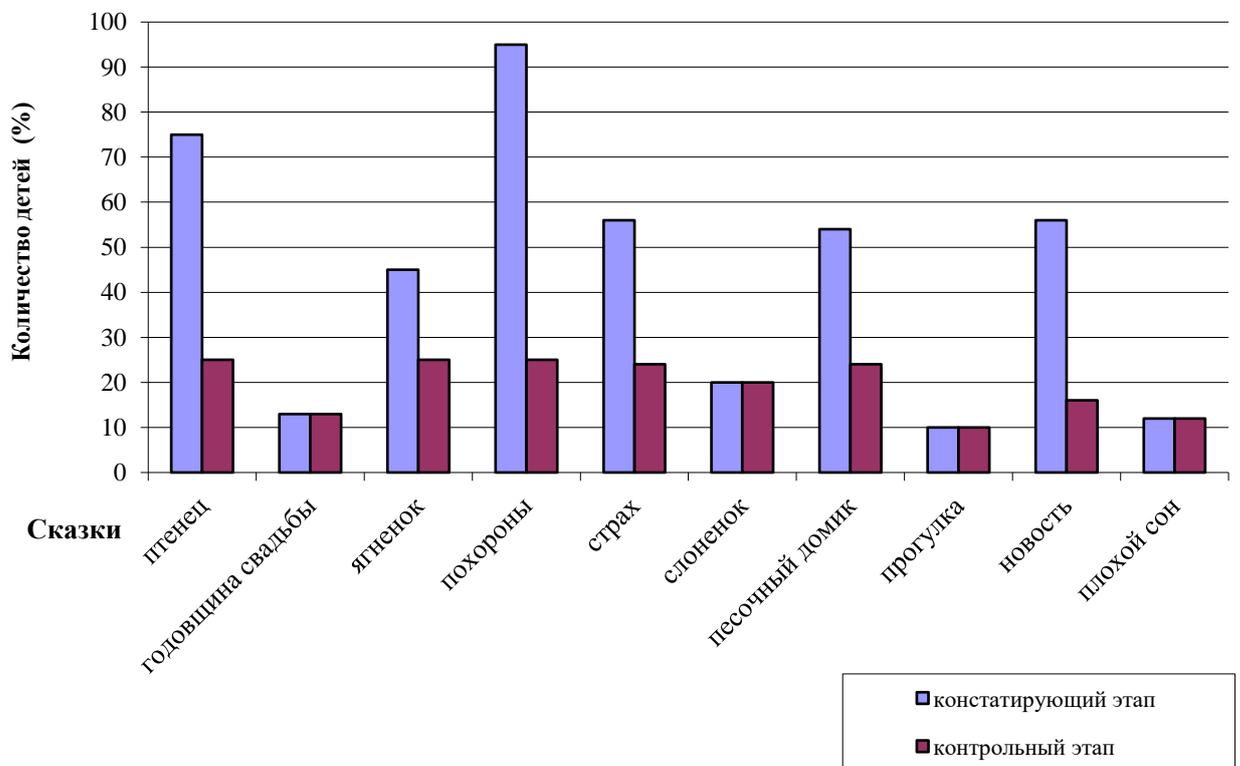


Рис. 3. Сводные результаты диагностики по тесту «Сказка» Луизы Дюсс

Результаты повторной диагностики по методике «Что мне снится, или чего я боюсь днем» представлены на рисунке 4.

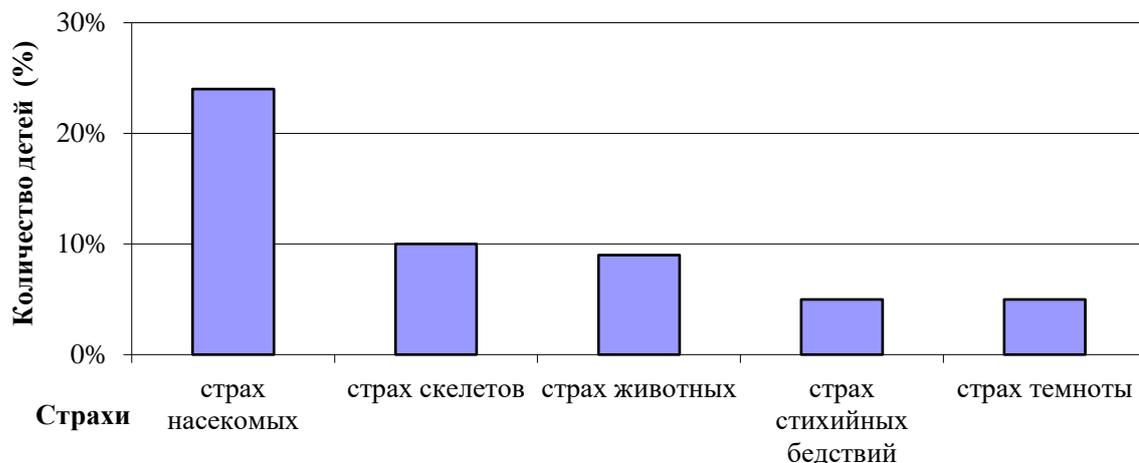


Рис. 4. Результаты проективной методики детей старшей и подготовительной групп

Проанализировав результаты повторной диагностики, мы можем сделать вывод, что лишь у 24% испытуемых осталась боязнь насекомых. Остальные данные показывают, что у респондентов уменьшилось проявление страхов различной этимологии.

Сводные данные первичной и повторной диагностики по проективной методике А.И. Захарова «Что мне снится страшное, или чего я боюсь днем» представлены на рисунке 5.

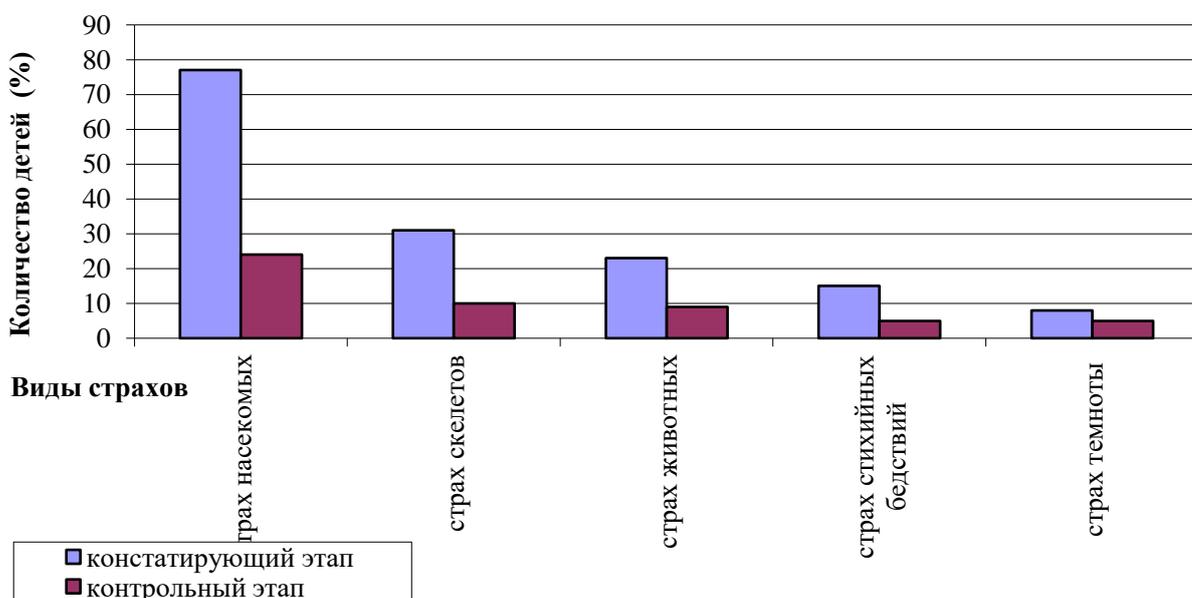


Рис. 5. Результаты первичной и повторной диагностики по проективной методики А.И. Захарова «Что мне снится страшное, или чего я боюсь днем»

Таким образом, анализируя результаты изучения страхов детей старшей дошкольной возраста, мы можем говорить, что основному проценту дошкольников больше не присущи те или иные страхи.

ВЫВОД ПО ГЛАВЕ 2

Используя эмпирические методы исследования, такие как «Страхи в домике» А.И. Захарова нами были выявлены страхи детей дошкольного возраста. Результаты диагностики страхов детей старшего дошкольного возраста показали, что у 50% детей выявлен тот или иной вид страха. По результатам констатирующего эксперимента мы выявили высокий показатель по социально-опосредованным страхам. В частности, у 89% детей старшего дошкольного возраста это выражается в боязни людей, наказания, опоздания, одиночества. Так же по результатам констатирующего эксперимента нами выявлено, что у 95% детей отмечается наличие страха смерти, 89%. медицинских страхов, 52,5 % имеют страх темноты.

Используя методику «Сказка» Луисы Дюсс, нами были выявлено, что По результатам диагностики, мы можем сделать следующие выводы: у 75% респондентов отмечается зависимость от родителей, 56% детей присущи различные виды страхов: страх смерти, физического наказания, насекомых, уколов.

Следует отметить, что у 54% испытуемых отмечается привязанность к вещам, которую он воспринимает как свою собственность. В связи с полученными данными, необходимо отметить, что у детей проявляется страх потери этой вещи.

У 56% респондентов выявлено тревожное состояние, невысказанное беспокойство и чувства страха.

Анализируя результаты используемых нами методик, мы можем сказать, что у 50% детей старшей группы выявлены различные страхи. В данной возрастной группе отмечается высокий показатель по социально-опосредованным страхам: 89%, что выражается в боязни людей, наказания, опоздания, одиночества. Так же отмечается страх смерти себя и родителей и составляет 95%.

На основе результатов констатирующего эксперимента мы разработали программу коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста. Целью данной программы является коррекция страхов детей дошкольного возраста посредством сюжетно-ролевых игр.

Задачи программы: снизить тревожность, формировать навыки общения и контроля своего поведения, повысить психический тонус ребенка, осуществить контроль над объектом страха. При разработке программы мы основывались на научных трудах Ч. Спилбергера, А.М. Прихожан, А.С. Макаренко, М. Кузьминой.

Разработанная нами программа включает в себя 10 занятий. Тематика отдельного занятия ориентирована на коррекцию того или иного вида страха. Для определения эффективности разработанной нами программы коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста мы использовали методики констатирующего этапа эксперимента. Результаты контрольного этапа эксперимента позволили нам сделать вывод о том, что процента страха смерти снизился до 45%, медицинские страхи снизились до 25%, страх темноты до 24,5%.

Результаты эксперимента подтвердили эффективность разработанной нами программы.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведенное нами исследование показало, что понятие «страх» широко представлено в психолого-педагогических исследованиях отечественных и зарубежных ученых. Страх исследуется как эмоция, ответная реакция, защитная форма поведения и т.д. Овчарова Р. Ф. рассматривает страх, как эффективное отражение в сознании человека конкретной угрозы для его жизни и благополучия.

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

Авторы указывают на необходимость выяснения причин страха, как первого этапа в его коррекции. Нами было также выявлено, что именно игра является наиболее оптимальным педагогическим средством коррекции страхов в дошкольном возрасте, так как относится к ведущей деятельности ребенка дошкольного возраста.

Опытно-экспериментальная работа по выявлению страхов у детей дошкольного возраста позволила нам определить, что у 50% детей выявлен тот или иной вид страха. У детей дошкольного возраста выявлен высокий показатель по социально-опосредованным страхам: у 89% отмечается боязнь людей, наказания, опоздания, одиночества; у 95% страх смерти, у 84% медицинские страхи, у 52,5% страх темноты, у 77% страх насекомых.

На основе результатов констатирующего эксперимента мы разработали программу коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста. Целью данной программы является коррекция страхов детей дошкольного возраста посредством сюжетно-ролевых игр. Задачи программы: снизить тревожность,

формировать навыки общения и контроля своего поведения, повысить психический тонус ребенка, осуществить контроль над объектом страха. При разработке программы мы ссылались на исследования Ч. Спилбергера, А.М. Прихожан и др.

Разработанная нами программа ориентирована на 10 занятий. Тематика отдельного занятия ориентирована на коррекцию того или иного вида страха. Для определения эффективности разработанной нами программы мы использовали методики констатирующего этапа эксперимента. Результаты контрольного этапа эксперимента показали снижение проявлений страха смерти на 55%, страха темноты на 59,5%, медицинских страхов на 59%, страхов насекомых на 53%.

Таким образом, поставленные нами цель и задачи нашего исследования выполнены, гипотеза подтверждена.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Большая психологическая энциклопедия / сост. Н. Дубенюк. М.: Эксмо, 2007. 544 с.
2. Бурменская Г.В., Карабанова О.А., Лидерс А.Г. Возрастное психологическое консультирование: Проблемы психического развития детей. М.: Эксмо, 2015. 217 с.
3. Бурлачук Л.Ф., Морозов С.М. Словарь – справочник по психодиагностике. СПб.: Питер, 2002. 123 с.
4. Вачков И.Б. Тревожность, тревога, страх: различение понятий // Школьный психолог. 2017. № 8. С. 20–24.
5. Венгер А.Л. Психологические рисуночные тесты: Иллюстрированное руководство. М.: АСТ, 2017. 160 с.
6. Гарбузов В.И. Нервные и трудные дети. М.: АСТ; СПб: Астрель, 2006. 351 с.
7. Дубровина И.В. Психическое здоровье детей и подростков. М.: Академия, 2015. 256 с.
8. Дьяченко О.М., Лаврентьева Т.Н. Психическое развитие дошкольников. М.: Педагогика, 2004. 257 с.
9. Захаров А.И. Происхождение детских неврозов и психотерапия. М.: ЭКСМО-Пресс, 2006. 448 с.
10. Захаров А.И. Дневные и ночные страхи у детей. СПб.: Питер, 2000. 320 с.
11. Изард К.Э. Психология эмоций. СПб.: Питер, 2017. 464 с.
12. Карабанова О. А. Игра в коррекции психического развития ребенка. М.: АСТ, 2014. 321 с.
13. Кляйн М. Психоаналитические труды. В 6-ти томах. Том 1. Развитие одного ребенка. Ижевск: ERGO, 2007. 96 с.
14. Крайг Г. Психология развития. СПб.: Питер, 2016. 992с.

15. Лебединский В.В. Нарушения психического развития у детей. М.: Контент, 2005. 336 с.
16. Леонтьев А.Н. Эволюция психики. М.: Московский психолого-социальный институт, 2014. 416 с.
17. Лидерс А.Г. Психологический тренинг с подростками: учебное пособие для студ. высш. учеб. завед. М.: Академия, 2004. 120 с.
18. Любина Г.А. Обучение дошкольников «языку чувств» // Дошкольное воспитание. 2017. №2. С. 90–97.
19. Лэндрет Г.Л. Игровая терапия: искусство отношений. М.: АСТ, 2014, 264 с.
20. Мартыненко О.Б. Происхождение страхов у детей // Журнал прикладной психологии. 2017. №2. С. 11–15.
21. Мухина В.С. Возрастная психология. Феноменология развития. М.: Академия, 2006. 608 с.
22. Немов Р.С. Психология. М.: Юрайт, 2014. 640 с.
23. Обухова Л.Ф. Возрастная психология. М.: Высшее образование. 2016. 234 с.
24. О'Коннор К. Теория и практика игровой психотерапии. СПб.: Питер, 2016. 185 с.
25. Поливанова К.Н. Психология возрастных кризисов. М.: Академия, 2005. 184 с.
26. Прихожан А.М. Психология тревожности: дошкольный и школьный возраст. СПб.: Питер, 2015. 192 с.
27. Практикум по психологии состояний: Учебное пособие. / сост. О.А. Прохоров. СПб: Речь, 2014. 215 с.
28. Рима Ф. Основные формы страха. М.: АСТ, 2003. 345 с.
29. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии: учеб. пособие для вузов. М.: Питер, 2016. 713 с.
30. Современный ребенок. Энциклопедия взаимопонимания / под ред. А.Я.Варга. М.: ВЛАДОС-пресс, 2006. 315 с.

31. Смирнова Е.О. Детская психология: учебник. М.: КНОРУС, 2013. 280 с.
32. Столяренко Л.Д. Педагогическая психология. Ростов-на-Дону: Феникс, 2016. 381 с.
33. Фельдштейн Д.И. Психология развития личности в онтогенезе. М.: Учитель, 2009. 314 с.
34. Фрейд А. Введение в детский психоанализ. М.: ООО «Попурри», 2004. 448 с.
35. Фрейд З. Психология бессознательного. М.: АСТ, 2015. 605 с.
36. Фрейд З. «Я» и «Оно». СПб.: Изд. Дом «Азбука-классика», 2007. 288 с.
37. Экслайн В. Игровая терапия. М.: Апрель-Пресс, 2016. 416 с.
38. Эльконин Д.Б. Психология игры. М.: Владос, 2009. 197 с.
39. Якобсон С.Г., Гризик Т.И., Доронова Т.Н., Соловьева Е.В. Программа воспитания, образования и развития детей от 2 до 7 лет в условиях детского сада. М.: Просвещение, 2015. 180 с.

ПРИЛОЖЕНИЕ А

Методика «Страхи в домиках» А.И. Захарова и М.А. Панфиловой.

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);

ПРИЛОЖЕНИЕ Б

Тест «Сказка» (автор Луиза Дюсс)

Первая сказка: «Птенец».

Цель: выявить степень зависимости ребенка от одного из родителей или от обоих вместе.

«В гнездышке на дереве спят птички: папа, мама и маленький птенец. Вдруг налетел сильный ветер, ветка ломается, и гнездышко падает вниз: все оказываются на земле. Папа летит и садится на одну ветку, мама садится на другую. Что делать птенцу?»

Правильные ответы: «Он тоже полетит и сядет на какую-нибудь ветку), «Полетит к маме, потому что испугался», «Полетит к папе, потому что он сильней», «Останется на земле, будет звать на помощь, и папа(мама) прилетит и заберет его» и т. д.

Проблемные ответы: «Умрет вовремя падения», «Умрет от голода (холода, дождя...), «О нем все забудут, и кто-нибудь на него наступит» и т. д.

Вторая сказка: «Годовщина свадьбы родителей».

Цель: понять, ревнует ли ребенок своих родителей, чувствует ли себя обделенным из-за любви родителей друг к другу.

«Празднуется годовщина свадьбы родителей. Мама и папа очень любят друг друга и хотят весело отметить праздник, пригласив друзей и своих родителей. Во время праздника ребенок встает и один идет на улицу. Что произошло, почему он ушел?»

Правильные ответы: «Пошел за цветами для мамы», «Пошел немного поиграть», «С взрослыми стало скучно, он решил поиграть один (или с друзьями)» и др.

Проблемные ответы: «Ушел потому, что разозлился», «Хотел остаться один», «Никто не обращал на него внимания, и он решил уйти».

Третья сказка: «Ягненок».

Цель: анализ детских переживаний, связанных с отнятием ребенка от груди. Второй вариант сказки дает возможность проанализировать наличие (или отсутствие) чувства ревности к младшему брату (сестре).

Первый вариант: «Жила-была овца со своим ягненком. Ягненок был большой и даже ел травку. Вечером мама давала ему немного молока, которое он очень любил. Но однажды мама осталась без молока и не смогла покормить его. Что делать ягненку?»

Правильные ответы: «Будет есть больше травки», «Заплачет, а потом станет есть больше травки», «Пойдет к другой овечке и попросит у нее молока».

Проблемные ответы: «Умрет от голода», «Пойдет к другой овце и больше не вернется к своей маме», «Будет так сильно плакать, что мама достанет где-нибудь молока и принесет ему».

Второй вариант: рассказывается та же история, но после фразы «... он очень любил» следует: «Однажды маме принесли другого, совсем маленького ягненка, который пьет только молоко, потому что он еще не умеет есть травку. Тогда мама говорит старшему ягненку, что ему придется обойтись без молока, потому что у нее не хватит молока на обоих ягнят, и с этого дня он должен будет есть только травку. Как поступит ягненок?»

Правильные ответы: те же, что в варианте 1 и «Постарается есть меньше молока и больше травки, «Немного покапризничает, но полюбит маленького ягненка» и т. д.

Проблемные ответы: те же, что и в 1 варианте и «Постарается прогнать маленького ягненка», «Найдет другую маму для маленького ягненка», «Будет бить маленького ягненка».

Четвертая сказка: «Похороны».

Цель: выявление отношения ребенка к смерти, а также к агрессивности и стремлению к разрешению конфликтов смертью.

«По улице идет похоронная процессия, и все спрашивают, кто умер. Кто-то показывает на один из домов и говорит: «Умер человек, который жил в этом доме». Кто же умер?»

Правильные ответы: «Незнакомый человек», «Дедушка (бабушка) какого-то ребенка.», «Человек, который был очень болен»; «Старик (старушка)» и т. д.

Проблемные ответы: «Мальчик (девочка)», «Папа (мама) одного ребенка», «Младший (старший) брат (сестра) одного ребенка» и т. д.

Пятая сказка: «Страх».

Цель: выявить характер, содержание и направленность детских страхов.

«Один мальчик говорит себе тихо-тихо: «Как страшно!» Чего он боится?»

Правильные ответы: «Вел себя плохо и теперь боится наказания», «Боится темноты», «Боится какого-то животного», «Он не боится, а просто пошутил».

Проблемные ответы: «Боится, что придет вор и ударит его ножом», «Чудовище хочет его съесть, потому что он плохой мальчик», «Боится дьявола». Эти и аналогичные ответы надо обсудить с ребенком, уточнить, что он имел в виду, когда говорил о чудовищах, дьяволах. Голос взрослого должен быть спокойным, вселяющим в ребенка уверенность.

Шестая сказка: «Слоненок»

Цель: выявить трудности, возникающие в психоэмоциональном развитии мальчика.

«У одного мальчика есть слоненок, очень приятный, с хорошеньким хоботком. Однажды, войдя в свою комнату, мальчик видит, что в слоненке что-то изменилось. Что у него изменилось и почему?»

Правильные ответы: «Слоненок в шутку перекрасился в другой цвет», «Он не изменился, он просто вырос», «Он ушел, потому что ему надоело сидеть в закрытой комнате» и др.

Проблемные ответы: «Слоненок вел себя плохо, поэтому у него отвалился хобот», «Хобот ему мешает, и он не знает, что делать», «Слоненок умер» и др.

Седьмая сказка: «Песочный домик»

Цель: анализ характера отношения ребенка к вещам, которые он воспринимает как свою собственность.

«Один мальчик построил из песка красивый домик, довольно просторный, чтобы можно было играть там одному. Он построил его сам и очень гордился этим. Мама просила подарить ей домик, потому что он ей понравился. Как поступит мальчик, оставит домик себе или подарит маме?»

Правильные ответы: «Немножко поиграет, а потом подарит маме», «Поделит с мамой», «Отдаст маме, но иногда будет просить обратно, чтобы поиграть».

Проблемные ответы: «Захочет оставить себе, потому что домик очень красивый», «Поиграет, а потом разрушит», «Будет жить в домике всю жизнь».

Восьмая сказка «Прогулка».

Цель: анализ характера отношений ребенка с родителем противоположного пола («Эдиповы» отношения) и соперничества с родителем своего пола.

Лучше, если эту сказку зачитает для ребенка родитель противоположного пола.

«Один мальчик ушел с мамой погулять в лес, они очень довольны. Возвращаясь домой, они видят, что у папы изменилось выражение лица. Какое выражение лица у него и почему?» (Девочке рассказывается, что одна девочка пошла погулять с отцом...)

Правильные ответы: «У него довольное лицо, потому что они вернулись домой», «У него было сердитое лицо, потому что они, долго отсутствовали, и он беспокоился за них» и др.

Проблемные ответы: «Он заболел, пока они отсутствовали.», «Он плакал, потому что боялся, что они больше не вернуться», «Он рассержен, потому что тоже хотел пойти на прогулку, но мальчик был против» и т. д.

Девятая сказка: «Новость»

Цель: выявление скрытых желаний ребенка, неосознанных страхов и тревожности.

«Один мальчик возвращается с прогулки (со двора, от друзей или родственников, выбирается ситуация, наиболее подходящая для конкретного ребенка), и мама ему говорит: «Наконец-то ты пришел. Я должна сообщить тебе одну новость». Какую новость хочет сообщить ему мама?».

Правильные ответы: «Вечером придут гости», «Мама узнала что-то важное по радио и телевидению», «Кто-то позвонил и сообщил приятную новость (пригласили в гости, на день рождения, кто-то выздоровел и т. д.), и др.

Проблемные ответы: «Кто-то в семье умер», «Мама хочет что-то запретить мальчику», «Мама сердится, потому что мальчик опоздал» и др.

Десятая сказка: «Плохой сон»

Цель: обнаружить связь с ответами в других сказках.

«Однажды утром один мальчик резко просыпается и говорит: «Я видел очень, плохой сон». Какой сон увидел мальчик?»

Правильные ответы: «Я не знаю», «Ему приснилось, что он заблудился», «Ему приснилась Баба Яга (Кощей Бессмертный), «Ему приснился страшный фильм» И т. д.

Проблемные ответы: «Ему приснилось, что папа (мама) умерла», «Ему приснилось, что он умер», «Ему приснилось, что его хотели бросить под машину» и т. п.

ПРИЛОЖЕНИЕ В

Программа коррекции детских страхов.

Занятие 1. «Здравствуй друг».

Цель: повышение позитивного настроения и сплочения детей, способствование эмоциональному и мышечному расслаблению.

Материалы: магнитофон, спокойная музыка, лист бумаги А3, краски, обручи.

1. Ритуал приветствия. Каждый день один из детей придумывает оригинальное приветствие.

2. Разминка. Упражнение «Что я люблю». Дети садятся в круг, затем каждый из них по очереди говорит, что он любит (это может быть одежда, еда, игрушки и т.д.).

3. Упражнение «Угадайка». Один из детей выходит за двери, остальные должны обнаружить кто вышел из комнаты и попробовать описать этого ребенка.

4. Упражнение «Лягушки». На полу выкладываются обручи, они представляют собой лужицы, по которым должны прыгать лягушки (дети).

5. Упражнение «Художники». Дети рисуют совместный рисунок по теме «Следы животных».

6. Подведение итог. Проводится беседа с детьми, что им понравилось сегодня, а что огорчило.

7. Ритуал прощания. Один из детей придумывает как будут прощаться группа, на следующий день ребенок меняется.

Занятие 2. «Что в имени моем».

Цель: раскрытие своего “я”, формирование благоприятных взаимоотношений с другими людьми, достижение взаимопонимания и сплочённости.

Материалы: магнитофон, спокойная музыка, краски, альбомы для рисования.

1. Ритуал приветствия. Каждый день один из детей придумывает оригинальное приветствие.

2. Разминка. Упражнение «Узнай по голосу». Ведущий встает в центр круга, ему завязывают глаза, и он по голосу пытается узнать говорящего.

3. Игра «Моё имя». Ведущий задает вопросы, на которые дети отвечают по очереди:

- Тебе нравится твоё имя?
- Хотел бы ты, чтобы тебя звали по-другому? Как бы ты хотел, чтоб тебя звали?

В случаях, когда ребенок затрудняется ответить, ведущий называет ласкательные производные от имени ребенка, а тот в свою очередь выбирает понравившиеся. После ведущий рассказывает детям о том, что имена растут вместе с людьми, например Маша станет Марией, а Дима – Дмитрием.

4. Игра «Разведчики». В помещении беспорядочно расставляются стулья. Дети выстраиваются змейкой друг за другом, первый в колонне ведет, запутывая маршрут. Последний участник должен будет повторить маршрут, затем выбираются другие игроки.

5. Рисование себя. Ведущий предлагает нарисовать себя в трех рамках:

- в зелёном- такими какими они представляются себе;
- в голубом – какими они хотят быть;
- в красном – какими их видят друзья.

6. Подведение итог. Проводится беседа с детьми, что им понравилось сегодня, а что огорчило.

7. Ритуал прощания. Один из детей придумывает как будут прощаться группа, на следующий день ребенок меняется.

Занятие 3. «Мое настроение».

Цель: осознание своего эмоционального состояния, снижение эмоционального напряжения, развитие умения чувствовать настроение.

Материалы: магнитофон, спокойная музыка, краски, альбомные листы.

1. Ритуал приветствия. Каждый день один из детей придумывает оригинальное приветствие.

2. Разминка. Упражнение «Возьми и передай». Дети встают в круг, берутся за руки, смотрят друг другу в глаза и мимикой передают радостное настроение, улыбку.

3. Упражнение «Неваляшка». Группа делится по три человека (в одной группе). Один из детей играет роль неваляшки, остальные раскачивают эту неваляшку, затем дети меняются.

4. Упражнение «Превращения». Ведущий предлагает детям несколько действий:

- нахмуриться как... осенняя туча; рассерженный человек;
- позлиться как... злая волшебница; два барана на мосту; голодный волк; ребёнок, у которого отняли мяч;
- испугаться как ... заяц, увидевший волка; птенец, упавший из гнезда;
- улыбнуться как ... кот на солнышке; само солнышко; хитрая лиса.

5. Рисование на тему «Моё настроение». После окончания работы, дети рассказывают какое настроение они изобразили.

6. Подведение итог. Проводится беседа с детьми, что им понравилось сегодня, а что огорчило.

7. Ритуал прощания. Один из детей придумывает как будут прощаться группа, на следующий день ребенок меняется.

8. Упражнение “ горячие ладошки”

Занятие 4. «Яркое солнышко».

Цель: осознание своего самочувствия, снижение эмоционального напряжения, уменьшение тревожности, снижение мышечных зажимов.

Материал: магнитофон, спокойная музыка; краски, ватман; песочница; мел.

1. Ритуал приветствия. Каждый день один из детей придумывает оригинальное приветствие.

2. Разминка. Упражнение «Злые и добрые кошки». На полу рисуем ручеек и по обе стороны становятся дети. Сначала они изображают злых кошек: дразнят друг друга и злятся. Затем они встают в центр ручейка и говорят друг другу ласковые слова. Далее беседуем о возникших чувствах.

3. Игра “ на что похоже моё настроение?”

Дети по кругу при помощи сравнения говорят, на что похоже настроение. Начинает психолог: « моё настроение похоже на белое пушистое облачко в спокойном голубом небе».

4. Упражнение «Закончи предложение». Детям предлагается закончить предложения. «Взрослые обычно боятся...; дети обычно боятся...; мамы обычно боятся...; папы обычно боятся...»

5. Упражнение «Угадай что спрятано в песке?». Дети делятся на пары. Один из пары прячет, что-то в песке, второй участник пытается это найти.

6. Подведение итог. Проводится беседа с детьми, что им понравилось сегодня, а что огорчило.

7. Ритуал прощания. Один из детей придумывает как будут прощаться группа, на следующий день ребенок меняется.

Занятие 5. «Наши страхи».

Цель: стимулирование аффективной сферы ребёнка, повышение психического тонуса ребёнка.

Материалы: магнитофон, спокойная музыка, краски, альбомные листы, большой лист бумаги, подушка.

1. Ритуал приветствия. Каждый день один из детей придумывает оригинальное приветствие.

2. Разминка. Упражнение «Петушиные бои». Дети разбиваются на пары (ведущий контролирует, чтобы пары были примерно равны по физической силе). Стоя на одной ноге, они дерутся подушками, проигрывает тот, кто наступит на вторую ногу.

3. Упражнение «Расскажи свой страх». Ведущий в качестве примера рассказывает детям о своем собственном страхе, тем самым показывая, что

страх – это нормальное человеческое чувство и его не надо стыдиться. Далее дети рассказывают о своих страхах.

4. Рисование на тему «Чего я боялся или боюсь». Дети рисуют свои страхи, не показывая никому.

5. Упражнение «Чужие рисунки». Детям по очереди показывают рисунки «страхов», которые только что нарисовали, и они все вместе придумывают чего боялись эти дети и как им можно помочь.

6. Подведение итог. Проводится беседа с детьми, что им понравилось сегодня, а что огорчило.

7. Ритуал прощания. Один из детей придумывает, как будут прощаться группа, на следующий день ребенок меняется.

Занятие 6. «Я больше не боюсь».

Цель: преодоление негативных переживаний, символическое уничтожение страха, снижение эмоционального напряжения.

Материалы: магнитофон, спокойная музыка, краски, альбомные листы, подушка, задорная музыка.

1. Ритуал приветствия. Каждый день один из детей придумывает оригинальное приветствие.

2. Разминка. Упражнение «Смелые ребята». Дети выбирают ведущего – он будет исполнять роль страшного дракона. Ребёнок становится на стул и говорит грозным голосом: «бойтесь, меня бойтесь!» Дети отвечают: «не боимся мы тебя!» Так повторяется несколько раз. От слов детей дракон постепенно уменьшается (ребёнок спрыгивает со стула), превращается в маленького воробушка.

3. Упражнение «Азбука страхов». Детям раздаются листки и затем предлагается нарисовать на них страшных героев и дать им имена. Затем каждый рассказывает о том, что нарисовал. Далее с помощью ведущего страшные герои превращаются в смешных, дорисовывая их.

4. Упражнение «Страшная сказка по кругу». Ведущий вместе с детьми сочиняет страшную сказку. Постепенно сказка с помощью ведущего должна перейти из страшной в смешную.

5. Упражнение «На лесной полянке». Детям предлагается представить, что они попали на красивую лесную поляну с различными ее жителями. Звучит музыка, а дети выполняют действия соответственно каждому жителю поляны (бабочке, кузнечику, муравью).

6. Подведение итог. Проводится беседа с детьми, что им понравилось сегодня, а что огорчило.

7. Ритуал прощания. Один из детей придумывает, как будут прощаться группа, на следующий день ребенок меняется.

Занятие 7. «Сказочный лес».

Цель: способствовать развитию умения передавать своё эмоциональное состояние через художественный образ, повышение уверенности в себе.

Материалы: магнитофон, спокойная музыка, краски, ватман или кусок обоев, макеты кочек,

1. Ритуал приветствия. Каждый день один из детей придумывает оригинальное приветствие.

2. Разминка. Упражнение «За что меня любит мама, папа, сестра и т.д.». Ведущий предлагает сказать детям за что их любят взрослые и за что они любят взрослых.

3. Упражнение «Прогони бабу – ягу». Ведущий просит представить детей, что в подушку залезла злая бабу – яга и ее нужно прогнать громкими криками.

4. Упражнение «Фигуры». Ведущий на доске рисует фигуры неопределенной формы, дети говорят, на какие страшные существа они похожи. Затем дети стирают эти фигуры сами или перечеркивают их.

5. Игра «Тропинка». Дети выстраиваются в затылок и идут змейкой по воображаемой тропинке. По команде ведущего они преодолевают воображаемые препятствия. «Спокойно идём по тропинке ... вокруг кусты,

деревья, зелёная травка... вдруг на тропинке появились лужи ...одна...вторая...третья. Спокойно идём по тропинке... перед нами ручей. Через него перекинут мостик. Переходим по мостику, держась за перила. Спокойно идём по тропинке... и т.д.

6. Подведение итог. Проводится беседа с детьми, что им понравилось сегодня, а что огорчило.

7. Ритуал прощания. Один из детей придумывает, как будут прощаться группа, на следующий день ребенок меняется.

Занятие 8. «Волшебная шкатулка».

Цель: формирование положительной «я-концепции», выявление положительных черт личности.

Материалы: магнитофон, спокойная музыка, шкатулка, мяч, краски, альбомные листы, начало страшной сказки.

1. Ритуал приветствия. Каждый день один из детей придумывает оригинальное приветствие.

2. Разминка. Игра «Сказочная шкатулка». Ведущий сообщает детям, что фея сказок принесла свою шкатулку – в ней спрятались герои сказок. Далее он говорит: «вспомните своих любимых сказочных героев и скажите какие они, чем они вам нравятся, как они выглядят». Далее с помощью волшебной палочки все дети превращаются в сказочных героев.

3. Упражнение «Конкурс боюсек». Дети садятся в круг. Одному из участников дается мяч, тот, кто его держит в руках должен назвать страх в таком предложении: «Я ... этого не боюсь!». Речь должна быть громкой и уверенной.

4. Упражнение «Дом ужасов». Детям предлагается нарисовать дом ужасов, после чего рисунки рвутся на мелкие части.

5. Упражнение «Придумай весёлый конец». Ведущий зачитывает детям начало детской страшной сказки, а дети придумывают смешное продолжение и окончание.

6. Подведение итог. Проводится беседа с детьми, что им понравилось сегодня, а что огорчило.

7. Ритуал прощания. Один из детей придумывает, как будут прощаться группа, на следующий день ребенок меняется.

Занятие 9. «Волшебник».

Цель: снижение психомышечного напряжения, закрепление адекватных форм проявления эмоций, развитие социального доверия

Материалы: магнитофон, спокойная музыка.

1. Ритуал приветствия. Каждый день один из детей придумывает оригинальное приветствие.

2. Разминка. Игра «Путаница». Дети выбирают одного водящего. Остальные дети запутываются, не расцепляя руки. Водящий должен распутать клубок.

3. Игра «Кораблик». Матрос – один из детей, остальные дети – кораблик в бушующем море. Матрос, находящийся на корабле, должен перекричать бурю: «Я не боюсь бури, я самый сильный матрос!». Затем матрос меняется с другим участником.

4. Рисование на тему «Волшебные зеркала». Ведущий предлагает нарисовать себя в трёх зеркалах, но не простых, а волшебных: в первом- маленьким и испуганным; во-втором – большим и весёлым; в третьем- не боящимся ничего и сильным. После задаются вопросы: какой человек симпатичнее? На кого ты сейчас похож? В какое зеркало ты чаще смотришься?

5. Упражнение «Волшебный сон». Дети ложатся на ковер и расслабляются. Ведущий рассказывает им сон, который им снится.

6. Подведение итог. Проводится беседа с детьми, что им понравилось сегодня, а что огорчило.

7. Ритуал прощания. Один из детей придумывает, как будут прощаться группа, на следующий день ребенок меняется.

Занятие 10. «Солнышко в руках».

Цель: освобождение от отрицательных эмоций, развитие социального доверия, повышение уверенности в своих силах повышение значимости в глазах окружающих.

Материалы: магнитофон, спокойная музыка, фотографии детей, краски альбомные листы.

1. Ритуал приветствия. Каждый день один из детей придумывает оригинальное приветствие.

2. Разминка. Упражнение «Неоконченные предложения». Детям предлагается ряд предложений, которые необходимо закончить: «я люблю...», «меня любят...», «я не боюсь...», «я верю...», «в меня верят...», «обо мне заботятся...».

3. Игра «Баба- яга». По считалке выбирается баба- яга. В центре комнаты рисуется круг. Баба- яга берёт веточку- помело и становится в круг. Дети бегают вокруг бабы- яги и дразнят её. «баба-яга, костяная нога. С печки упала, ногу сломала. Пошла в огород, испугала весь народ. Побежала в баньку испугала зайку!» Баба-яга выпрыгивает из круга и старается коснуться ребят помелом.

4. Игра «Комплименты». Дети берутся за руки и становятся в круг. Глядя в глаза соседа, ребёнок говорит: «мне нравится в тебе...». Принимающий кивает головой и отвечает: «спасибо, мне очень приятно!». Упражнение продолжается по кругу. Далее обсуждаются чувства, которые испытали дети при выполнении данного задания.

5. Упражнение «В лучах солнышка». Ведущий рисует солнышко, в лучах которой находятся фотографии детей. По сигналу психолога дети по очереди называют понравившиеся качества данного ребёнка, которые он показал на занятиях.

6. Подведение итог. Проводится беседа с детьми, что им понравилось сегодня, а что огорчило.

7. Ритуал прощания. Один из детей придумывает, как будут прощаться группа, на следующий день ребенок меняется.

