

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
им. В.П. АСТАФЬЕВА (КГПУ им. В.П. Астафьева)

Факультет начальных классов

Выпускающая кафедра педагогика и психологии начального образования

Чернова Яна Владимировна

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**ГЕНДЕРНЫЕ АСПЕКТЫ СНИЖЕНИЯ УРОВНЯ СТРАХОВ У
ПЕРВОКЛАССНИКОВ**

Направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы Начальное образование и русский язык

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Зав. Кафедрой доцент, кандидат псих. наук Мосина Н.А.
(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

18.06.2019 Мосина
(дата, подпись)

Руководитель

18.06.2019 Аликин
Доцент, кандидат биологических наук Аликин И. А.
(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

Дата защиты _____

Обучающийся Чернова Я.В. Черн - 18.06.2019
(фамилия, инициалы) (дата, подпись)

Оценка _____
(прописью)

Красноярск
2019

Содержание

Введение	3
Глава 1. Страхи в младшем школьном возрасте как психолого-педагогическая проблема	6
1.1 Теоретические подходы к пониманию страха в зарубежной и отечественной психологии и их классификация	6
1.2 Страхи младшего школьника	13
1.3 Феномен гендера в психологической науке	23
1.4 Рекомендации для родителей и учителя по снижению уровня страхов у первоклассников	28
Выводы по главе 1	30
Глава 2. Экспериментальная работа по выявлению страхов младших школьников	32
2.1 Критерии и уровни страхов младших школьников	32
2.2 Анализ результатов констатирующего эксперимента	36
2.3 Программа коррекционных занятий, направленная на снижение уровня страха у первоклассников	47
Выводы по главе 2	54
Заключение	56
Библиографический список	58
Приложение	62

Введение

Состояние страха испытывал, испытывает и будет испытывать каждый человек время от времени на протяжении всей своей жизни, с данной эмоцией знаком каждый с детства. Обычно людьми страх расценивается как отрицательная эмоция, влекущая за собой неприятные ощущения, для этого каждый старается избегать чувства страха.

Проблема страха актуальна для представителей любого возраста, но наибольшую важность она имеет для детей младшего школьного возраста, а конкретнее первоклассников, для которых данный важный момент жизни, как поступление в школу, является переломным. Это тот период, когда ребенок сталкивается с новой школьной обстановкой, правилами, новыми знакомствами, это тот период, когда у человека развивается самосознание. Ребенку побороться с данным состоянием гораздо сложнее, он нуждается в помощи. Редко нам может встретиться ребенок, у которого отсутствует чувство страха. По мнению ученых его может не быть, но до определенного времени.

Основные исследования эмоции страха и механизмов его возникновения приходятся на середину XX века. Данной проблемой занимались такие известные ученые и психологи как А.А Адлер, Л.С Выготский, С.Г Холл, З. Фрейд, Г. Салливан, А.И Захаров, В.И Гарбузов, В.А Гурьева.

В наше время тему страха рассматривают психологи Ю.Л Бердникова, Г.Г Моргулец, М.А Панфилова, И. В Сизикова.

Существует много различных методик по выявлению страха у детей, разработанными такими авторами, как М.А Панфилова, А.И Захаров, Р. Тэммл. Наиболее распространенными методами диагностики детских страхов являются опрос, наблюдение, тестирование.

«Бесстрашный» ребенок – счастливый ребенок. Он прежде всего любим своими родителями, проявляет любопытность, умеет справляться с трудностями, находит общий язык со сверстниками.

Страхи формируются у детей на базе психологических особенностей – впечатлительности, доверчивости, активной фантазии. Причинами страхов у детей начала XXI века являются конкретный случай, стихийные бедствия, причинение физического ущерба, угрозы, напряженные взаимоотношения.

Одни из причин страхов современных детей также, смена обстановки детского сада на школьную скамью, новые стандарты в образовании, социальное неравенство в школе. Многие из родителей не знают, как обеспечить своевременную помощь в эмоциональном неблагополучии ребенка. Выше сказанные причины подтверждают необходимость получения данных о содержании, интенсивности проявления, гендерных различиях и возрастной динамике детских страхов.

Большинство страхов имеют временный характер и если к ним своевременно и правильно отнестись, то они исчезнут бесследно.

Цель исследования: Изучение гендерного аспекта чувства страха у первоклассников и разработка программы коррекционных занятий, направленных на снижение уровня страха

Объект исследования: Страхи первоклассников

Предмет исследования: Гендерный аспект снижения уровня страхов первоклассников

Гипотеза: При поступлении в школу у детей наблюдается гендерное различие по количеству и интенсивности страхов, причем у девочек, по сравнению с мальчиками, чаще выявляются страхи, особенно социального характера, а у мальчиков страхов наблюдается меньше, но они значительны для каждого ребенка. Учет выявленных гендерных особенностей проявления страхов у первоклассников позволит снизить их уровень

Задачи:

1. Дать анализ теоретической и методической литературы по теме исследования
2. Определить актуальный уровень страха у первоклассников с помощью подбора критериев и диагностических методик

3. Провести констатирующий эксперимент с целью изучения уровня страха у первоклассников

4. Подготовить анализ результатов констатирующего эксперимента

5. Составить программу коррекционных занятий, направленную на снижение уровня страхов у первоклассников.

Методы исследования: Констатирующий эксперимент проводился с использованием теста тревожности Р. Тэмбла, теста М. Понфиловой «Страхи в домиках» и методики А.И Захарова «Нарисуй свой страх», которые позволяют дать качественный анализ детских страхов.

База исследования: Исследование проводилось в МБОУ гимназия №16 г. Красноярск. В качестве экспериментальной группы были выбраны учащиеся 1В класса, в количестве 26 человек, возраст 6-7 лет.

Глава 1. Страхи в младшем школьном возрасте как психолого-педагогическая проблема

1.1 Теоретические подходы к пониманию страха в зарубежной и отечественной психологии и их классификация

О страхе принято думать в негативном ключе, однако на самом деле нет практически ни одного человека (взрослого, ребенка), который бы не испытывал этого чувства.

В начале XX в австрийский психоаналитик Отто Ранк сформулировал теорию «травмы рождения». Согласно этой теории первичным прообразом всякого страха является ситуация рождения человека. Испытываемые во время появления на свет неприятные физические ощущения (боль, яркий свет, громкие звуки) вызывают страх и ощущение угрозы жизни. [3; с. 141]

К настоящему времени существует множество определений страхов. Вот одни из них:

Согласно Альфреду Адлеру, страх происходит от подавления агрессивного влечения, которое играет главную роль в обыденной жизни и в неврозе. [1; с. 32]

Страх - это эмоция, которую человек пытается избежать или свести к минимуму, но в то же время страх, проявляясь в мягкой форме, способен побуждать к научению. [19; с. 84]

Страх - это состояние опасения, сосредоточенного на изолированных и могущих быть узванными угрозах, так что их можно трезво оценить и реалистически противостоять им. [52; с.67]

Страх - это проявление естественного рефлекса. [33; с. 156]

Для человека существует две угрозы, имеющие универсальный и одновременно фатальный в своём исходе характер. Это смерть и крах жизненных ценностей, противостоящие таким понятиям, как жизнь, здоровье, самоутверждение, личное и социальное благополучие.

Страх - это одна из фундаментальных эмоций человека, возникающая в ответ на действие с угрозой для жизни. [11; с. 64]

Лев Семенович Выготский считал, что: «Страх - сильная эмоция, оказывающая достаточно значительное влияние на поведение индивида. [4; с.324]

Проблематика детского страха имеет не такую и давнюю историю в психологической науке. Представитель биогенетического направления Стэнли Холл говорил, что ребенок переживает в процессе своего развития страхи, которые ранее испытали сначала животные, а только затем люди. Страх перед животными более чем другие виды страха, походит на позабытые рефлекс и психические состояния первобытного человека, наличие которых у современного ребенка нельзя объяснить ни фактами из его жизни, ни нынешними условиями существования.

Зигмунд Фрейд называл проблему страха "узловым пунктом, в котором сходятся самые важные вопросы". [39] Он утверждал, что страх – есть продукт биологической и психической беспомощности ребенка. Условием возникновения страха является потеря объекта. Страх во многом целесообразен. Ребенок с самого детства развивается, его независимость от родителей увеличивается.

Основной особенностью теории Гарри Салливена является представление о том, что переживания страха и тревоги различны по своей природе. Страх происходит из ощущения угрозы физико-химическим потребностям, необходимым для поддержания жизни. Тревога рождается из отношений между людьми. Ювенильный возраст (6-10лет), обозначенный Г.С Салливином обладает, с его точки зрения, особой спецификой. В этом возрасте происходит стремительное развитие способности системы к самоконтролю. Это позволяет ребенку овладеть многими обеспечивающими безопасностью операциями, освоить способы освобождения от беспокойства.

В отечественной психологии изучение страха у детей вошло в рамках концепции невротизма и невротического развития личности. В данном случае авторы не создавали собственные концепции детского страха, а в рамках своих задач вносили ряд важных замечаний, связанных со

спецификой детского страха. Наталья Львовна Жуковская говорит о страхе как о группе психогенных состояний с ведущим синдромом страхов. Валерия Александровна Гурьева выделяет невроз страха, как выявленный из шоковой реакции, под влиянием травмирующей ситуации. Первый характеризуется паническим страхом, а второй - страхами, носящими навязчивый характер. Татьяна Симпсон заявляет, что любое явление, возникшее неожиданно, может стать источником страха. Вышеприведенные и другие авторы данного направления, говоря о детском страхе, в первую очередь описывали клиническую картину "невроза страха", его классификацию, уделяя небольшое количество места его возрастным особенностям. Однако в отечественной психологии есть ряд ученых, уделявших большое внимание страху в дошкольном и младшем школьном возрасте. Вилен Исаакович Гарбузов разрабатывал концепцию неврозов у детей. Он отмечал, что за всеми страхами ребенка стоит неосознаваемый или осознаваемый страх смерти. О периоде перехода дошкольника в младший школьный возраст он говорил, что в этом возрасте малыш познает всю свою беспомощность и сложность окружающего мира, с этого возраста он начинает задумываться о смерти. [12; с. 325]

Согласно А.И. Захарову, осознание опасности закладывается в процессе жизненного опыта и межличностных отношений, когда некоторые для ребенка раздражители постепенно приобретают характер угрожающих воздействий. В таких случаях можно говорить о появлении травмирующего опыта, психологическом заражении страхом от окружающих ребенка лиц.

Младший школьный возраст (6-10 лет) - это возраст, когда находят общую точку соприкосновения инстинктивные и социально опосредованные страхи. Инстинктивные, преимущественно эмоциональные формы страха - это непосредственно страх как аффективно воспринимаемая угроза для жизни, в то время как социальные формы страха являются ее интеллектуальной переработкой. При уменьшении реальных, но объективно не таких "страшных" страхов (одиночества, высоты т.п.) и увеличении

объективно существующих, социальных страхов (школы, отметки, плохого поведения и пр.) у детей большое место занимают так называемые фантастические страхи темных сил, драконов, магических существ, и прочего, которые могут появляться в их сновидениях. [10; с. 220]

На ранних ступенях социального развития, ребенок первых лет жизни боится всего нового и неизвестного, одушевляет предметы и сказочные персонажи, опасается незнакомых животных и верит, что он и его родители будут жить вечно.

У детей, живущих в отдельных квартирах, страхи встречаются чаще, чем у детей из коммунальных квартир, особенно у девочек. [10; с.215] В коммунальной квартире много взрослых и сверстников, возможностей для совместных игр и меньше страхов. В отдельных квартирах дети лишены непосредственного контакта друг с другом. У них больше вероятность появления страхов одиночества, страшных снов, темноты, чудовищ и т.д. [10; с. 217]

Недостаточная игровая активность, а также потеря навыков коллективной игры предполагает развитие у ребенка чувства страха. Отсутствие шумных и подвижных игр обедняет эмоциональную жизнь, приводит к ранней и односторонней интеллектуализации психики. В результате, чтобы устранить страхи, приходится применять уже в специально создаваемых условиях те же игры, в которые могли бы играть, но не играют современные дети. [9; с. 143]

Чувство страха у ребенка может вызвать часто испытываемые матерью психические перегрузки. Работающая и стоящая во главе мать в частых случаях бывает раздражительна в общении со своими детьми, после чего у детей происходят ответные реакции беспокойства.

У девочек гораздо больше страхов, чем у мальчиков. Страхи у девочек более прочно связаны с формирующейся структурой личности, и с ее эмоциональной сферой.

Страхи, сохраняющиеся в памяти беспокойных родителей, могут передаваться детям в процессе общения. Большое количество страхов переходят к детям неосознанно, но некоторые опасения, могут сознательно внушаться родителями в навязчивой форме. Мать изначально находится в более тесном контакте со своим ребенком, поэтому большая вероятность передачи чувства страха от нее, нежели от отца. Отцы могут передавать мнительность, сомнения в правильности своих действий. Вместе это и порождает новые страхи и всяческие беспокойства у детей.

В настоящее время существуют различные классификации страхов. Современные психологи делят страхи на виды:

- а) сверхценные страхи.
- б) навязчивые страхи;
- в) бредовые страхи

К навязчивым страхам относятся:

- 1) гипсофобия - страх высоты,
- 2) клаустрофобия - боязнь закрытых пространств,
- 3) агорофобия - боязнь открытых пространств,
- 4) ситофобия - боязнь принимать пищу и т.д.

Данные страхи ребенок испытывает в определенных ситуациях, начинает бояться обстоятельств, которые могут их вызвать.

Бредовые страхи – страхи, причина которых неизвестна. Например, как мы можем объяснить, почему ребенок боится надеть варежки или другой предмет одежды. [16; с. 263]

Сверхценные страхи. Изначально они принадлежат какой-то определенной жизненной ситуации, а затем они становятся значимыми в жизни ребенка и ни о чем, кроме них ребенок не может думать. К таким страхам мы можем отнести боязнь отвечать у доски или заикание. Самым распространенным является страх смерти. У детей младшего школьного возраста проявляется не на прямую, а через другие страхи. К страху смерти

можно отнести: страх темноты, сказочных персонажей, а также страх нападения, воды, огня, боли и резких звуков. [16; с.264]

Так же страх можно разделить на ситуативный и личностный.

Ситуативный страх может возникнуть в необычной и опасной для взрослого или ребенка ситуации, например, нападение животного. Данный страх появляется в результате паники.

Личностно-обусловленный страх предопределен характером человека, способен проявляться в новой обстановке или при контактах с незнакомыми людьми. Эти страхи могут дополнять друг друга.

Страх реальный или воображаемый, острый и хронический. Реальный и острый страхи предопределены ситуацией, а воображаемый и хронический – особенностями личности.

Выделим факторы, участвующие в возникновении страхов:

- 5) наличие страхов у родителей, в главной степени у матери;
- 6) тревожность в отношении с детьми, излишнее предостережение от опасных ситуаций
- 7) излишняя ранняя рационализация чувств ребенка, обусловленная чрезмерной принципиальностью родителей или их эмоциональным неприятием детей;
- 8) большое количество запретов со стороны родителя того же пола или полное предоставление свободы ребенку родителем другого пола и также угрозы исходящие от родителей.
- 9) отсутствие возможности для ролевой идентификации с родителем того же пола в большей мере у мальчиков, создающие проблемы в общении со сверстниками.
- 10) конфликтные отношения между родителями в семье;
- 11) психические травмы типа испуга, обостряющие возрастную чувствительность детей к различным страхам;
- 12) заражение страхами на психологическом уровне в процессе общения со сверстниками и взрослыми.

Причины возникновения страхов

Откуда берутся страхи? Многие психологи замечают предрасположенность к детскому неврозу страха в эмоциональном состоянии матери во время беременности.

Испытанное младенцем беспокойство в период внутриутробного развития развивает мотивы для последующих проявлений чувства страха на психологическом уровне. Так же на появление страхов в детском возрасте оказывает влияние протекание самих родов: осложнения, невозможность родить собственными силами, асфиксия. [21; с. 53]

Одной из причин детских страхов является – конкретный случай, который напугал ребенка. Но не у всех детей развивается стойкий страх. Во многом это зависит от особенностей характера малыша, его тревожного состояния, мнительности, неуверенность в себе и многих других свойств.

Причиной детских страхов могут стать многочисленные запреты со стороны родителей или воспитателей, а также гнев и угрозы в адрес ребенка. Внушительные страхи. Их источник - взрослые, окружающие малыша, которые непроизвольно, через-чур эмоционально, предупреждают ребенка об надвигающейся опасности, часто даже не обратив внимание на то, что его напугало больше: сама ситуация или реакция на нее взрослого. Страхи могут остаться на всю жизнь. С возрастом страх ослабнет, но не исчезнет.

Детская фантазия как причина. Нередко ребенок сам себе придумывает предмет страха. Многие из нас в детстве боялись темноты. Потому, что в темноте перед нашим взором оживали монстры и призраки, а из каждого угла на нас набрасывались чудища. Каждый ребенок по-разному реагирует на такие фантазии кто-то может легко все забыть, а у кого-то беспокойство отложится в памяти.

Внутрисемейные конфликты, как одна из причин появления страха. Когда родители ругаются, ребенок начинает чувствовать свою вину, он считает себя причиной их ссоры.

Зачастую причиной страха у ребенка могут стать взаимоотношения со сверстниками. Если в детском коллективе не принимают ребенка, обижают его и при этом малыш не желает ходить в школу, вероятно, что он боится быть униженным в кругу сверстников. Нередко дети рассказывают страшные истории друг другу, что тоже можно рассматривать как одну из причин страха.

Причиной страха является также – наличие более серьезного расстройства- невроза, которое должны диагностировать и лечить медики.

И. М. Марковская выделяет такие причины возникновения детских страхов, как:

А) Традиционализм отношений в семье.

Б) Эмоциональный шантаж и предчувствия. [23; с. 57]

«Смотри, как мне плохо, когда ты так себя ведешь...» или «Таким поведением ты добьешься моей смерти»- знакомые многим слова. Ворчливость, воспитание ребенка на людях – типичный тому пример. Ребенок начинает испытывать обиду, начинает накручивать, что может произойти страшное.

Детский страх может перейти в агрессию, в подростковом возрасте, дети начинают убегать из дома, тем самым показывая свое безразличие неуважение к родителям.

1.2 Страхи младшего школьника

«Первый раз, в первый класс!» Наступила новая пора, ребенок пошел в первый класс, знаменательное событие как для ребенка, так и для его родителей. Несмотря на предварительную подготовку, начинаются слезы и родительское сердце разрывается. Порог школы преодолевается с большим трудом. Некоторые дети в первые дни пребывания в новой обстановке, чувствуют себя одинокими, остаются в состоянии грусти, что мешает их игровой активности и новым знакомствам. Другие наоборот чувствуют себя комфортно, играют, бегают, не могут усидеть на месте, что говорит о том, что ребенок также не привык к новым условиям, резкая смена детского сада

на школьную скамью влияет на каждого ребенка по-разному. В основном, эти страхи уменьшаются после нескольких недель, благодаря той радости, которую ребенок начинает получать в процессе обучения, совместной деятельности и способности заводить новых друзей. Но у некоторых детей страх школы не исчезает. Учитель начальной школы первым привлекает внимание родителей к поведению ребенка. Они наблюдают за развитием детей, к возможности социализации. Одни дети могут скучать в школе, другие проявляют агрессию к учителям, не могут слушать учителя. Можно сказать, что все мы проходим испытание тревогой разделения, но имеются более болезненные моменты в жизни.

В любом случае возможность покинуть семью, чтобы спокойно идти в школу-это необходимый этап эволюции психики каждого и важно помочь ребенку пройти его.

Страх «несоответствия»

Первый класс — время решать задачу, как вписаться в коллектив, как же соответствовать требованиям и ожиданиям родителей и первого учителя, как принять новую для себя социальную роль ученика, которому приходится делать не только то, что хочется, но и то, что надо. Если в дошкольном возрасте присутствую страхи, основанные на инстинкте самосохранения, то в школьном — страхи, имеющие социальную природу. Поэтому становится понятно, до какой степени уязвим «переходный» возраст 6-8 лет, когда первая группа страхов еще актуальна, но пришло время появиться и страхам из второй группы. Малыш-первоклашка стремится заслужить внимание, уважение, понимание, он очень хочет получить высокий социальный статус (в зависимости от уровня притязаний это звучит как «быть лучшим» или хотя бы «не быть худшим»). Более того, в этом возрасте уже сформирована совесть, что также становится источником тревог и страхов: стыдно и неприятно опоздать на занятия, не выучить урок и получить плохую оценку, подвести свой класс в соревнованиях и т.д.

Причин для страхов становится еще больше. Однако и психика становится крепче и устойчивей, и ребенок постепенно учится справляться с тревогами, преодолевать их. Что делать если страх несоответствия все же слишком силен?

Ни в коем случае не перегружать ребенка ответственностью, не давить неудачами. Но и не спускать все с рук. Перед поступлением в первый класс не стоит нагружать школьными обязанностями и не грозить ребенку, если вдруг он не справится. Не стоит делиться «страшными воспоминаниями» из детства.

Боязнь «плохих оценок»

Почти каждый школьник имеет страх получить оценку, неудовлетворяющую его способностям. А что будет, когда я вернусь со школы домой и скажу об этом родителям? Какое мнение сложится обо мне у моих одноклассников? В общем причин бояться получить плохую отметку, достаточно. Очень важно научить ребенка не бояться плохих оценок. В будущем это поможет ему проще относиться к своим неудачам. Как бороться с этим страхом?

Для начала объяснить ребенку, что смысл учебы не заключается в удачах и неудачах. Важно в школьные годы научиться приобретать полезные жизненные навыки, научиться понимать окружающих, налаживать отношения. Чтоб научить ребенка не бояться плохих оценок и ошибок, расскажи ему, что обучение – длительный, медленный процесс, продолжающийся всю жизнь. И если все время думать об оценках, то времени на учебу не хватит. Расскажите о своих плохих оценках и ошибках. Признавая свои ошибки, у ребенка появится желание поделиться своими победами и неудачами.

Страх отвечать у доски

Довольно распространенное явление. Ребенок начинает молчать игнорировать учителя, находясь у доски. Страх встречается у учащихся разного возраста — как у малышек, так и детей старшего возраста. Данный

страх вызывает проблемы в учебной деятельности ребенка, может привести к боязни публичных выступлений в дальнейшей жизни. В чем же может выражаться страх отвечать у доски? Логично, страх может быть вызван тем, что ребенок просто не выполнил домашнее задание, не подготовился к уроку, иногда это может быть вызвано некими психологическими причинами. Ребенку нужно помочь справиться с представленным видом страха, поняв его причину.

Страх опоздать в школу

Ребенок идет в первый класс, для него это глобальная смена обстановки, стрессы и переживания. Детский сад – это пора, когда ты мог отдохнуть, поспать, поиграть. Школа – совсем иная структура, возрастает зона ответственности. Проснувшись утром, возникает первая мысль: «не опоздать!» Как с ним справиться?

Нужно объяснить ребенку, что ничего страшного не произойдет. Учитель не ударит, одноклассники смеяться не будут и тд. Нужно помочь организовать собственное время, чтобы таких ситуаций лишний раз не происходило.

Как мы уже заметили существует не мало страхов в школе. Но жизнь ребенка отнюдь не ограничивается одними школьными страхами. Итак, с какими страхами может встретиться ребенок вне школы.

Страх перед животными

Встречаются дети, которые боятся животных. Такой страх появляется либо после неудачного опыта ребенка с животными, либо кто-то из взрослых родственников или сверстников поделился своими собственными страхами. Также это может появиться от прямого внушения. («Отойди от собаки-укусит!») Что делать если такой страх появился у вашего ребенка? Самая главная задача родителя-начать с себя, проработкой своих страхов, иначе ваши страхи вы того не замечая передадите своему ребенку. Нужно постараться воспитать в ребенке осторожность перед незнакомым животным,

то есть привить основные навыки, которыми должны уметь пользоваться дети. Такие навыки как: не дразнить животное, не размахивать перед ним руками или не бежать. Главное не шутите над страхами ребенка, не нужно высмеивать «трусишку», в особенности при посторонних людях, так как такое унижение не забывается, также не нужно сравнивать с другими детьми, все это может только усугубить ситуацию.

Боязнь врачей и больниц

Данный страх очень распространен среди детей. Первоосновой страха является конечно же, инстинкт самосохранения. Чаще всего такой страх проявляется у детей тревожных родителей, которые сами трепещут перед «людьми в белых халатах». Посещение стоматолога, педиатра и др. может превратиться в испытание как для самого ребенка, так и для его родителей.

А если нужно поставить прививку или сдать анализ крови? Так это совсем беда! Как с этим справиться и чего лучше не делать?

Главное не заводить разговор с ребенком накануне визита к врачу, не беседовать с друзьями родными на тему некомпетентности врачей, не обсуждать все возможные «несчастные случаи», даже если вам кажется, что ребенок вас не слышит. Не стоит также обманывать ребенка: мол, «врач ничего делать не будет»-в этом случае ребенок вправе спросить, а зачем вообще тогда идти к врачу.

Правильный вариант-спокойно объяснить сыну или дочери, что визиты в поликлинику необходимы для здоровья. Это обычная жизнь каждого человека, и ничего страшного не произойдет. Нужно следить за своим здоровьем, чтобы быть сильным и бодрым. Если вы пришли в больницу и ваш ребенок увидел плачущего «собрата по несчастью». Лучший способ выхода из ситуации «научить не бояться», как-то отвлечь ребенка.

Пообещать взамен посещения врача, приобрести любимое мороженое, понравившуюся игрушку и т.д.

Страх смерти

Данный страх по интенсивности самый сильный. Обычно страх смерти впервые пугает ребенка во сне, когда видится своя смерть или кого-либо другого. Существует поговорка «Снится смерть-к долгой жизни!». Но сейчас не об этом, появления этого страха вызвано из реальной жизни, если ребенок присутствовал на похоронах, смерть домашнего любимца, сообщение в новостях о катастрофе с жертвами, просмотр фильма в котором герой погибает. Можно назвать данный страх, как сигнал, о том, что ребенок начинает взрослеть, и его мысли и чувства приобрели некую глубину. Во сне появляются сюжеты о том, что они умерли, им снятся похороны (особенно впечатлительным детям), снятся какие-либо опасные ситуации, заканчивающиеся гибелью: «Меня съел лев», «Застрелили разбойники» и т.д.

Что нужно делать? Как с этим бороться? Нужно просто пережить этот период, дать ребенку понять «правила игры» для живых существ на этой планете. По возможность постараться оградить его в этот период от «тяжелых» фильмов, телепередач, домашних скандалов, посещения больниц, разговоров на тему «как страшно жить». Рано или поздно страх угаснет. А пока старайтесь ребенка настроить на позитив, что перспективы его жизни куда ярче и интереснее. Важно дать понять, что болезнь вовсе не подразумевает кончины. Лучше привести пример. Ситуация может осложниться, если страх совпал с реальной смертью. Вероятнее всего, в этом случае понадобится помощь детского психолога.

Боязнь темноты

Этот страх из тех, что остаются с ребенком надолго: появившись в два года, он может преследовать его чуть ли не до подросткового возраста. Страх темноты отчасти отражение и порождение страха смерти и прекращения существования. Кто в детстве не боялся темноты? Думаю, каждый с этим состоянием встречался. Боязнь темноты-страх перед некими неуправляемыми и опасными силами. Чаще всего страх связан со страхами перед фантастическими и сказочными существами, так как именно в темноте

все они «оживают» у нас воображении и от них трудно защититься. Причина бояться темноты состоит в том, что она неотъемлемая часть ночи. Ночью ребенок понимает, что он находится в своей комнате совсем один, родители спят, его некому защитить. В его воображении предстает картина: «Он на своей кроватке, вокруг холодная вода, а если опустить ногу на пол, ее обязательно схватит акула». На что только не способно детское воображение! Все эти причины наводят на ребенка жути. Но разве невозможно с этим справиться? И чего, напротив, нельзя делать в данной ситуации?

Во-первых, чтобы не спровоцировать страх собственными действиями, нельзя наказывать ребенка, запирая в одиночестве в темной комнате. Во-вторых, необходимо сделать ритуал засыпания максимально комфортным. Укладывая ребенка вечером, постарайтесь не перевозбудить его подвижными играми и громкими криками перед сном, не выключайте ночник в комнате и не оставляйте ребенка одного. Почитайте сказку (без чудовищ и опасностей), обнимите ребенка и не уходите из его комнаты до тех пор, пока он не уснет. Лучше потратить полчаса, укладывая сына или дочку вечером, чем провести полночи в борьбе с кошмарами. Однако в трудных случаях рекомендуется обратиться к детскому психологу.

Страх перед огнем

Страх этот достаточно конструктивный, он мобилизует в случае опасности и предохраняет ребенка от нее. Тем не менее, страх перед огнем может из помощника стать бедствием, если ребенок столкнется с психотравмирующей ситуацией в действительности - например, увидит настоящий пожар совсем близко или уже получит сильный ожог. В это случае страх, может закрепиться и ребенок будет вскрикивать даже при виде огонька зажигалки главное, чтобы она была не в его руках). Как справиться с данным страхом?

Лучше всего спокойно объяснить, что огонь в добрых и умелых руках – это свет и польза. Конечно, с одной стороны, есть и пожары, и вулканы, но с

другой – огонь на плите, чтобы греться и петь песни, маяк, который поможет не заблудиться в темноте.

Боязнь воды

Вода-это жизнь. Казалось бы, в раннем возрасте малыш любил плюхаться в ванне, купался и резвился в воде. Но вдруг наступил страх, ребенок боится зайти в воду даже покалено. На берегу водоема, часто можно увидеть, ребенка, которого буквально силком волокут воду. Ребенок всячески сопротивляется. Родители в недоумении. Как поступить в данной ситуации?

Нельзя заставлять заходить в воду насильно, можно просто облить ребенка небольшим количеством воды, при этом он должен стоять на берегу.

Дома, лучше потренироваться в ванне окунать голову в воду. Так как чаще всего причина кроется в том, что при попадании воды в лицо, образуется нехватка кислорода, ребенок боится захлебнуться. Следует поучиться задерживать дыхание. Когда ребенок это усвоит, можно полить ему на голову из небольшой емкости воду во время игры с ним. Когда вы поймете, что ребенок перестал бояться, можно смело выезжать на природу.

Страх высоты

Если ребенок любит забираться на высокие горки, деревья, не испытывая при этом страха, родители, начинают внушать ребенку ужасы последствий в виде разбитой головы, сломанных рук или ног, что формирует в ребенке страх перед ситуацией.

Страх ребенка может со временем усиливаться и может стать проблемой в школе, на занятиях спортом, во время игр со сверстниками. Страх может вызывать насмешку, что приведет к другим последствиям.

Чтобы помочь, внимательно присмотритесь к его поведению. Разговаривайте с ребенком – объясните ему, что большинство ситуаций не представляет серьезной опасности. Необходимо рассказать о правилах поведения на улице.

Приводите примеры из жизни героев книг и мультфильмов, когда персонажу приходилось преодолевать трудности и бороться со страхом. Вспомните истории из своего детства. Ребенок должен чувствовать, что может рассчитывать на вашу поддержку.

Если приступы страха достаточно сильны –попытайтесь на время отвлечь ребенка от проблемы и переключить его внимание на любой интересующий предмет.

Боязнь клоунов

Довольно интересный страх у детей боязнь «человека с красным носом». Если расспросить людей о том, как они относятся к клоунам, можно получить очень разные ответы - от обожания этих творцов смеха до панического ужаса. Видимо при виде на лице клоуна маски и большого количества грима, взрослые люди начинают относиться с презрением, что касается и детей. Страх наводит и то, что в фильмах у клоунов в руках могут находиться, совсем не разноцветные шарики, и привлекающие детей игрушки, а совсем иные предметы. Но с данным страхом нужно бороться, так как вашему ребенку в жизни придется сталкиваться с клоунами, в кафе, на дне рождения у сверстников.

Для того чтобы предупредить страх, нужно донести до ребенка, что клоун - это только смешной образ, и в клоунском костюме может оказаться и папа, и старший брат, и сам ребенок может примерить круглый нос и рыжий парик.

На некоторых праздниках, детям красочно разрисовывают лица гримом, пусть ребенок поучаствует в этом действе, это поможет понять, что под маской находится обычный человек, а не загадочный, непонятный персонаж. Посмотрите позитивный мультфильм, прочитайте волшебную сказку о добром клоуне. Посетите цирк.

Боязнь летать

Бывает так, что дети боятся летать, а перелет неизбежен. Зачастую ситуация усугубляется настолько, что перед самым вылетом приходится сдавать билеты. Тем не менее, есть ряд рекомендаций, направленных на борьбу с данным страхом.

Что нужно сделать, чтобы ребенку захотелось полететь на самолете?

В первую очередь, обратите внимание на свое настроение. Будьте спокойны, ведь дети чувствуют ваше состояние и перенимают его. Даже если вы сами переживаете по поводу полета или даже боитесь летать - возьмите себя в руки. Страх - это совершенно нормальная реакция человека на действия, несвойственные ему от природы.

В присутствии детей не стоит вести разговоры, которые могут напугать ребенка. В силу возраста и хорошего воображения дети превратят ваш рассказ в настоящий фильм ужасов, в котором они же будут играть роль жертвы. При детях не смотрите негативные передачи об авиации. Такая информация может полностью отбить у вашего ребенка охоту к авиапутешествиям. Начинайте готовиться к полету заранее. Больше рассказывайте о том, как интересно летать на самолете, какие красивые картины вы увидите из окна и как быстро вы прилетите в далекую прекрасную страну. Если ребенок проявляет интерес к технике, сделайте упор на эту тему. Можете даже показать ребенку видеоролик о том, как устроены самолеты. Если в вашем городе есть аэропорт, обязательно воспользуйтесь этой возможностью и покажите ребенку, как самолеты взлетают и заходят на посадку. В это же время сыну или дочери можно рассказать о том, что ежедневно самолеты отправляются в дальние города и страны, откуда потом возвращаются целые и невредимые.

Синдром страха в ситуации развода родителей

Очень часто дети растут в неполных семьях или с приемными родителями. В таком случае появляется особый страх связанный с разводом

родителей. Первое, что приходит в голову ребенку, это то, что он виноват в данной ситуации. Это ощущение усиливается воспоминаниями, то что ссоры родителей происходили на основе воспитания. Страх быть плохим, вынуждает ребенка плакать, просить прощения, пытаться дать обещание вести себя хорошо, только чтобы мама с папой не развелись. Чувство вины дает толчок к злым желаниям, которые приводят к плохим поступкам.

Иногда долгие годы после развода, возникает опасение что, если один родитель ушел из семьи, значит его может покинуть и второй. В данном случае возникает страх потери любви. У ребенка появляются агрессивные импульсы, направленные на родителей за то, что они лишили его любви. Ребенок в любом случае переживет данный страх, но родители должны помочь ребенку преодолеть страх, хотя бы тем, что обсудить их, и разъяснить что ребенок ни в чем не виноват.

Страх перед родителем

Если в семье доминирует мать, то зачастую страхи наиболее ярко проявляются у детей, нежели если во главе семьи будет стоять отец. Чувствительно относятся дети в младшем школьном возрасте к конфликтным отношениям их родителей. Если дети замечают, ссоры родителей, то число страхов будет выше чем, когда складываются благополучные отношения. Страхи могут увеличиваться с возрастом, зачастую в неполных семьях.

Наиболее подвержены чувству страха единственные дети в семье, которые окружены всеми заботами и тревогами в семье. Как выявлено, единственный ребёнок находится в тесном, эмоциональном контакте с родителями и легко перенимает их беспокойство, если оно имеется. Родители, стремятся реализовать развитие своего малыша, опасаясь при этом, что он не будет соответствовать их ожиданиям. В результате у детей может возникнуть страх не соответствовать требованиям своих родителей.

1.3 Феномен гендера в психологической науке

Долгое время в отечественной психологии проблематика пола была представлена настолько слабо, что это дало основание И.С. Кону назвать её «бесполой» [23; с.135]. Актуальность и малая разработанность проблемы привела в последние годы к увеличению гендерных исследований представителями различных наук, прежде всего социологов, психологов и экономистов.

Как отмечает И.С. Клецина, существуют два противоположных подхода, обосновывающих дифференциацию полов: половой диморфизм и половой символизм.

Согласно первому подходу, половая дифференциация - универсальный биологический процесс, который культура только оформляет и осмысливает с теми или иными вариациями. С позиций второго подхода гендерная дифференциация не тождественна половой дихотомии, связанной с половым диморфизмом, поскольку она связана с конструированием полов в течение жизни, то есть ориентация на половую роль мальчика или девочки не имеет врожденной основы.

Именно второй подход обусловил появление в науке понятия «гендер», понимаемого как культурно установленный коррелят пола. Сегодня многими авторами признаётся, что гендерная поляризация - это организация социальной жизни вокруг различий между мужчинами и женщинами: изобретение культурных связей между полами и любые другие аспекты человеческой деятельности, включая моду, социальные роли, способы выражения эмоций.

В 1970-е годы на Западе сформировалась теория новой психологии пола, согласно которой пол биологический (хромосомный и гормональный) может лишь помочь определить потенциальное поведение человека, а главное – это пол психологический, социальный, который усваивается

прижизненно. На его формирование оказывают влияние классовые, этнические, расовые вариации половых ролей и ожидания [22; с. 174].

Другая теория - социального конструирования - выдвигает два постулата:

1) гендер строится посредством социализации системой гендерных ролей, семьей, средствами массовой информации;

2) гендер конструируется самими индивидами - на уровне их сознания, принятия заданных обществом норм и ролей и подстраивания под них.

Основные понятия теории социального конструирования гендера:

- а) гендерная идентичность - принятие женских или мужских черт, возникающая, в результате процесса взаимодействия «Я» и других;
- б) гендерная идеология – система идей, посредством которых гендерные различия и гендерная стратификация получают социальное оправдание,
- в) гендерная дифференциация – процесс, в котором биологические различия между женщинами и мужчинами наделяются социальным значением и употребляются как средства социальной классификации;
- г) гендерная роль – социальные ожидания, а также поведение в виде речи, жестов, одежды и манер. [19; с. 237]:

На протяжении жизненного пути материалом для построения гендера служит вся система того, что в данной культуре связывается с мужественностью и женственностью. Учителя, другие дети, родители других детей, родственники, игрушки и телевидение.

Младший школьный возраст характеризуется восприимчивостью к внешним влияниям, податливостью к эмоциональному воздействию и поэтому является сензитивным для формирования психологической гендерной идентичности [13].

Формирование гендерной идентичности у мальчиков и девочек представляется по единой схеме и отличается качественным своеобразием.

Наиболее важное условие формирования гендерной идентичности - идентификация ребенка с своими родителями. Девочкам значительно легче идентифицировать себя с родителем того же пола, поскольку ожидания общества, ближайшего круга родственников, усвоения приоритетных ценностей и требований к поведению не противоречат друг другу. У мальчиков процесс формирования гендерной идентичности сопровождается действующим противоречием между требованиями, которые предъявляются фемининным окружением к детям обоего пола, и маскулинными ожиданиями общества к проявлению ими определенного набора психологических качеств таких как активность, соревновательность, борьба. [22, с 65].

Проведенное Е. В. Лабутиной исследование формирования полоролевых стереотипов в младшем школьном возрасте показало, что они (стереотипы) формируются под влиянием стереотипов родителей. Мальчики присваивают преимущественно гендерные и внегендерные качества отцов. Девочки присваивают себе качества обоих родителей [26, с 132]

Полоролевые стереотипы у младших школьников формируются под влиянием телевидения. Интересные школьникам телепередачи меняют гендерные и внегендерные характеристики в структуре полоролевых стереотипов детей на каждом этапе формирования. Полоролевые характеристики родителей и интересных для детей телеперсонажи, становятся для них, как для мальчиков, так и для девочек, эталонными и входят в поло ролевые стереотипы на протяжении возрастного периода.

Анализ отечественной педагогической практики, проведенный А. В. Дресвяниной, свидетельствует, что современная школа ориентирована на формирование гендерной идентичности, основанной на стереотипах в отношении женщин и мужчин. Наиболее устойчивыми представлениями являются: способность мальчиков к точным наукам, а девочек – к гуманитарным, а также ориентация на исполнение семейных и профессиональных ролей по признаку пола; приписывание альтернативных социально-психологических качеств и т.д.

Специфика гендерных взаимоотношений младших школьников, характеризующих девочек и мальчиков новым социальным статусом "школьник/школьница", проявляется в ведущем виде общения – взаимоотношениях в процессе учебной деятельности, в ходе которых дети пытаются понять организацию взаимоотношений между людьми разного пола:

1) со взрослыми (оценки учителей более значимы, чем оценки родителей, так как достижения и неудачи начинают приобретать официальный характер; взаимоотношения со взрослыми, должны быть основаны на уважении, заботе и любви, тогда они будут способствовать воспитанию дружных взаимоотношений полов);

2) со сверстниками своего пола (однополые компании наиболее предпочтительны для детей);

3) со сверстниками другого пола (наблюдается принудительная политика разделения социумов, сопровождающаяся открытым противостоянием и скрытым интересом к противоположному полу);

4) с самим/самой собой (развитие внутреннего мира)

В психологической литературе для объяснения передачи гендерной информации от родителей к детям в последнее время наиболее популярна теория гендерной схемы С. Бэм. Родители обращаются с детьми так, чтобы дети приспособились к нормативным ожиданиям в обществе. Мальчиков поощряют за энергию и активность, а девочек – за послушание и заботливость.

Ф. Блок прослеживала развитие группы мальчиков и девочек в течение 40 лет. За это время она обнаружила, что родители дочерей воспитывали так, чтобы они выражали свои чувства и были доброжелательны и открыты в отношениях с окружающими. Сыновей же поощряли за проявление независимости и учили, что надо контролировать свои эмоции.

В заключение нельзя не упомянуть о том, что в настоящее время все больше утверждается точка зрения, согласно которой конструктивная

социализация - это формирование андрогинной личности, которая вбирает в себя, все лучшее из обеих половых ролей. Традиционные гендерные роли ведут к ограничению развития личности и к социальному неравенству.

1.4 Рекомендации для родителей и учителя

По мнению специалистов, чтобы помочь ребенку разобраться с насущными страхами, прежде всего родители должны начать с себя, преодолеть свои страхи, которые где-то возможно скрываются.

Прежде не нужно перекладывать обязательства на то, что в страхах, которые присутствуют у ваших детей виноваты обстоятельства, детский сад, школа. Ведь самое «сокровенное», находится внутри нас самих. Известно, что эмоциональные и нервные расстройства формируются в семье, в условиях неправильного воспитания и конфликтов, а внешние стрессы выступают в качестве толчка для негативных эмоций и возникновения страха. Рекомендуется провести определенную психологическую работу. Чтобы ваш ребенок избавился от чувства страха, нужно преодолеть:

13) Чрезмерную заикленность на себе, а также своих интересах, равно, как и недоверие к возможностям своего ребенка.

14) Неспособность пойти «на жертвы» во имя детей.

15) Обратите внимание на собственные недостатки характера и поведения, которые являются отрицательным примером для ваших детей.

16) Изжившие себя стереотипы воспитания, в том числе чрезмерную принципиальность, формализм и диктат в общении с ребенком.

17) Неприязненные и даже конфликтные отношения с другими родителями, друзьями, родственниками.

18) Нервные расстройства, если они имеются, повышенную чувствительность к стрессу и отсутствие психологической защиты.

С учетом данных изменений в себе, можно обеспечить исцеление ребенка от навязчивых страхов и невротических заболеваний.

Чтобы помочь детям в избавлении от страхов, помимо вышесказанных рекомендаций, родители и учителя должны постараться развить в себе следующие качества:

а) Понимание серьезности создавшегося положения, способность адекватно воспринимать все беспокойства ребенка, любить и ценить детей, следить за их душевным состоянием и здоровьем.

б) Доброта и искреннее желание помочь детям.

в) Способность во имя ребенка идти на уступки.

г) Способность встать на место ребенка, посмотреть на себя его глазами.

д) Готовность к будущим переменам.

е) Контроль над своими чувствами, эмоциями и поступками.

ж) Всегда и везде: терпение, определенность и последовательность.

з) Понимание в семье и участие обоих родителей в воспитании и лечении ребенка.

и) Вера и надежда на положительные результаты лечения (если ребенок в нем нуждается).

Никогда не забывайте с чувством страха, можно и нужно побороться. Не оставляйте на завтра то, что нужно сделать сегодня. Ведь дети это наше светлое будущее!

Выводы по главе 1

Гендер является очень важной социальной переменной. Страхи у девочек и мальчиков различны и могут быть выражены на разных уровнях.

Страх-это эмоция, которая может возникнуть в любом возрастном периоде. В первом параграфе представлены одни из множества определений понятия «страх» согласно А. Адлеру, Л. Выготскому, С. Холлу, А.И Захарову, а также их классификация. Современные психологи делят страхи на следующие виды: сверхценные, навязчивые и бредовые страхи, ситуативные и личностные. Выделена основная особенность теории Г. Салливана. Рассмотрена точка зрения по теме страха, таких выдающихся психологов как Н.Л Жуковская, В.А Гурьева, Т. Симпсон, В.И Гарбузов.

Во втором параграфе выделены наиболее встречаемые, по мнению психологов, школьные страхи, такие как: страх несоответствия, боязнь плохих оценок, страх ответа у доски, опозданий на урок.

Помимо школьных страхов у обучающихся встречается страх перед животными, боязнь врачей и больниц, страх смерти, темноты, страх огня, воды и высоты, страх клоунов, а также страх присутствующий в родительско - детских отношениях.

В третьем параграфе мы знакомимся с двумя подходами И.С Клециной и узнаем, что именно второй подход обусловил появление в науке понятия «гендер», понимаемого как культурно установленный коррелят пола. Также рассматривается теория С. Бэлла, способы конструирования взрослыми гендерной роли ребенка Р. Хартли, следствия Ф. Блока, Э. Маккоби и К. Джеклина.

В четвертом параграфе представлены рекомендации для учителя и родителей от опытных психологов.

Из предыдущих параграфов выяснили, что проблема страха актуальна у детей младшего школьного возраста. Достаточно высокий уровень беспокойства характерен для периода поступления в школу, особенно первых месяцев учёбы. У первоклассников начинают проявляться так

называемые «школьные» страхи. После адаптационного периода, который продолжается обычно в первой и второй четверти - положение меняется. Эмоциональное самочувствие школьников стабилизируется. Но есть и вне школы достаточное количество поводов для беспокойства у детей, которые требуют внимания родителей, учителей.

Изучая психолого-педагогическую и методическую литературу, можно сказать, что чувство страха может иметь как обоснованный характер, обеспечивая биологическое выживание индивида, так и принимать патологические формы, требующие вмешательства детского психолога. В любом случае родители должны вовремя успеть помочь своему ребенку. Ведь многие страхи недолговременны и чем быстрее за них взяты, тем лучше будет как для вас, так и ваших детей.

Глава 2 Экспериментальная работа по выявлению страхов младших школьников

2.1 Критерии и уровни страхов младших школьников

Младенец, малыш, дошкольник, младший школьник, подросток. На каждом этапе жизни, нас «сковывает» такое проявление как «страх». Он может «вспыхнуть» и «угаснуть», а может помучить нас некоторое время. Мы попытались определить: «Какие страхи могут сопровождать детей младшего школьного возраста, и на сколько сильно они выражены».

На основе анализа изученной литературы по исследуемой проблеме нами выбраны критерии и уровни страхов у детей младшего школьного возраста. К каждому критерию нами были подобраны методики для выявления уровня страхов у младших школьников.

Таблица №1. Критерии и уровни страхов младших школьников

Критерии	Уровни страха			Методика
	Высокий	Средний	Низкий	
Сила	Яркая выраженность страха	Оптимальный уровень страха	Страх слабо выражен	1.Тест тревожност и (Р. Тэммл)
Преобладание	Утвердительно ответ у девочек 8-13 случаях, у мальчиков 8-11 случаях	Утвердительно ответ у девочек 6-13 случаях, у мальчиков 6-11 случаях	Утвердительно ответ у девочек 4-13 случаях, у мальчиков 4-11 случаях	2.Тест «Страхи в домиках» (М. Панфилова)

Многообрази е	Данный уровень предполагает низкую самооценку, неуверенность в себе, нерешительность б.	Общительность, адекватная самооценка, уверенность в себе.	Достаточная уверенность в себе, общительность, преобладание повышенного настроения.	3.«Нарисуй свой страх» (А.И Захаров)
------------------	---	---	---	--------------------------------------

На основании данных критериев мы выбрали 3 диагностические методики.

Исследование проводилось в МБОУ гимназия №16 г. Красноярск.

В качестве экспериментальной группы были выбраны учащиеся 1В класса, в количестве 24 человека, возраст 6-7 лет. Для выявления страхов у детей младшего школьного возраста использовались следующие методики:

1. Методика выявления страхов у детей с помощью теста тревожности (Р.Тэмпл, М.Дорки, В.Амен)
2. Тест «Страхи в домиках». (М.Панфилова)
3. Методика «Нарисуй свой страх» (А.И Захаров)

Цель исследования: изучить наличие и уровень страхов у детей младшего школьного возраста.

Задачи исследования:

1. Подобрать диагностический комплекс. Определить наличие страхов у детей.
2. Организовать совместную деятельность с классом.
3. Подготовить анализ выполненной работы.

В ходе проведения методик, были получены результаты исходного уровня страха обучающихся 1В класса. В двух таблицах обозначены: № ученика, Ф.И, методики и общий уровень.

Все методики обобщены в следующей таблице:

Таблица №2. Общий уровень страха у девочек

№	Ф.И ученика	Уровень, Тест «тревожност и»	Уровень, «Страхи в домиках	Уровень, «Нарисуй свой страх»	Общий уровень
1	Александра П.	Б(средний)	А(высокий)	Б (средний)	средний
2	Алена В.	А(высокий)	А(высокий)	Б (средний)	высокий
3	Анастасия Л.	-	Б(средний)	-	-
4	Варвара А.	-	Б(средний)	-	-
5	Влада З.	Б(средний)	Б(средний)	А(высокий)	средний
6	Дарья Г.	-	А(высокий)	В(низкий)	средний
7	Елизавета И.	Б(средний)	-	-	-
8	Ксения П.	Б(средний)	А(высокий)	-	средний
9	Полина О.	Б(средний)	А(высокий)	Б(средний)	средний
10	Светлана Ф.	Б(средний)	-	Б(средний)	средний
11	София Х.	Б(средний)	-	-	-
12	Ульяна М.	А(высокий)	А(высокий)	-	высокий
13	Эмма М.	Б(средний)	Б(средний)	-	средний
14	Юлия Т.	-	А(высокий)	А(высокий)	высокий

Таблица №3. Общий уровень страха у мальчиков

№	Ф.И ученика	Уровень, Тест «тревожности»	Уровень, «Страхи в домиках»	Уровень, «Нарисуй свой страх»	Общий уровень
1	Артем Л.	-	А(высокий)	В (низкий)	средний
2	Вадим П.	-	А(высокий)	В (низкий)	средний
3	Вадим М.	А(высокий)	Б(средний)	Б(средний)	средний
4	Всеволод А.	А(высокий)	А(высокий)	-	средний
5	Иван К.	А(высокий)	А(высокий)	Б(средний)	высокий
6	Лев Б.	Б(средний)	А(высокий)	Б(средний)	средний
7	Максим Ж.	А(высокий)	Б(средний)	-	средний
8	Михаил П.	-	Б(средний)	-	-
9	Мирослав И.	-	-	Б(средний)	-
10	Павел Ч.	-	-	Б(средний)	-

В результате можно сделать вывод:

В общем количестве средний уровень страха выявлен у 76% класса (13 человек), из них девочки составляют 41%, а мальчики 35% от всего количества детей.

Высокий уровень страха выявлен у 24% обучающихся (4 человека). Из них девочки составляют 18%, а мальчики 6%.

Детей с низким уровнем страха не выявлено.

На среднем уровне у детей наблюдается адекватная самооценка, общительность, уверенность в себе и своих силах, преобладает хорошее настроение.

Детей с высоким уровнем страха отличает пониженная самооценка, некая неуверенность в своих силах, нерешительность в действиях.

2.2 Анализ результатов констатирующего эксперимента

1. Методика выявления страхов у детей с помощью теста

Тревожности (Р.Тэмпл, М.Дорки, В.Амен)

Цель тестирования: выявление детей с подлинным школьным страхом.

Критерий оценивания: Сила страха

Описание задания:

Экспериментальный материал - 14 рисунков в электронном виде, каждому ученику выдается лист формата А4 на котором изображено улыбающееся и печальное лицо ребенка (повторяется 14 раз). Каждый ученик должен обвести в кружок, то лицо ребенка, которое он считает нужным.

Рисунки представляют некоторую типичную для жизни младшего школьника ситуацию.

Рисунки показываются детям в строго перечисленном порядке один за другим.

(1 рисунок) Вопрос: Игра с младшими детьми. «Как ты думаешь, какое лицо будет у ребенка: веселое или печальное? Мальчик играет с малышами».

(рисунок)

(2 рисунок) Ребенок и мать с младенцем. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое? Мальчик гуляет со своей мамой и малышом». (рисунок)

(3 рисунок) Проявление агрессии. «Какое лицо будет у этого мальчика: печальное или веселое? (рисунок)

(4 рисунок) Процесс одевания. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое? Мальчик одевается». (рисунок)

(5 рисунок) Игра со старшими детьми. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое? Мальчик играет со старшими детьми». (рисунок)

(6 рисунок) Мальчик ложиться спать в одиночестве. «Как ты думаешь, какое лицо будет у ребенка: печальное или веселое? Мальчик идет спать».

(7 слайд) Умывание. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое? Он в ванной». (рисунок)

(8 рисунок) Выговор. «Как ты думаешь, какое лицо будет у мальчика: печальное или веселое?» (рисунок)

(9 рисунок) Игнорирование. «Как ты думаешь, какое лицо будет у мальчика: печальное или веселое?» (рисунок)

(10 рисунок) Агрессивное нападение. «Как ты думаешь, какое лицо будет у мальчика: печальное или веселое?» (рисунок)

(11 рисунок) Собираение игрушек. «Как ты думаешь, какое лицо будет у мальчика: печальное или веселое? Он убирает игрушки». (рисунок)

(12 рисунок) Изоляция. «Как ты думаешь, какое лицо будет у мальчика: печальное или веселое?» (рисунок)

(13 рисунок) Мальчик проводит время с родителями. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое? Он со своими мамой и папой». (рисунок)

(14 рисунок) Еда в одиночестве. «Как ты думаешь, какое лицо будет у мальчика: печальное или веселое? Он ест». (рисунок)

Выбор ребенком соответствующего лица и высказывания каждого ребенка фиксируются.

Проанализируем данные на ученице 1В класса Александра П.

В итоге ребенок отметил 8 веселых лиц и 6 печальных. Вычислим ИС= $6:14*100=42,8\%$

Найдем результаты следующих учеников.

Протестированы были 15 человек, из них преобладающее количество девочек 10 человек и 5 мальчиков.

Вычисляется индекс страха ребенка (И.С.), который равен процентному отношению числа эмоционально негативных выборов (печальное лицо) к общему числу рисунков (14).

Результат полученных данных:

Обозначим:

А - дети, обладающие высоким уровнем страха.

Б - дети, обладающие средним уровнем страха.

В - дети, обладающие низким уровнем страха.

В зависимости от индекса страха все дети разделяются на три группы:

А) Высокий уровень

(индекс страха выше 50%)

Б) Средний уровень

(индекс страха от 20 до 50%)

В) Низкий уровень

(индекс страха от 0 до 20%)

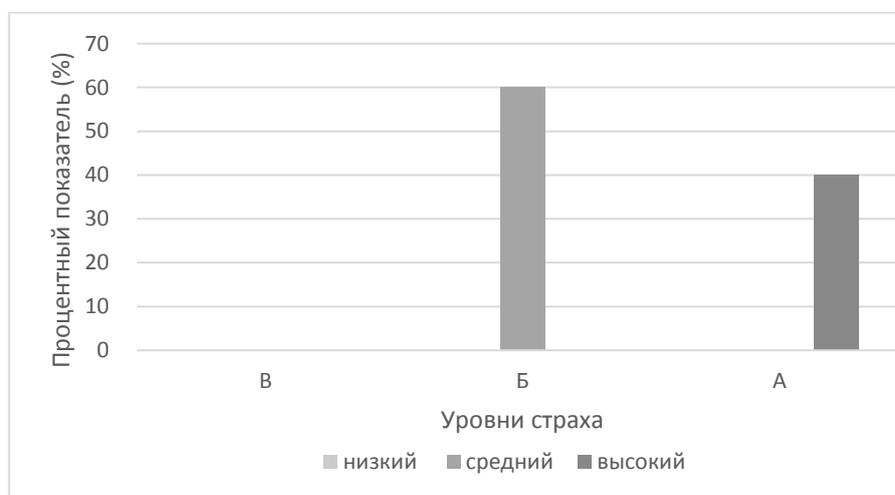


Рис 1. Уровень страха у детей младшего школьного возраста

По результатам данной методики мы узнали:

Александра П. – выявлен средний уровень страха.

Высокий уровень страха выявлен у 40% школьников 1В класса.

Всего в классе 5 мальчиков из них у четверых выявлен высокий уровень страха. Из десяти девочек - у двух выявлен высокий уровень страха.

Средний уровень страха у 60% школьников 1В класса.

Общее количество девочек – 10. Из них у восьми девочек выявлен средний уровень страха. И только у одного мальчика страх находится на среднем уровне.

Детей с низким уровнем страха в 1В классе – не выявлено.

Исходя из результатов теста, можно отметить в целом в классе преобладает средний уровень страха (Б), но если подойти к проблеме со стороны гендера, у мальчиков преобладает высокий уровень страха (А), у девочек выявлен средний уровень страха.

Результаты диагностики приведены в приложении А.

2. Тест «Страхи в домиках»

Цель: с помощью данного теста определить и конкретизировать страхи младших школьников.

Критерий оценивания: Преобладание страхов

Описание методики:

На листе формата А4 изображены два дома, один черный и один красный. В красный предлагается заселить детям нестрашные страхи, а в черный дом – страшные. Предварительно спрашивается, как дети понимают определение страха. Надо расселить 19 страхов. Перечисление страхов:

1. Когда остаешься дома один
2. Посторонних людей
3. Бабы яги, кощея бессмертного (страхи сказочных персонажей)
4. Страшных снов
5. Темноты
6. Волка, медведя, собак (страхи животных)
7. Машин, поездов, самолетов (страхи транспорта)
8. Бури, урагана, грозы (страхи стихий)
9. Врачей
10. Опоздать в школу

11. Отвечать у доски
12. Звука учебной пожарной тревоги
13. Не понять новый учебный материал (тему урока)
14. Допустить ошибку при ответе на уроке
15. Попросить помощи у учителя, сверстников
16. Уколов
17. Неожиданных резких звуков.
18. Когда очень высоко (страх высоты)
19. Когда очень глубоко (страх глубины)

Всего приняло участие 24 человека, из них 13 девочек и 11 мальчиков.

Беседу веду неторопливо. Перечисляя страхи, время от времени задаю вопрос «Боишься или нет?» Чаще данный вопрос избегаю, чтобы случайным образом не внушить детям тот или иной страх. Ребята записывают только номера вопросов в домики. Во время проведения теста подбадриваю и хвалю за точные ответы.

После выполнения задания, предлагаю закрыть черный дом на замок, чтобы наши страхи якобы остались в нем. Данный метод успокаивает детские страхи.

Анализ результатов: 1. Подсчет страхов в черном доме.

2. Совокупные ответы ребенка объединяются в несколько групп по видам страхов.

3. Перенос в проценты.

4. Вычисление количества детей, имеющих определенный страх.

Экспериментальный материал: Лист А4 (23шт), ручка, карандаш.

Таблица №4 Названия страхов

Детские страхи
1. Страх одиночества
2. Страх посторонних людей

3. Страх сказочных персонажей
4. Страх перед сном
5. Страх темноты
6. Страхи животных
7. Страхи транспорта
8. Страхи стихии
9. Страх врачей
10. Школьные страхи
11. Страх уколов
12. Страх неожиданных, резких звуков
12. Страх высоты
13. Страх глубины

Все перечисленные страхи у детей делят на следующие виды:

- 1) «Медицинские» страхи (боль, уколы, врачи, болезнь);
- 2) Страхи с причинением физического ущерба (неожиданные звуки, транспорт, огонь, пожар, стихия, война);
- 3) Страхи животных и сказочных персонажей;
- 4) Страхи кошмарных снов и темноты;
- 5) Социально-опосредованные страхи (людей, одиночества);
- 6) Пространственные страхи (высоты, воды).
- 7) Школьные страхи (опоздания, ответа у доски, звука пожарной тревоги, не понять новый учебный материал (тему урока), допустить ошибку при ответе на уроке, попросить помощи у учителя, сверстников).

Проводим расчет страхов младших школьников, полученные вычисления заносятся в таблицу, ознакомиться с ними можно в **приложении Б.**

Таблица №5 Полученные данные

Анализ полученных результатов:	
Приняло участие всего 13 девочек	
1 вид страхов	У пяти девочек- страх не выявлен, у восьми девочек страх присутствует
2 вид страхов	У семи девочек-не выявлено страха, у шести девочек страх присутствует
3 вид страхов	У семи девочек- не выявлено страха, у шести девочек страх присутствует
4 вид страхов	У трех девочек-не выявлено страха, у десяти девочек страх присутствует
5 вид страхов	У двух девочек-не выявлено страха, у одиннадцати страх присутствует
6 вид страхов	У пяти девочек-не выявлено страха, у восьми девочек страх присутствует
7 вид страхов	У пяти девочек-не выявлено страха, у восьми девочек-страх присутствует
Приняло участие 11 мальчиков	
1 вид страхов	У четырех мальчиков-не выявлено, у семи –страх присутствует
2 вид страхов	У семи мальчиков-не выявлено, у четырех-страх присутствует
3 вид страхов	У семи-не выявлено страха, у четырех мальчиков присутствует
4 вид страхов	У пяти мальчиков- не выявлено страха, у шести-присутствует

5 вид страхов	У одного мальчика-не выявлено страха, у десяти страх присутствует
6 вид страхов	У шести мальчиков-не выявлено страха, у пяти страх присутствует
7 вид страхов	У пяти-не выявлено страха, у шести мальчиков страх присутствует

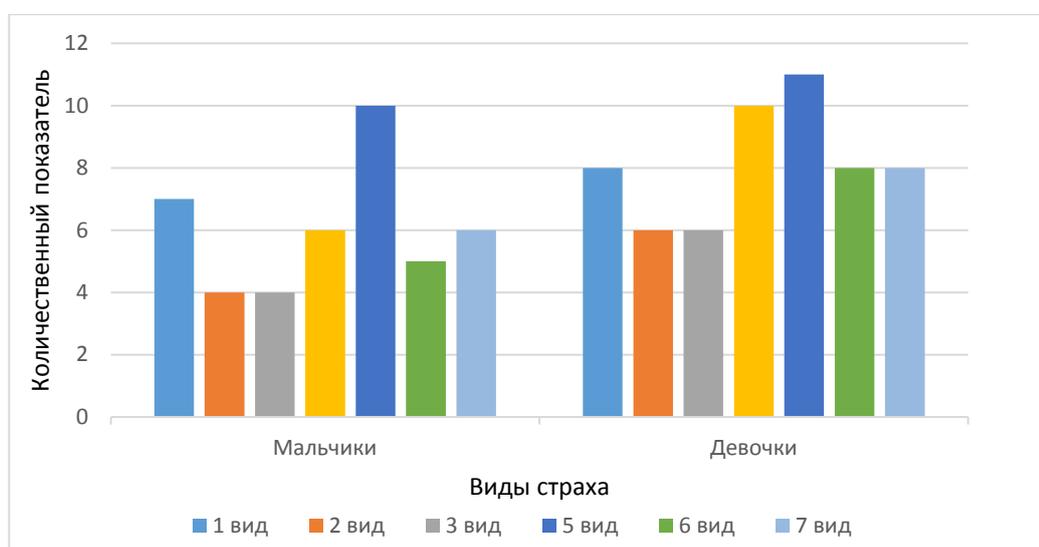


Рис 2. Страхи у детей младшего школьного возраста

Результаты исследования:

Исходя из результатов данного теста, можно сделать вывод, что школьники наиболее подвержены социально – опосредованным страхам (одиночества, посторонних людей), кошмарных снов и темноты, медицинским страхам (боли, уколов, врачей и различных болезней), а также пространственным страхам (высоты и воды). Данные страхи выражены на высоком уровне (50-100%).

Средний уровень страха (20-50%), подразумевает под собой: страх причинения физического ущерба (неожиданный звук, транспорт, огонь, стихия) а также страх животных и сказочных персонажей.

Всего в классе 24 ребенка.

Социально-опосредованные страхи – 21 человек (88%),

Страхи кошмарных снов и темноты – 16 человек (67%),

«Медицинские» страхи присутствуют у 15 человек (63%),

Школьные страхи – 14 человек (58%),

Пространственные страхи – 13 человек (54%),

Страхи с причинением физического ущерба – 10 человек (42%),

Страхи животных и сказочных персонажей – 10 человек (42%),

По данным исследуемой методики, стало известно, что страхи в большем количестве присутствуют у девочек, нежели у мальчиков.

У девочек следует отметить социально-опосредованные страхи и страхи кошмарных снов и темноты. Ведущими страхами у мальчиков являются социально-опосредованные страхи, к данным страхам можно отнести боязнь незнакомых или малознакомых людей, одиночества.

Результаты обозначены в итоговой таблице. (Приложение Б)

3.Методика «Нарисуй свой страх» А.И Захаров

Цель: Выявить виды страхов младших школьников

Критерий оценивания: Многообразие страхов

Описание методики:

Каждому ученику выдается лист А4 и цветные карандаши;

Время, отведенное для работы 20-25 мин.

Школьникам нужно изобразить свой страх, то есть то, чего он боится больше всего. Пусть это будут герои сказок, животные и тд. Подсказать можно, но в самых общих чертах, чтобы на воплощение фантазии ребенка не повлиять. По окончании проводится опрос изображенных страхов и детям дается возможность «победить страх». Нужно изобразить ситуацию на данном рисунке, как школьник борется с этим страхом. Могут возникнуть вопросы: «Как это сделать?» Можно предложить нарисовать себя, и как например ты побеждаешь дракона, разбойника и тд. Что ты

для этого сделаешь, чтобы победить свой страх? В процессе анализа обращается внимание на то, что ребенок нарисовал, а также на цвета, использовавшиеся им в процессе рисования. Всего учеников, принявших участие-14.

Рассматриваемые работы, разделены на виды:

- 1) Страх животных, насекомых и тд.
- 2) Страх клоунов
- 3) Страх смерти
- 4) Страх нападения
- 5) Страшных снов
- 6) Страх высоты
- 7) Страх врачей
- 8) Школьные страхи

Результаты рисунков обозначены в приложении В.

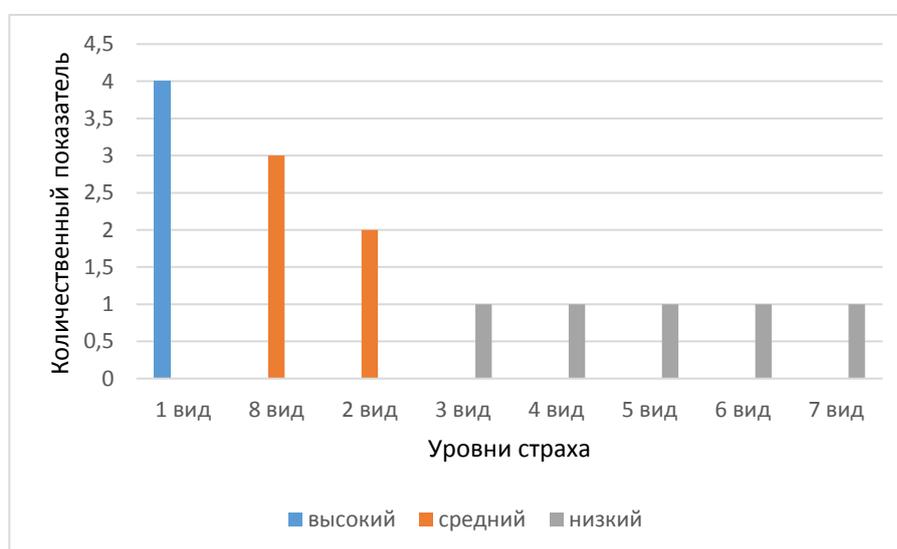


Рис 3. Гистограмма страхов у детей младшего школьного возраста

Результат исследования:

Введем обозначения:

М- мужской пол,

Ж-женский пол.

В результате проведенной работы выделены гендерные различия по таким видам страхов как: страх животных у четырех человек из шестнадцати (29%) в это количество входят 1 –М, 3-Ж, страх в пределах школы присутствует у трех человек 2-М, 1-Ж (21%), у двух человек-страх клоунов 1-М,1-Ж (15%), и присутствие по одному страху -страх высоты 1-М(7%), страх нападения 1-М(7%), страх врачей 1-М(7%), страх пугающих сновидений 1-Ж(7%), смерти 1-Ж (7%).

После того как школьники закончили рисовать свой страх, им нужно было выполнить еще одно задание: «На своем рисунке, изобразить как он (школьник) борется со своим страхом. По изученным работам всего 5 (36%) человек из 14 (100%) смогли нарисовать полную картину, борьбы со страхом. Следовательно, далеко не каждый ученик смог бы справиться со своим страхом. Часто встречающиеся цвета, использовавшиеся обучающимися в процессе рисования: красный (экспрессивность, яркость эмоций), черный, коричневый и серые цвета (наличие беспокойства и возможной устойчивости страха).

С прилагающим материалом можно ознакомиться в приложении В.

Результаты общего уровня страха младших школьников

Таблица №6 Общий уровень страха

Высокий уровень страха (А)	76%
Средний уровень страха (Б)	24%
Низкий уровень страха (В)	0%

В общем количестве средний уровень страха выявлен у 76% класса (13 человек), из них девочки составляют 41%, а мальчики 35% от всего количества детей.

Высокий уровень страха выявлен у 24% обучающихся (4 человека). Из них девочки составляют 18%, а мальчики 6%.

Детей с низким уровнем страха не выявлено.

На среднем уровне у детей наблюдается адекватная самооценка, общительность, уверенность в себе и своих силах, преобладает хорошее настроение.

Детей с высоким уровнем страха отличает пониженная самооценка, некая неуверенность в своих силах, нерешительность в действиях.

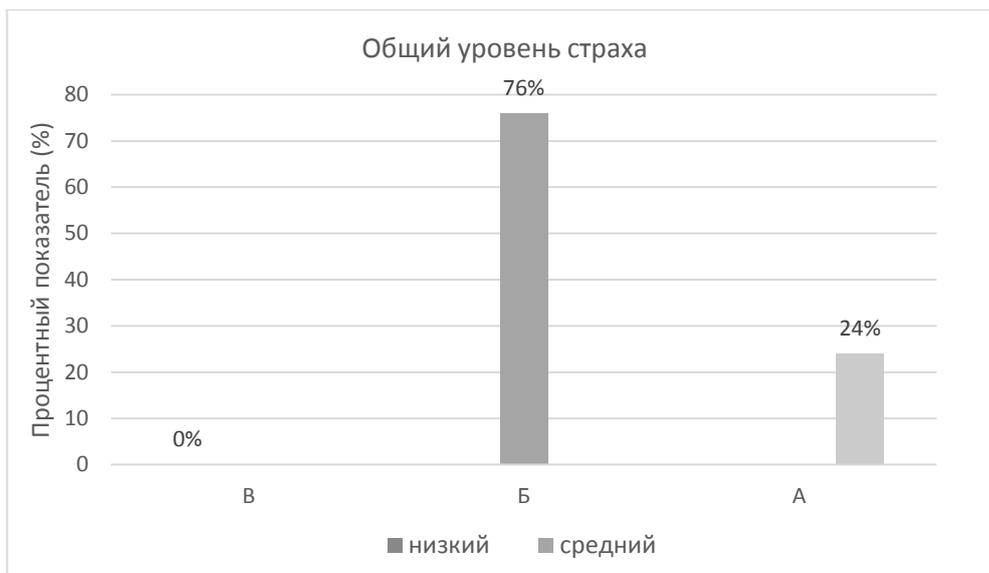


Рис 4. Гистограмма общего уровня страха у первоклассников

2.3 Программа коррекционных занятий, направленная на снижение уровня страха первоклассников

С целью снижения уровня страха была составлена программа «Превзойди себя», включающая в себя систему занятий, построенных на основе комплекса творческих заданий, которая направлена на снижение уровня страха, укрепление веры в себя, снятие эмоционального и мышечного напряжения, разработки самостоятельности, оптимизма, повышения самооценки, а также управления эмоциями в конкретных сложных ситуациях.

Программа предполагает учет результатов констатирующего эксперимента и возрастных особенностей учащихся.

Задачи программы:

1. Снижение уровня силы проявления страха, через развитие умения снижать эмоциональное и мышечное напряжение в трудных ситуациях.

2. Снижение эмоциональной выраженности страха, через развитие способности давать окружающему миру адекватный ответ при неблагоприятных внешних условиях для учащегося.

3. Снижение устойчивости проявления страхов, через развитие способности повышать чувство уверенности в себе.

Проведение коррекционных занятий включало в себя следующие этапы:

1. Ориентировочный (1 занятие)
2. Реконструктивный (4 занятия)
3. Закрепляющий (1 занятие)

1. Ориентировочный.

Цель данного блока состоит в осознании младшими школьниками сути занятий, их важности. Данный блок направлен на сплочение и дружеского взаимодействия детей.

2. Реконструктивный.

Цель данного блока состоит в обучении первоклассников справляться со своими эмоциями, в установке правильного поведения в трудных ситуациях, раскрытии своего внутреннего «Я». А также направлен на развитие уверенности в себе, своих силах.

3. Закрепляющий.

Цель данного блока состоит в подведении итогов, закреплении знаний, полученных ранее.

Режим работы включает в себя 6 занятий, продолжительность которых составляет один школьный урок. Занятия рассчитаны на 3 недели, проводятся 2 раза в неделю.

Форма проведения занятий предполагает индивидуальные и групповые занятия по 4-5 человек. Место проведения – классный кабинет, где можно свободно передвигаться. Основной формой работы является занятия, направленные на снижение уровня страха с использованием арт-технологий.

Принципы проведения программы:

1. Безопасность.
2. Возрастное соответствие
3. Преемственность (возможность переноса полученных знаний в дальнейшую учебную деятельность)
4. Взаимоуважение участников.
5. Погружение и научение выхода учащихся из проблемных ситуаций.

Структура занятия предполагает:

1. Приветствие.

Настрой на совместную работу.

2. Разминка.
3. Актуализация знаний

Вспомнить все то, что узнали на прошлом занятии.

Активизация учащихся с помощью упражнения.

4. Основной этап занятия

Выполнение упражнений, основанных на определенных страхах.

5. Рефлексия

Подведение итога занятия, прощание.

План занятий коррекционной программы представлен в форме таблицы №4. Ознакомиться полностью с программой можно в Приложении Г.

Таблица №7 – План занятий по программе коррекции

№ занятия, название, цель занятия	Методы и приемы	Радикалы для психологического наблюдения	Критерии эффективности
<p>Сплочение</p> <p>Цели:</p> <p>Первичный психологический контакт, снятие напряжения, преодоление страха застенчивости</p>	<p>Приветствие</p> <p>Разминка</p> <p>1. «Росточек под солнцем»</p> <p>2. «Возьми и передай»</p> <p>3. «Хожу в школу»</p> <p>4.«Смелые ребята»</p> <p>5.Рефлексия</p>	<p>Проявление активности на занятии</p> <p>Эмоциональные реакции</p>	<p>Интерес (есть или отсутствует)</p> <p>Положительный эмоциональный фон</p>
<p>2.Преодоление страха общения с окружающими</p> <p>Цель:</p> <p>Отработка навыков взаимодействия на разных уровнях;</p>	<p>Приветствие</p> <p>Разминка</p> <p>«Добрая энергия»</p> <p>1. «Помогаем другому»</p> <p>2. «Узор»</p> <p>3.Рефлексия</p>	<p>1. Проявление активности на занятии</p> <p>2. Эмоциональные реакции</p> <p>3. Отношение к страху</p>	<p>1. Интерес</p> <p>2. Максимальная включенность по ходу занятия</p> <p>3. Положительный эмоциональный фон</p>

развитие интереса к личности другого человека			
3.Как справиться со страхом. Цель: Познакомиться с разными ситуациями взаимодействи я, отработать навыки взаимодействи я.	Приветствие Разминка «Электрическая цепь» 1.«Моделирован ие ситуаций» 2. «Спина к спине» 3.«Моделирован ие ситуаций» 4. «Лицом к лицу» 5.Рефлексия	1. Проявление активности на занятии 2. Эмоциональн ые реакции 3. Специфическ ие реакции по преодолению страха	1.Интерес 2.Максимальная включенность в процесс 3.Положительный эмоциональный фон
4.Как справиться со страхом. Цели: - Проработка школьного страха путем разыгрывания тревожной ситуации	Приветствие Разминка «Зарядка» 1.Ролевое разыгрывание 2. Рефлексия	1. Проявление активности на занятии 2. Эмоциональн ые реакции 3. Специфическ ие реакции по преодолению страха	1. Интерес 2. Положительный эмоциональный фон 3. Вовлеченность в процесс занятия 4. Желание группового взаимодействия

<p>- выработать стратегии поведения в трудных ситуациях</p>			
<p>5. Нужно ли бояться? Цель: Подавление чувства страха с помощью воображения</p>	<p>Приветствие Разминка «Путанка» 1. Сказка «Кораблик» 2. Рефлексия.</p>	<p>1. Проявление активности на занятии 2. Эмоциональные реакции 3. Релаксация</p>	<p>1. Интерес (к занятию и друг другу) 2. Положительный эмоциональный фон 3. Вовлеченность в процесс занятия 4. Желание группового взаимодействия 5. Проявление инициативы</p>
<p>6. Закрепляющее занятие Цель: Подведение итогов, закрепление знаний, полученных ранее.</p>	<p>Приветствие Разминка «На лесной поляне» 1. «Неоконченное предложение» 2. «Комплименты» 3. «Подарок другу» 4. Рефлексия</p>	<p>1. Проявление активности на занятии 2. Эмоциональные реакции 3. Релаксация</p>	<p>1. Интерес (к занятию и друг другу) 2. Положительный эмоциональный фон 3. Вовлеченность в процесс занятия 4. Желание группового</p>

			взаимодействия
--	--	--	----------------

Таким образом, программа коррекции основана на основополагающих, общенаучных принципах психологии, подтвержденных такими практическими методами как опрос, беседа, игра и тд.

Выводы по главе 2

Проведенное опытно-экспериментальное исследование позволяет сделать вывод:

Исследование проведено после адаптационного периода, который проходит обычно в первой четверти. Можно заметить, что у каждого ребенка присутствует определенный, его индивидуальный страх.

Исходя из результатов теста тревожности Р. Тэмбла, М. Дорки, В. Амена, детей с низким уровнем страха в 1В классе – не выявлено.

Исходя из результатов теста, можно отметить в целом в классе преобладает средний уровень страха.

Что касается второго теста «Страхи в домиках» М. Панфиловой, по данным исследуемой методики, стало известно, что страхи в большем количестве присутствуют у девочек, нежели у мальчиков.

У девочек следует отметить социально-опосредованные страхи и страхи кошмарных снов и темноты. Ведущими страхами у мальчиков являются социально-опосредованные страхи.

Согласно результатам методики А.И. Захарова «Нарисуй свой страх», ведущими страхами являются: страх животных, социально-опосредованные страхи, школьные страхи, менее выражены такие страхи как: страх клоунов, врачей, высоты, глубины, пугающих сновидений и смерти.

По итогам трех методик: средний уровень страха выявлен у 76% класса, из них девочки составляют 41%, а мальчики 35% от всего количества детей.

Высокий уровень страха выявлен у 24% обучающихся. Из них девочки составляют 18%, а мальчики 6%.

Детей с низким уровнем страха не выявлено.

С целью снижения уровня страха была составлена программа «Превзойди себя», включающая в себя систему занятий, построенных на основе комплекса творческих заданий, которая направлена на снижение

уровня страха, укрепление веры в себя, снятие эмоционального и мышечного напряжения, разработки самостоятельности, оптимизма, повышения самооценки, а также управления эмоциями в конкретных сложных ситуациях.

Программа предполагает учет результатов констатирующего эксперимента и возрастных особенностей учащихся.

В результате реализации программы ожидается положительная динамика в коррекции страха у детей первого класса.

Эффективность измеряется по качеству выполненных творческих заданий, положительной динамики и наблюдению поведения детей в школе.

Главное помнить, каждый ребенок может справиться со страхом самостоятельно, главное поддержка и помощь со стороны родителей и педагогического состава.

Заключение

Психологи определяют страх как эмоцию, возникшую в ситуациях угрозы биологическому или социальному существованию индивида и направленную на источник действительной или воображаемой опасности.

В современных цивилизациях существует всё более возрастающее число объектов, событий, условий, ситуации, которые пугают или потенциально могут быть пугающими. Вероятно, именно этим можно объяснить тот факт, что страх является предметом научного исследования, познаний, чаще, чем какая-либо другая эмоция.

Изучая психолого-педагогическую и методическую литературу, можно сказать, что чувство страха может иметь как обоснованный характер,

обеспечивая биологическое выживание индивида, так и принимать патологические формы, требующие вмешательства детского психолога. В любом случае родители должны вовремя успеть помочь своему ребенку.

Детские страхи рассматривал такой выдающийся психолог и психиатр как: З. Фрейд, а также психологи: Захаров А.И, Бердникова А. Ю, Голутвина В.В, Гурьева В.А, Сизикова И.В, Выготский Л. С.

По мнению Александра Захарова, страх - это одна из фундаментальных эмоций человека, возникающая в ответ на действие с угрозой для жизни.

Лев Выготский считал, что: «Страх - сильная эмоция, оказывающая достаточно значительное влияние на поведение индивида.

Зигмунд Фрейд называл проблему страха "узловым пунктом, в котором сходятся самые важные вопросы". Он приходит к выводу, что страх – есть продукт биологической и психической беспомощности ребенка.

Согласно данным определениям нами были подобраны критерии:

- 1) Сила
- 2) Преобладание
- 3) Многообразие

В соответствии с выбранными критериями, нами были подобраны методики:

Тест тревожности (Р.Тэмпл, М. Дорки, В. Амен), тест «Страхи в домиках» (М. Панфилова), «Нарисуй свой страх» (А. Захаров).

Эксперимент проводился в МБОУ гимназия №16 в городе Красноярск.

Из результатов констатирующего эксперимента, следует, что у детей 6-7 лет присутствуют такие виды как: Школьные страхи (ответ у доски, опоздание в школу, просьба о помощи товарища или учителя, непонимание темы, страх ошибиться при ответе), медицинские страхи (боль, уколы, врачи, болезнь), страхи с причинением физического ущерба (неожиданные звуки, транспорт, огонь, пожар, стихия, война), страхи животных и сказочных персонажей, страхи кошмарных снов и темноты, социально-опосредованные страхи (людей, опоздания, одиночества), пространственные страхи (высоты, воды). У каждого ребенка своя индивидуальная восприимчивость к страху. По общим данным у младших школьников выявлен средний уровень страха, с которым можно «поборотся».

У девочек следует отметить социально-опосредованные страхи и страхи кошмарных снов и темноты. Ведущими страхами у мальчиков являются социально-опосредованные страхи, к данным страхам можно отнести боязнь незнакомых или малознакомых людей, одиночества.

В общем количестве средний уровень страха выявлен у 76% класса, из них девочки составляют 41%, а мальчики 35% от всего количества детей.

Высокий уровень страха выявлен у 24% обучающихся. Из них девочки составляют 18%, а мальчики 6%. Детей с низким уровнем страха не выявлено.

Для снижения уровня страха была разработана программа коррекции «Превзойди себя». Для адекватного восприятия страха, ребенка должна окружать положительная атмосфера, любящие родители, понимающие педагоги и люди, готовые всегда прийти на помощь.

Библиографический список

1. Адлер А. Воспитание детей. Взаимодействие полов / Ростов н/Д: Феникс, 1998. — 448с.
2. Айке Д. Страх. Концепции фрейдистского психоаналитического направления, 1998. – 530с
3. Бердникова А.Ю Мир ребенка/ Наука и техника, 2007. – 141 с.
4. Большой толковый словарь. Психологический словарь Т.2 (П-Я); Пер. с англ./ Ребер Артур. – ООО Издательство АСТ; Издательство Вече, 2001. – 560с.
5. Выготский Л.С Психология развития как феномен культуры/ Выготский Л.С. – М; Воронеж, 1996. – 513с.
6. Выготский Л.С. История развития высших психических функций, 1983, 368 с.
7. Голутвина В.В. Как победить детские страхи/ Гелеос, 2008. – 233с.
8. Гуревич П.С. Психологическая диагностика; уч.пособ / Гуревич. П.С. – СПб, Питер 2003. – 652с.
9. Гурьева В.А. Психогенные расстройства у детей и подростков. – М.: КРОН-ПРЕСС, 1996. – 208 с.
10. Захаров А.И. Психотерапия неврозов у детей и подростков. – М.: Медицина, 1988. – 216с.
11. Захаров А.И Ночные и дневные страхи у детей / Издательство СОЮЗ Санкт-Петербург, 2000. -81с.
12. Захаров А.И. Происхождение и психотерапия детских неврозов: Монография. – СПб.: КАРО, 2006. – 672 с.
13. Захаров А.И. Как предупредить отклонения в поведении ребенка: Книга для воспитателей дет. сада. – М.: просвещение, 1986. – 129 с.
14. Захаров А.И. Неврозы у детей и психотерапия. – СПб.: Дельта, 1996. – 480 с.
15. Зинченко А.И. Психологический словарь. /Прогресс, 2004. – 632с.

16. Изард К.Э. Психология эмоций / Прев. с англ. – СПб.: Издательство «Питер», 1999 – 464с.
17. Изард К.Э Эмоции человека-М, 198. – 954с.
18. Ильин Е.П. Пол и гендер - СПб; Питер, 2010. – 686 с.
19. Козлов Н.И Простое правильное детство / Москва, 2015. – 400 с.
20. Краевое Государственное Учреждение Краевой центр усыновления опеки и попечительства/ Детские страхи/ Красноярск, 2008
21. Клецина И. С. Гендерная социализация -СПБ; Питер, 2009, 92 с
22. Коваленко О. В. Психологические особенности формирования гендерной идентичности в младшем школьном возрасте – ИГПУ.: Иркутск, 2005, 114с
23. Кузьмина М.Н, Детский невроз страха - М: Педагогическое общество России, 2011- 208 с
24. Крайг Г. Бокум Д. Психология развития., 9-е изд. - СПб.: Питер, 2005, 940 с.
25. Красноярский краевой институт повышения квалификации и профессиональной подготовки работников образования центр мониторинга качества образования Диагностика индивидуально-психологических особенностей учащихся/ Красноярск, 2017
26. Лабутина Е.В. Формирование полоролевых стереотипов в младшем школьном возрасте. – Москва, 2011, 263 с.
27. Марковская И.М, Тренинг взаимодействия родителей с детьми, - СПб; Речь, 2005-150 с.
28. Материалы симпозиума, без страха в будущее: Традиционная терапия и новые возможности в детской практике/ Санкт-Петербург, 2003
29. Моргулец Г.Г, О.В Расулова Преодоление тревожности и страхов у первоклассников/Волгоград, 2012. – 143 с.
30. Немов Р.С. Психология. - М.: Просвещение, 1990. - 301 с.
31. Павлов И.П. Физиология ВНД/ И.П Павлов -М; Наука, 1954, - 545с

32. Панфилова М.А Игротерапия общения: Тесты и коррекционные игры. Практическое пособие для психологов, педагогов и родителей. – м., 2002. – 160 с.
33. Полякова Т. В. Особенности страхов у детей младшего школьного возраста и причины. М., 2014. – 337 с.
34. Прихожан А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. М., 2000. – 304 с.
35. Салливан Г.С, Психопатология личности, 1934. – 347 с.
36. Саржанова А.С., Егенисова А.К. Детские страхи и пути их преодоления. М., 2013. – 43 с.
37. Симпсон Т.П. Неврозы у детей, их предупреждение и лечение. – М.: Медгиз, 1989. – 200 с.
38. Сизикова И.В Детские страхи/ Москва, 2014. – 54 с.
39. Собчик Л.Н Методы психологической диагностики; Наука, 1990. – 46 с.
40. Спиваковская А.С. Психотерапия: игра, детство, семья: В 2 т. М.: Апрель Пресс, ЭКСМО- Пресс, 2000. – 462 с.
41. Фрейд З. Психоанализ детских неврозов, 2011. – 54 с.
42. Фрейд А. Психология Я и защитные механизмы. - М.: Педагогика, 1993. – 144 с.
43. Фрейд З. Страх/Введение в психоанализ. Лекции. – М, 1989. – 456с
44. Фридман Л.Ф., Кулагина И.Ю. Психологический справочник учителя//Практическая психология в образовании - М.: Совершенство, 1998. – 288 с.
45. Холл С. Эволюция и воспитания чувства природы у детей. – СПб, 1999. – 80 с.
46. Хухлаева О.В., Хухлаева О.Е. Терапевтические сказки в коррекционной работе с детьми/Москва, 2013. – 153 с.

47. Царенко Н.В. Читаем мысли наших детей / Ростов-на-Дону Феникс, 2016. – 202 с.
48. Чеснокова И.И. Проблема самосознания в психологии; Просвещение, 1977. – 144 с.
49. Щербатых Ю.В. Избавься от страха. –М; Эксмо, 2011. – 304с
50. Щербатых Ю.В Психология страха: Популярная энциклопедия. – М Эксмо, 2007. – 50 с.
51. Эльконин Д.Б. Введение в психологию развития; Тривола, 1994. – 168 с.
52. Эльконин Д.Б Избранные психологические труды. М, 1989. – 560 с.
53. Эриксон Э.Г Детство и общество – СПб, Летний сад, 2000. – 416 с.
54. Эриксон Э.Г Идентичность: юность и кризис; Прогресс, 1996. – 344 с.
55. Юрчук В.В. Современный словарь по психологии. - Мн.: Элайда, 2000. - 704 с.
56. Троцук И.В. Нарбут Н.П. Страхи и опасения российского студенчества: возможности эмпирической фиксации, Теория и практика общественного развития, Краснодар,2014 – 74с [Электронный ресурс]/ Режим доступа:http://teoriapractica.ru/rus/files/arhiv_zhurnala/2014/2/sociologiya/narbut-trotsuk.pdf

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение А

Результаты диагностики теста Тревожности (Р.Тэммл, М.Дорки,
В.Амен)

Имя: Александра. Возраст: 7 лет.

Таблица №8 Выбор школьника

Рисунок	Высказывание	Выбор	
		Веселое лицо	Печальное лицо
1. Игра с младшими детьми	Мальчику нравится играть	+	
2. Ребенок и мать с младенцем	Я люблю гулять с мамой	+	
3. Проявление агрессии	Хочется ударить его стулом		+
4. Процесс одевания	Мне нравится одеваться	+	
5. Игра со старшими детьми	Мама играет с ребенком		+
6. Мальчик ложиться спать в одиночестве	Я засыпаю с игрушкой- зайцем	+	
7. Умывание	Умываться нужно утром и вечером	+	

8. Выговор	Мама ругается		+
9. Игнорирование	Внимание младшему брату	+	
10. Агрессивное нападение	Кто-то отбирает игрушку		+
11. Собрание игрушек	Нужно за собой убирать игрушки, чтобы они не потерялись	+	
12. Изоляция	Дети не хотят с ним играть		+
13. Мальчик проводит время с родителями	Родители играют с ним	+	
14. Еда в одиночестве	Кушать одному скучно		+

Таблица №9 Индекс страха

	Фамилия, имя	Вычисление ИС	ИС (%)
1.	Александра П.	ИС=6:14*100%	ИС=42,8
2.	Влада З.	ИС=4:14*100%	ИС=28,6
3.	Елизавета И.	ИС=5:14*100%	ИС=35,7
4.	Ксения П.	ИС=7:14*100%	ИС=50

5.	Софья Х.	ИС=7:14*100%	ИС=50
6.	Эмма М.	ИС=7:14*100%	ИС=50
7.	Вадим М.	ИС=8:14*100%	ИС=57,1
8.	Максим Ж.	ИС=8:14*100%	ИС=57,1
9.	Светлана Ф.	ИС=7:14*100%	ИС=50
10.	Всеволод Л.	ИС=9:14*100%	ИС=64,3
11.	Лев Б.	ИС=5:14*100%	ИС=35,7
12.	Иван К.	ИС=8:14*100%	ИС=57,1
13.	Полина О.	ИС=6:14*100%	ИС=42,8
14.	Ульяна М.	ИС=10:14*100%	ИС=71,4
15.	Алена В.	ИС=8:14*100%	ИС=57,1

Таблица №10 Уровень тревожности

Ф.И	ИС (%)	Уровень тревожности
Александра П.	42,8	Б
Полина О.	42,8	Б
Влада З.	28,6	Б
Елизавета И.	35,7	Б
Лев Б.	35,7	Б
Софья Х.	50	Б
Эмма М.	50	Б
Светлана Ф.	50	Б

Продолжение таблицы №10

Ксения П.	50	Б
Вадим М.	57,1	А
Иван К.	57,1	А
Максим Ж.	57,1	А
Алена В.	57,1	А
Всеволод Л.	64,3	А
Ульяна М.	71,4	А

Приложение Б

Результаты исследования Теста «Страхи в домиках»

Таблица №11. Актуальные страхи

Присутствующие актуальные страхи младших школьников		
Вид	Имя ребенка	Страх
5,5,3,4,3,2,1,5,6,7,7,7	Юлия Т.	1,2,3,4,6,8,9,10,12,13,14,
5,4,1,6	Вадим М.	2,6,9,19
7,7,7,7,5,5,4,4,3,2,2,5,1	Александра П.	1,2,4,5,6,7,8,10,11,13,14,19
5,5,3,5,7,7,7	Вадим П.	1,2,6,10,12,15
5,4,1,5,1	Иван А.	1,4,9,10,11
5,4,4,2,5,1,2,6,6,7,7,7,7,7	Ксения П.	1,4,5,8,10,11,12,13,14
5,4,4,1,1,6,7,7,7,7	Иван К.	2,4,5,9,11,14,15
-	Соня Х.	-
5,3,7,7	Артем Л.	2,6,14,15
-	Светлана Ф.	-

5,4,3,7,7	Полина О.	1,4,6,11,13,18
5,4,4,6,7,7	Алена В.	2,4,5,13,16
5,4,3,5,1,6	Анастасия Л.	2,4,6,10,11,13
5,3,4,5,1,6,7,7,7,7,7	Дарья Г.	2,3,4,10,11,13,15,16
5,4,4,2,5,2,6,6,7	Всеволод Л.	2,4,5,7,10,12,13,14
5,3,3,2,1,2	Максим Ж.	2,3,6,7,11,12
5,5,4,4,3,2,1,5,1,2,6,6,7,7,7	Эмма М.	1,2,4,5,6,8,9,10,13,14
5,2,5,1,6	Влада З.	2,8,10,11,14
5,4,1,1,7,7	Ульяна М.	2,4,9,11,15,18
5,5,1,5,1,7,7,7,7	Лев Б.	1,2,9,10,11,15,16
5,4	Варвара А.	2,4
4,1,5,2,6,7,7,7,7	Михаил Л.	5,9,10,12,13,14

Итоговая таблица №12

Выраженные страхи	У девочек (кол-во человек)	Мальчики (кол-во человек)
1.«Медицинские» страхи	8 из 13	7 из 11
2.Страхи с причинением физического ущерба	6 из 13	4 из 11
3. Страхи животных и сказочных персонажей;	6 из 13	4 из 11
4. Страхи кошмарных снов и темноты;	10 из 13	6 из 11
5. Социально-опосредованные страхи	11 из 13	10 из 11
6.Пространственные страхи	8 из 13	5 из 11
7.Школьные страхи	8 из 13	6 из 11

Приложение В

Результаты исследования методики «Нарисуй свой страх» А.И Захаров

1. Страх животных, насекомых и тд.

Артем Л.

На рисунке изображен медведь и сам мальчик.

На мой вопрос: «Как ты борешься с этим страхом? Нарисуй!»

А. нарисовал клетку, в которую был «усажен» медведь.

Использованы цвета: красный, коричневый, черный. Цветов минимальное количество, преобладает белый фон.

Александра П.

Изображена сама девочка с друзьями, насекомое-пчела, и несколько больших пауков.

Борьба со страхом: Девочка уплывает от них со своими друзьями на корабле.

Цвета: Синий, черный красный, желтый.

Юлия Т.

На рисунке девочка изобразила себя, гуляющей с собакой. По пути им встречается разбойник.

Борьба со страхом: -

Цвета: оранжевый, фиолетовый, черный, синий, коричневый. преобладает зеленый цвет.

Светлана Ф.

Изобразила себя и медведя.

Борьба со страхом: побеждает с помощью орудия. Изображена кровь.

Цвета: Коричневый, красный, желтый.

2. Страх клоунов.

Дарья Г.

Изобразила себя, и большого клоуна.

Борьба со страхом: Д. нарисовала себя с двумя мечами в руках.

Цвета: черный, преобладает красный цвет.

Вадим М.

На рисунке изображена цирковая арена, на ней клоун, вокруг арены много людей.

Борьба со страхом: -

Цвета: синий, красный, желтый.

3. Страх смерти

Алена В.

Рисунок поделен на два фрагмента, на первом: изображена А. со своим братом на кладбище. Рядом могила родителей. На втором: А. со своим братом и приемными родителями.

Борьба со страхом: -

Цвета: Красный, черный, желтый, зеленый, синий, преобладает коричневый.

4. Страх нападения

Вадим П.

Изобразил себя и незнакомого человека.

Борьба со страхом: В. Звонок в полицию.

Цвета: зеленый, синий, коричневый, черный.

5. Страшный сон

Влада З.

На рисунке В. Изобразила себя, спящей в кровати, «видящей» во сне страшного человека.

Борьба со страхом: -

Цвета: красный, черный, преобладает синий.

6. Страх высоты

Иван К.

Изобразил дом, и себя стоящего на крыше дома.

Борьба со страхом: -

Цвета: оранжевый, черный.

7. Страх врачей

Лев Б.

Он со своими друзьями, на приеме у врача.

Борьба со страхом: -

Цвета: красный, преобладает синий.

8. Школьные страхи

Павел Ч.

На рисунке изображен мальчик, отвечающий у доски. И строгая, рядом стоящая учитель.

Борьба со страхом: -

Цвета: красный, преобладает синий.

Мирослав И.

Нарисовал себя и брата, бегущих в школу, нарисованы часы.

Борьба со страхом: -

Цвета: оранжевый, черный.

Полина О.

Изобразила дневник, в котором стоит плохая оценка.

Борьба со страхом: -

Цвета: красный, черный.

Приложение Г

«Поэтапный план занятий»

Занятие №1

Цель: Сплочение детей, повышение позитивного настроения, раскрепощение собственного «Я», эмоциональное и мышечное расслабление.

Задачи:

- 1) Ведется опора на игровую деятельность
- 2) Расслабление мышц тела
- 3) Подведение к теме страха.

Ход занятия

Приветствие

Здравствуйте. Я очень рада вас приветствовать на наших необычных занятиях. Почему необычных вы поймете сами. И скажете мне в конце занятия.

Разминка: «Росточек под солнцем»

Дети превращаются в маленький росточек (сворачиваются в клубочек и обхватывают колени руками), все чаще пригревает солнышко и росточек начинает расти. (Движения выполняются под музыку)

Основной этап:

Упражнение №1 «Возьми и передай»

Дети встают в круг, берутся за руки, смотрят друг другу в глаза и мимикой передают радостное настроение, добрую улыбку.

Упражнение №2 «Я хожу в школу»:

- Куда мы ходим получать знания?
- Что вам в ней нравится?
- Какой любимый предмет?
- Чем вы занимаетесь на переменах? На уроках?
- А чего вы боитесь, находясь в школе?

-А нужно ли бояться этого?

- Я предлагаю вместе справиться с нашими страхами? Вы согласны?

Предполагаемые ответы детей:

- В школу

- Русский язык, рисование, чтение и тд.

- Играем, бегаем, рисуем и тд

- Пишем, слушаем, отвечаем на вопросы учителя и др.

- Ошибиться при ответе, отвечать у доски и тд

- Нет

-Да!

(Выполняется в кругу)

Каждый ребенок (по очереди) произносит только одну фразу: «Я хожу в школу», но с разной интонацией-радостно, грустно, зло и тд. Группа становится эхом и тоже повторяет эту фразу с тем же эмоциональным наполнением, что и прозвучавшая реплика ребенка.

Упражнение №3 «Смелые ребята»

Дети выбирают ведущего, он страшный дракон. Ребенок становится на стул и говорит страшным голосом: «Бойтесь меня бойтесь!». Дети отвечают: «Не боимся мы тебя!» Так повторяется 2-3 раза. От слов детей дракон постепенно уменьшается (ребенок спрыгивает со стула), превращается в маленького воробушка. Начинает чирикать летать по комнате. Герой переизбирается несколько раз.

4.Рефлексия:

- О чем говорили на занятии?

- С какими трудными ситуациями можем столкнуться в школе, которых нам не стоит бояться?

Я очень хочу вам подарить что-нибудь на прощание, но ни у вас, ни у меня нет ничего с собой. Зато у всех есть тепло сердец, которое можно

почувствовать – это тепло ваших ладошек. Рукопожатие по кругу. Предлагаю взять это за наш прощальный ритуал.

Занятие №2

Цель: Отработка навыков взаимодействия на разных уровнях; развитие интереса к личности другого человека.

Задачи:

- Создание дружеской обстановки
- Работа над чувством замкнутости в себе
- Отработка операции «Приди на помощь другу, товарищу»

Ход занятия

Приветствие

Здравствуйте. Я рада вас видеть!

Вы все уже стали настоящими школьниками: учитесь, внимательно слушаете учителя, рассказываете о своих школьных событиях. О каких важных школьных делах вы могли бы рассказать сегодня дома? (По очереди выслушиваются ответы детей)

Видите, как много нового и интересного вы сегодня узнали. И сегодня на нашем занятии, мы откроем для себя что-то новое.

Разминка «Добрая энергия»

Кто мне скажет, что такое добрая энергия? (варианты детей)

В каждом ли должна быть частичка доброты? (Да)

Давайте поделимся ей друг с другом.

Я, держа в сомкнутых ладонях «добрую энергию», бережно передаю её одному из стоящих в кругу детей. Его задача-передать следующему в той же форме (из ладошек в ладошки) со словами: «А я передаю нашу энергию... (называет имя ребенка, стоящего рядом с ним)». И так «передача» идет по кругу. Молодцы! Все мы зарядились доброй энергией и готовы к занятию.

Актуализация знаний:

-С какими трудными ситуациями можем встретиться в школе?

-Как найти выход из них?

Основной этап:

Упражнение №1 «Помогаем другому»

-Бывает так, что человек грустит. Кто сможет показать, как выглядит грустный человек?

(Один первоклассник садится в круг в позе «грустного человека».)

-Как мы догадаемся, что человек грустит? (грустные глаза, опущенные руки слезы) а, что мы можем сделать, чтобы человек не грустил? (Рассказать смешную историю, помочь, утешить) Как мы можем утешить человека? (Подойти и сказать: «Не грусти, у тебя все получится». Погладить по голове, пожать руку.)

Далее первоклассники выполняют все перечисленные действия.

-Мы сможем помочь другу, если только будем вместе- тогда и грустить не стоит, ведь друг всегда придет на помощь. И следующее упражнение мы будем выполнять вместе.

Упражнение №2 «Узор»

-Когда человеку грустно, ему приходит помощь со стороны его друзей. А вот когда мерзнут наши ладошки - наша опора, - мы тоже стараемся им помочь-надеваем варежки. Сейчас я вам раздам листы для работы... (трафареты варежек разрезаны пополам). Как же нам работать вместе, если у нас только по половинке варежки? (Нужно их соединить.) Давайте найдем вторую половинку варежки, свою пару. (Дети отыскивают свою пару и садятся рядом)

-Теперь ваша задача-не разговаривая, закончить узор, который есть на варежке (он не завершен). У каждой пары есть только один набор карандашей или фломастеров. Сможете работать дружно? (Первоклассники дорисовывают узор на трафарете варежки)

-Поменяйтесь варежками с уже законченным узором с соседней парой, внимательно рассмотрите узор. Я уберу варежки, а вы опять вместе, действуя дружно, должны вспомнить узор, который был на варежке соседней пары, и эти узором украсить чистый трафарет варежки.

Раздаю чистые листы трафареты. По-прежнему работа ведется только с помощью одного набора карандашей или фломастеров. После выполнения задания на классной доске устраивается выставка варежек, оценивается детьми качество выполнения работы.

3.Рефлексия

Дети возвращаются в круг.

-Чем мы с вами сегодня занимались?

-Почему такой красивый узор получился у ...? (Называют имена детей.

Возможный вариант: «Они работали согласованно, не ссорились»

-Видите, как важно для успешной работы трудиться дружно и уметь понимать друг друга.

Ну а сейчас мы с вами прощаемся и обещаю скоро встретиться вновь!

Ритуал рукопожатия.

Занятие №3

Цель: Знакомство с разными ситуациями взаимодействия; отработка навыков взаимодействия.

Задачи:

- Построение правильного варианта общения
- Отработать умение договариваться
- Налаживание контакта с товарищами (если имеются)

Ход занятия

Приветствие

Здравствуйте. Я очень рада вас приветствовать на наших необычных занятиях. И прежде чем начать, мы должны с вами поздороваться и настроиться на работу. Давайте поприветствуем друг друга аплодисментами. Молодцы!

Разминка «Электрическая цепь»

По кругу первоклассники «передают» какое-либо движение друг другу. Главное – не сбиться с ритма, иначе «цепь прервется».

Актуализация знаний:

- Кто вспомнит что такое добрая энергия?
- Зачем она нам нужна?
- Что такое дружба? Кого мы можем назвать другом?
- Когда человек нуждается в помощи?
- Как мы можем понять, что ему грустно? Как помочь? Отлично!

Приступим к новым интересным заданиям.

Основной этап:

Упражнение №1 «Моделирование ситуаций»

Сейчас мы с вами будем считать до 3. Затем 1-е номера станут первой командой, 2-е – второй, 3-и – третьей. Займите, пожалуйста, свои места за игровыми столами. Затем каждая группа получает задание: сыграть ситуацию, где люди не смогли договориться (кто-то не поделился яблоком, хотя об этом просил друг, не захотел разговаривать и т.д.) – примеры ситуаций неконструктивного общения. На работу отводится 5 минут, затем результаты обсуждаются в кругу после представления ситуации членами группы.

-Как мы могли догадаться, что люди не хотят договариваться? (по позе, мимике, жестами)

Упражнение №2 «спина к спине»

Первоклассники, сидя спиной друг к другу, должны рассказать о том, что происходило в классе. Обсуждение в кругу:

-Легко ли было разговаривать? Да, для нормального общения такой контакт невозможен.

Упражнение №3 «Моделирование ситуаций»

Каждая группа должна сыграть ситуацию, где люди хорошо смогли договориться. На работу отводится 5 минут, затем, как и в упражнении 2, результаты обсуждаются в кругу.

-Как мы могли догадаться, что люди хотели договориться? (По позе, мимике, жестам).

Упражнение №4 «Лицом к лицу»

(Выполняется в кругу)

-Повернитесь лицом друг к другу, сказали комплимент: «Мне понравилось, как ты сегодня...»

5. Рефлексия

-Как мы можем догадаться, что люди хотят с тобой общаться, сотрудничать? (По позе, мимике, жестам). В общении очень важно быть лицом к лицу к собеседнику.

Спасибо за ваше дружное выполнение порою сложных заданий!

Ритуал рукопожатия.

Занятие №4

Цели: Проработка школьного страха путем разыгрывания тревожной ситуации; выработать стратегии поведения в трудных ситуациях

Задачи:

- Научиться организовывать время
- Отработать навыки общения со старшими
- Научиться воспринимать критику, советы в свой адрес.

Ход занятия

Приветствие

Здравствуйте! Рада видеть вас снова. Какие вы сегодня особенно красивые. Думаю, сегодня вы вновь справитесь с заданиями на отлично!

Разминка «Зарядка»

Для каждого первоклассника очень важно утром делать зарядку, чтобы сил хватало на целый день. Сейчас один из вас станет ведущим, а остальные будут делать зарядку по его команде.

(Один ученик становится ведущим, остальные выполняют те же упражнения, что и он.)

Актуализация знаний:

- Что значит договориться?
- Нужно ли уметь договариваться в школе? С кем?

-Что может получить если мы не сумеем договориться?

- Как нужно правильно общаться друг с другом?

Основной этап:

Упражнение №1 «Ролевое разыгрывание»

Цель игры: «вынуть» из психики ребенка те страхи и опасения, которые уже наносят вред его развитию, проявляясь мнительностью и боязливостью.

Первый этап: сочинение истории, отражающей страх.

Второй этап: распределение ролей:

- Ученик,

- Учитель,

- Родители,

- Охранник,

- Гардеробщик и тд.

То есть те люди, которые участвуют в повседневной жизни ребенка

Третий этап: разыгрывание по ролям истории.

По ходу главный герой разыгрывает все то, что случается с ним каждое утро. Остальные дети проигрывают роли второстепенных героев, учитель помогает справиться с ролями, дает подсказки, дети меняются ролями, на место главного героя становится другой ученик. После разыгрывания угасает чувство страха, некая напряженность по поводу опоздания. Ребенок начинает понимать, что опоздание, это просто опоздание, а ответственность – правило поведения. Все становится проще.

После проигрывания страха необходимо обсудить все действия участников игры. Это позволяет закрепить в сознании ребенка, как именно он может вести себя в сложной жизненной ситуации. Подобную игру можно проводить и дома с не меньшим эффектом.

2.Рефлексия

-Чем мы занимались сегодня на занятии?

- Было ли трудно справиться?

-Какие трудности игра вызвала у вас?

- Будем ли мы относиться проще к проблемной ситуации?

Спасибо за ваше терпение! До новой встречи! Ритуал рукопожатия.

Занятие №5

Цель: Подавление чувства страха с помощью воображения

Задачи:

- Преодоление трудностей в общении.

- Борьба со страхом: не усвоение новой темы,

-Преодоление страха: просьбы помощи у сверстников или учителя.

-Позитивное внушение ребенку мысли о возможности противостоять

трудностям

Ход занятия

Приветствие

Здравствуйте! Рада вас видеть, давайте улыбнемся друг другу и начнем наше занятие.

Разминка «Путанка»

Один из первоклассников отворачивается. В это время остальные члены группы, взявшись за руки, начинают «запутываться»: не отпуская рук друг друга, начинают ходить, приседать, проходить, проходить под руками стоящих в кругу. Когда «путанка» готова, водящий поворачивается к кругу и начинает ее распутывать.

Актуализация знаний:

-Чем мы занимались на прошлом занятии?

-О чем была сценка?

-Пригодилось ли вам знание за время, до нашей сегодняшней встречи?

Основной этап:

Упражнение №1 «Сказка»

Детям представлена сказка, в аудиозаписи или в собственном прочтении.

Пояснительная записка

Сказка - как неоценимый инструмент позитивного внушения.

Главный ее ресурс – наличие позитивного конца. Счастливое окончание сказок, по сути, осуществляет позитивное внушение ребенку мысли о справедливости окружающего мира и возможности противостоять трудностям.

Какие сказки можно использовать в работе с детьми? Конечно, в первую очередь волшебные сказки. Каждый ребенок постоянно сталкивается с конкретными проблемами, требующими «приземленного» и прагматичного решения, приносящего облегчение «на месте». Именно здесь помогут сказочные истории, ориентированные на конкретные проблемы. Эти истории помогут детям найти выход из сложных ситуаций.

Что могут дать такие истории детям?

Во-первых, они рожают у ребенка ощущение, что его понимают, что взрослых интересуют его проблемы и вы готовы оказать ему помощь.

Во-вторых, в результате работы с «помогающими» историями у детей формируется «механизм самопомощи». Они усваивают такой подход к жизни: «ищи силы для разрешения проблемы в себе самом, ты их обязательно найдешь, и ты наверняка победишь трудности. Таким образом, в сложной ситуации дети начинают учиться действовать самостоятельно, не прибегая к помощи окружающих.

В-третьих, истории представляют детям россыпи возможных вариантов выхода из сложнейших жизненных ситуаций. Они показывают детям, что выход есть всегда, надо только внимательно посмотреть, поискать, и окончание обязательно будет счастливым.

«Кораблик»

Жил-был маленький глупенький кораблик. Он все время стоял в гавани и никогда не выходил в море. Кораблик лишь наблюдал за другими кораблями, как они покидали гавань и уходил в бескрайнюю даль, туда, где сливается небо с горизонтом. У каждого корабля был свой путь, они много знали и хорошо умели ориентироваться в бескрайних просторах. А потом,

когда странники возвращались, их радостно приветствовали люди, а наш маленький кораблик стоял и лишь с грустью наблюдал за ними.

Хотя он и был смелым и не боялся бури, но он странно не хотел учиться. Поэтому он мог заблудиться в далеком море. И вот однажды, насмотревшись на другие корабли, кораблик решил: «Подумаешь, зачем мне много знать, ведь я смелый, и этого хватит, чтобы выйти в море». И отправился он в путешествие. Его сразу подхватило волной и понесло в открытое море.

Так плывал кораблик несколько дней. Ему уже захотелось вернуться в гавань, он представил, как радостно его будут встречать после путешествия. Но вдруг он понял, что не знает обратного пути. Он стал искать знакомый маяк, по которому ориентировались другие корабли, но его не было видно.

Тут стали надвигаться тучи, все вокруг стало серым, море сердитым – надвигалась буря. Кораблику стало страшно, и он начал звать на помощь, но рядом не было никого. Тогда кораблик загрустил и начал жалеть о том, что не хотел учиться, а то бы он давно уже вернулся в свою гавань.

И вдруг вдали он увидел слабый огонек. Кораблик решил плыть к нему, и чем ближе он подплывал, тем яснее видел огромный корабль, который плыл домой. Тот понял, что маленький кораблик потерялся и ему нужна помощь.

Большой корабль взял его с собой и, пока они плыли, рассказывал кораблику все, что знает сам, а кораблик все старался запомнить, ничего не упустить. Он понял, какую ошибку допустил, когда не хотел учиться. Ему захотелось стать очень умным и помогать другим кораблям. Пока кораблик плыл с кораблем, они сдружились, и он очень много узнал. Так они скоро вошли в гавань. Плохая погода развеялась, море стало спокойным, небо чистым, ярко светило солнышко.

И тут вдруг кораблик увидел, как на причале собрались люди и встречали корабли. Играла музыка, у кораблика стало хорошее настроение, и он даже стал гордиться собой, ведь он столько всего преодолел и узнал.

С тех пор кораблик много путешествовал, и каждый раз приобретал новые знания, а когда возвращался, его радостно встречали люди и другие корабли. Его не считали уже маленьким и глупеньким корабликом.

2.Рефлексия

-О чем сказка?

-Главные герои?

-Как вы думаете почему кораблик не хотел учиться? (боялся не понять чего-либо, боялся ошибиться)

- Страшно ли это переспросить или повторить, то что вам непонятно?

-Был ли он смелым? Или трусишкой?

- Правильно ли он поступал?

- А как нужно?

-Молодцы!

Спасибо за ваше терпение и находчивость. Ритуал рукопожатия.

Занятие №6

Цель: Подведение итогов, закрепление знаний, полученных ранее.

Задачи:

-Вспомнить пройденные занятия, выполненные упражнения

- Поблагодарить друг друга за активную работу

Ход занятия:

Приветствие

Здравствуйте! Я рада видеть вас снова. Давайте улыбнёмся соседу и поприветствуем друг друга!

Разминка «На лесной полянке»

Предлагаю детям представить, что они попали на залитую солнцем полянку. На неё со всех сторон сбежались и слетелись лесные жители-всевозможные букашки, таракашки.

Звучит успокаивающая музыка, дети превращаются в лесных жителей. Выполняют задания, соответственно каждому персонажу. Характеризуют героя.

Основной этап:

Упражнение №1 «Неоконченные предложения»

Детям предлагаются предложения, которые нужно закончить.

«Я люблю...» «Меня любят...» «Я верю...» «В меня верят...» «Я не боюсь...» «Обо мне заботятся...»

Упражнение №2 «Комплименты»

Стоя в кругу, все берутся за руки. Глядя в глаза соседа, ребенок говорит: «Мне нравится в тебе...» Принимающий должен поблагодарить. Упражнение продолжается по кругу. Далее обсуждаем чувства, которые испытали дети при выполнении данного задания.

Ребята наши занятия подходят к концу. Сейчас я вам предлагаю вспомнить всем чем мы занимались на прошлых занятиях. (Вспоминают)

- Какие чувства у вас остались после выполненных заданий?

- Стали ли вы чувствовать себя иначе?

-Что вам понравилось/ не понравилось?

-В любом случае вы большие молодцы!

А сейчас я вам прочитаю стихотворение:

Солнце в ладошке, тень на дорожке,

Крик петушиный, мурлыканье кошки.

Птица не ветке, муравей на травинке.

И рядышком-жук, весь покрытый загаром-

И все это-мне, и все это даром!

Вот так ни за что! Лишь бы жил я и жил

Любил этот мир и другим сохранил.

К чему нас призывает автор данного стихотворения?

Сейчас я предлагаю каждому из вас нарисовать рисунок и подарить друг другу. Выразите в нем все самое сокровенное, доброту, любовь, смелость и тд и поделитесь частичкой с другими.

Спасибо за выдержку, бесстрашие и силу воли, которая необходима была на наших занятиях. Я надеюсь, она не угаснет и будет сопутствовать вам в жизни! Вспомним наш ритуал. Рукопожатие детей.