

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

Институт психолого-педагогического образования
Кафедра педагогики детства

ЖИГАЛИНА ЮЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ ПРЕОДОЛЕНИЯ СТРАХОВ ДЕТЕЙ
СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Направление подготовки 44.03.01. Педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы
Дошкольное образование

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой
к.п.н., доцент Яценко И.А.

7.06.2018

Научный руководитель
к.п.н., доцент Василькова Ж.Г.

7.06.2018

Дата защиты

20.06.2018

Обучающийся
Жигалина Ю.А.

7.06.2018

Оценка _____

Красноярск 2018

ОГЛАВЛЕНИЕ

| | |
|--|-----------|
| ВВЕДЕНИЕ..... | 3 |
| ГЛАВА 1. ТЕОРИТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРЕОДОЛЕНИЯ СТРАХОВ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА..... | 7 |
| 1.1. Страхи: определение, виды и формы проявления | 7 |
| 1.2. Возрастные особенности детей старшего дошкольного возраста | 20 |
| 1.3. Особенности проявления страхов у детей старшего дошкольного возраста | 24 |
| ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 1..... | 35 |
| ГЛАВА 2. ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ ПРЕОДОЛЕНИЯ СТРАХОВ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА | 37 |
| 2.1. Организация и методики эмпирического исследования | 37 |
| 2.2. Результаты диагностики страхов у мальчиков и девочек старшего дошкольного возраста | 39 |
| 2.3. Педагогические рекомендации по профилактике страхов у мальчиков и девочек старшего дошкольного возраста | 44 |
| ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 2..... | 54 |
| ЗАКЛЮЧЕНИЕ | 55 |
| БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК..... | 58 |
| ПРИЛОЖЕНИЯ | 61 |

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. В ситуации социальной нестабильности на современного ребенка обрушивается множество неблагоприятных факторов, способных не только затормозить развитие потенциальных возможностей личности, но и повернуть процесс ее развития вспять. Психика ребенка отличается обостренной восприимчивостью, ранимостью, неспособностью противостоять неблагоприятным воздействиям.

Проблема детских страхов является актуальной для дошкольной педагогики и психологии (Абрамкина С.Н., Захаров А.И., Ветрова О.Е.). Исследователи отмечают в последнее время значительный рост числа детей с разнообразными страхами.

Многие страхи с возрастом проходят бесследно, однако у некоторых детей они остаются и даже становятся более интенсивными. Самыми распространенными являются страх темноты, одиночества, замкнутого пространства. Таким образом, страх неизбежен, так как является защитной функцией организма. Если с ними не бороться, они могут привести к нарушениям режима дня, что не может, не отразится на его здоровье.

Также лидирующим детским страхом есть негативные переживания, которые ребенок увидел, и они прочно засели в сознании. Это может быть ссора родителей или увиденная авария. Но, самым сильным страхом во все времена для ребенка считается страх расставания с матерью. Если расставание неизбежно, то оставляйте ребенка ненадолго. Долгое расставание с матерью может вызвать у ребенка депрессию и нервные расстройства. Сначала он может перестать есть, нарушается сон и может возникнуть отклонения в развитии ребенка. Например, такие ситуации могут возникать при выходе матери на работу.

В современном мире ребенок является самой чувствительной частью социума, которая подвержена разнообразным воздействиям окружающей

среды. Актуальность исследования определяется ростом негативных эмоционально-личностных проявлений у детей дошкольного возраста, на которые указывают многочисленные авторы. В исследованиях, посвященных психологии эмоций, подчеркивается многогранность, многовариативность, многофункциональность эмоциональной сферы, ее значимость для полноценного нравственного развития личности (Вологодина Н. Г., Долгова В. И., Овчарова Р. В., Журбенко С. С., Ежкова Н., Захаров А. И.). Для профилактики развития страхов важно с раннего детства развивать эмоциональный интеллект (В. Шиманская).

Развитие эмоциональной сферы мальчиков и девочек имеет свою специфику (Пиз А., Айке Д., Еремеева В.Д., Захаров А.И.), что обусловлено как биологическими причинами (строение и функционирование головного мозга), так и социальными (условия воспитания, гендерные стереотипы). Соответственно и проявление страхов у мальчиков и девочек с дошкольного возраста может отличаться.

В связи с этим, особенно актуальной для педагогики и психологии является задача поиска наиболее эффективных путей выявления и профилактики страхов у мальчиков и девочек старшего дошкольного возраста.

Проблема исследования состоит в противоречии между возрастающим числом запросов со стороны родителей на тему профилактики детских страхов и недостатком эффективных педагогических методов их преодоления у детей старшего дошкольного возраста.

Цель исследования – выявить педагогические методы преодоления страхов у детей старшего дошкольного возраста.

Объект исследования – страхи детей старшего дошкольного возраста.

Предмет исследования – педагогические методы преодоления страхов мальчиков и девочек старшего дошкольного возраста.

Задачи исследования:

1. Раскрыть понятие, виды и формы проявления страхов; изучить возрастные особенности детей старшего дошкольного возраста;
2. Выделить особенности проявления страхов у мальчиков и девочек старшего дошкольного возраста;
3. Выявить педагогические методы преодоления страхов мальчиков и девочек старшего дошкольного возраста.

Методы исследования: теоретический анализ научной литературы; тестирование, проективный метод; качественные и количественные методы обработки данных.

Методики исследования:

1. Методика выявления детских страхов «Страхи в домиках» (А.И. Захаров и М. Панфилова);
2. Проективная методика «Мои страхи» (А.И. Захарова);

Гипотеза исследования: мы предполагаем, что у мальчиков и девочек старшего дошкольного возраста различные проявления страхов и существуют педагогические методы их эффективного преодоления.

Теоретической основой исследования являются представления А.И. Захарова, С.Н. Абрамкиной, О.Е. Ветровой о природе детских страхов и возможностях их преодоления у детей старшего дошкольного возраста.

Эмпирическая база и характеристика выборки. В исследовании приняли участие 24 ребенка старшего дошкольного возраста, из них 12 мальчиков и 12 девочек в возрасте 5-6 лет.

Практическая значимость исследования: на основе данных исследования могут быть составлены педагогические рекомендации по профилактике страхов мальчиков и девочек старшего дошкольного возраста.

Достоверность результатов исследования определена адекватностью выбранных методов исследования, ориентацией на воспроизводимость эксперимента, а также качественной и количественной обработкой эмпирических данных.

Структура и содержание работы. Выпускная квалификационная работа состоит из введения и основной части, состоящей из теоритической и практической главы, заключения, списка использованной литературы и приложений.

ГЛАВА 1. ТЕОРИТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРЕОДОЛЕНИЯ СТРАХОВ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

1.1. Страхи: определение, виды и формы проявления

На сегодняшний день весьма распространено мнение, рассматривающее страх как реакцию на конкретную, определенную опасность, а тревожность - как переживание неопределенной, смутной, безобъективной угрозы главным образом воображаемого характера. Соответственно другой позиции, страх чувствуется при угрозе витальной, когда что-то угрожает целостности или жизни человека как живого существа, человеческого организма, а тревожность - при угрозе социальной, личностной, когда опасность грозит ценностям человека, потребностям «Я», его представлению о себе, отношениям с другими людьми, положению в обществе. В отдельных исследованиях страх рассматривается как фундаментальная эмоция, а тревожность - как складывающееся на его основе, зачастую в комбинации с другими базовыми эмоциями, более сложное эмоциональное образование [24].

Некоторыми исследователями выделяется устойчивая тревожность в какой-либо сфере (тестовая, межличностная, школьная и др. - ее принято обозначать как специфическую, частную) и общая, генерализованная тревожность, которая без труда сменяет объекты в зависимости от изменения их важности для человека.

Состояние тревоги (тревожности) представляет собой эмоциональное состояние, ряд эмоциональных состояний, которые закономерно сменяют друг друга по мере возрастания, и выделил шесть уровней состояния тревоги.

Первый уровень - минимальная интенсивность тревоги. Обнаруживается в переживаниях напряженности, настороженности, дискомфорта. Данное ощущение не содержит в себе никакой угрозы, а наоборот служит сигналом быстрого наступления более выраженных

проявлений тревоги. Этот уровень тревоги обладает наибольшим адаптивным значением.

Второй уровень характеризуется сменой внутренней напряженности на гиперостезическую реакцию, или же соединением этих двух параметров. На этом уровне приобретает значимость нейтральными стимулами, а в случае усиления они приобретают негативную эмоциональную окраску.

Третий уровень характеризуется появлением тревоги. Возникают переживания неизвестной угрозы, появляется чувство непонятной опасности.

На четвертом уровне возникает страх. Возникновение страха объясняется нарастанием тревоги. Проявление страха характеризуется опредмечиванием, конкретизацией неизвестной опасности. В этом случае объект, на который направлен страх, как правило, не всегда является отображением реальной причины тревоги, действительной угрозы.

Пятый уровень характеризуется появлением ощущения неотвратимой катастрофы, появляющейся как следствие нарастания тревоги. Проявляется в чувстве ужаса. В этом случае переживание не связано с содержанием чувства, а связано исключительно с нарастанием чувства тревоги. Похожее переживание зачастую вызывает неопределенная, но очень сильная тревога.

Наиболее важный уровень - тревожно-боязливое возбуждение, выражающееся в потребности двигательной разрядки, паническом поиске помощи. Дезорганизация поведения и деятельности порождается тревогой, достигает при этом своего апогея.

А.М. Прихожан выделяет две основные категории тревожности [32]:

1) открытая - сознательно переживается и проявляется в поведении и деятельности в виде состояния тревоги;

2) скрытая - в резкой степени неосознаваемая, которая проявляется или чрезвычайным спокойствием, нечувствительностью к реальному неблагополучию и даже отрицанием его, или же косвенным путем через характерные способы поведения.

Внутри данных категорий были обнаружены и подвержены особенному анализу разнообразные формы тревожности. Выделяют три формы открытой тревожности:

Острая, которая не регулируется или регулируется, но очень слабо, тревожность - сильная, осознаваемая, проявляемая внешне через симптомы тревоги, самостоятельно справиться с ней индивид не в силах.

Регулируемая и компенсируемая тревожность. При ней дети могут самостоятельно вырабатывать довольно эффективные способы, которые позволяют преодолевать имеющуюся у них тревожность [15].

Значительной характерной чертой обеих форм является то, что тревожность оценивается детьми как неприятное, тяжелое переживание, от которого они очень хотят избавиться.

Культивируемая тревожность - тревожность понимается и ощущается как ценное для личности качество, которая позволяет добиться немалых высот. Культивируемая тревожность делится на несколько вариантов. Во-первых, индивид имеет право признавать ее как основной регулятор его активности, который обеспечивает его организованность, ответственность. Во-вторых, она может играть роль некой мировоззренческой и ценностной установки. В-третьих, она зачастую проявляется в поиске определенной «условной выгоды» от наличия тревожности и выражается через обострение симптомов. Встречались даже такие случаи, когда у одного испытуемого встречались одновременно два или даже все три варианта.

Скрытую тревожность можно встретить гораздо реже, чем открытую. Одной из ее форм является «неадекватное спокойствие». В подобных случаях индивид, который скрывает тревогу, как от окружающих, так и от самого себя, вырабатывает сильные и негибкие способы защиты от нее, которые препятствуют пониманию как определенных угроз в окружающем мире, так и личных переживаний. У этих детей не отмечается внешних признаков тревожности, наоборот, они характеризуются повышенным, чрезвычайным

спокойствием. Данную форму нельзя назвать стойкой, она довольно быстро перерастает в открытые формы тревожности. Сосредотачивает на себе внимание то, что у отдельных детей открытая тревожность и «неадекватное спокойствие» обыкновенно сменяют друг друга. Складывается впечатление, что «неадекватное спокойствие» в данном случае играет роль некоторого временного «отдыха» от тревог, когда ее действие приобретает действительно угрожающий психическому здоровью индивида характер [15].

Вторая форма скрытой тревожности - «уход из ситуации» - встречается очень редко.

Следует сделать вывод что, во всех возрастах, которые были нами рассмотрены, появление и закрепление тревожности как стабильного образования, зачастую связано с неудовлетворением первостепенных потребностей возраста, которые приобретают не насыщаемый характер по гипертрофированному типу. Тревожность, которая возникает впоследствии травматического стресса, фиксируется в качестве личностного образования при наличии указанных характеристик потребностей и внутренних конфликтов.

Тревожность имеет сильную зависимость от ситуации. Для обоснования данного вывода были созданы опросники, содержащие описание ситуаций наподобие проверочных испытаний (боязнь экзаменов). Следующим подтверждением служит оценка переживаемого в определенной реальной ситуации чувства тревожности. Тревожность стали рассматривать в двух мерах: тревожность как диспозицию и состояние.

По мнению А.И. Захарова, свойства нервной системы (уравновешенность, сила, подвижность) предельно четко можно заметить во внешнем поведении [13]. Дети, имеющие сильную нервную систему могут долгое время работать или играть, у них, в основном, высокий эмоциональный тонус, устойчивое в мерах возрастных возможностей внимание, хорошая способность ориентироваться в непривычной ситуации.

Такие дети сравнительно быстро переключаются на новый вид деятельности, хорошо переносят высокий темп и интенсивность работы. Дети, имеющие слабую нервную систему вялы, замедленны во всех действиях, они долго и включаются в работу, переключаются и восстанавливаются. Работают они медленно, зато очень легко отвлекаются. Темп и интенсивность деятельности у них низкие. В большинстве работ по изучению свойств нервной системы четко показывается важная роль ее силы в динамике психических состояний. Так, например, Н.Д. Левитов отмечает, что состояние страха является показателем слабой нервной системы и хаотичности нервных процессов [17].

С другой стороны, известным фактом является то, что если ведущий в становлении темперамента генетический, конституциональный фактор, то в характере он будет проявляться вместе со средовым, социальным влиянием. Таким представлением определяется социальный подход к изучению причин детских страхов.

Поэтому, во многих работах главная причина возникновения страхов у младших школьников - это неправильное воспитание и неблагоприятные взаимоотношения ребенка с родителями, в особенности с мамой. «Отвержение, неприятие матерью ребенка вызывает у него страхи из-за невозможности удовлетворения потребности в любви, в ласке и защите». В таком случае у ребенка возникает страх: он чувствует условность материнской любви. Неудовлетворенная потребность ребенка в любви в дальнейшем будет побуждать его пытаться достичь ее удовлетворения любыми способами. Высокая вероятность возникновения страхов у ребенка замечена в воспитании «по типу гиперпротекции (чрезмерная забота, ограничения и запреты, мелочный контроль, постоянное одергивание)» [13].

Возникновение и закрепление страхов связано с неудовлетворением основных возрастных потребностей ребенка, которые могут приобретать гипертрофированный характер.

Детские страхи и тревога могут стать следствием личностной тревожности матери, которая имеет симбиотические отношения с ребенком. При этом мать, в ощущении себя единым целым с ребенком, старается оградить его от всех трудностей и неприятностей, и этим «привязывая» его к себе, предохраняя от несуществующих, но придуманных, соответственно ее тревожности, опасностей. В итоге ребенок испытывает беспокойство, когда остается без матери, сразу боится, теряется и волнуется. Вместо самостоятельности и активности развиваются зависимость и пассивность. Как отмечает А.И. Захаров, если отец не участвует в воспитании ребенка, то ребенок в большей мере привязывается к матери, и если мать является тревожной личностью, он скорее перенимает ее беспокойство. Так получается и в случае, если ребенок боится отца из-за его грубости и вспыльчивости [13].

Можно заметить, что нарушения самооценки оказывают влияние на формирование всей психологической системы человека, включая и личность. Эмоции и чувства человека, которые являются отражением его реальных отношений к важным для него объектам и субъектам, не могут не изменяться под влиянием страхов, при которых сужаются сферы чувственного познания, изменяются интересы и потребности. Дети с различными отклонениями имеют ту же «номенклатуру» эмоций и чувств, что и с нормальной речью, и проявляют те же эмоции и чувства, хотя уровень их развития может отличаться от таковых у детей в норме [12]. Значительное место в возникновении тяжелых эмоциональных состояний отводится пониманию своего отличия от нормальных сверстников, пониманию и переживанию своего дефекта в младшем школьном возрасте, осознанию ограничений в выборе профессии, партнера для семейной жизни в юношеском возрасте. Лицам с большим количеством страхов свойственны также заниженная самооценка, низкий уровень притязаний и выраженные депрессивные компоненты поведения.

Проблема детских страхов представлена в трудах Г. Рибо, А.А. Люблинской, А.И. Захарова.

Детские страхи - эмоциональные реакции детей на ситуацию угрозы (реальной или воображаемой) или на опасный в представлении детей объект, переживаемые ими как дискомфорт, желание убежать или спрятаться [11, с. 177].

Г. Рибо настаивает на том, что детские страхи носят инстинктивный характер. Он объясняет ранние фобии травмой, которую получает ребенок при рождении. Согласно утверждению ученого, страх является инстинктом самосохранения в его оборонительной форме и не всегда передается по наследству.

А.А. Люблинская придерживается противоположной точки зрения – страхи появляются на протяжении жизни ребенка и зависят от особенностей его индивидуального опыта и воспитания.

Детские страхи представляют собой иерархическую структуру различных по природе и интенсивности страхов, которые определяются особенностями личности ребёнка, индивидуальным опытом, принятыми в данном социуме установками, а также общими для всех людей возрастными и половыми закономерностями. Говоря о детских страхах и их проявлении, необходимо понять, что при этом считать нормой, а что патологией. В отечественной и зарубежной психологии выделено 29 страхов, которые могут испытывать дети от рождения и до достижения 16–18-летнего возраста. Сложным «кризисным» периодом является семилетний возраст. Причем для дошкольников в этом возрасте характерны страхи одиночества, смерти, нападения, а для школьников другие, более взрослые — социальные: опоздать в школу, смерти родителей. О детском неврозе страха также можно говорить, если ребенок называет какие-либо другие страхи, чем те, которые характерны по А.И. Захарову для его возраста и пола. По-настоящему бесстрашного ребенка не существует, но иногда страхи настолько сильно

поражают его, что он уже не в состоянии адекватно воспринимать действительность. И тогда возникает патология в проявлении страхов у ребенка.

Детские страхи имеют свою специфику. При отсутствии внимания со стороны родителей к тревогам ребенка обычный испуг может привести к возникновению психических расстройств не только в дошкольном, но и в взрослом возрасте.

Психологические страхи у детей раннего возраста обусловлены недостаточной информированностью о внешнем мире. Они, как правило, вызываются при виде незнакомых предметов и обстановки, чужих людей и т.п. Такие страхи быстро проходят и не сказываются в дальнейшем на поведении ребенка.

Детские патологические страхи имеют выраженный и стойкий характер, их далеко не всегда можно логически объяснить. Они нарушают поведение детей, мешают общению и адекватной оценке окружающей действительности. Повышенную склонность к таким страхам имеют дети с неврозами, перенесшие врожденные и приобретенные заболевания мозга, родовую травму центральной нервной системы, асфиксию, страдающие эпилепсией.

Детский страх – это ощущение тревоги или беспокойства у ребенка до 16 лет. Каждый возраст несет свои страхи, которые могут так или иначе сказаться на психике. Если получится детские страхи победить, то это поможет вырастить смелую личность, уверенную в себе и инициативную. Если же не обращать внимания на страх, то ребенок не узнает, что такое родительская защита в полной мере и будет многого опасаться в будущем. Особенно нуждаются в проработке сильные и длительные страхи [11, С. 177-179].

Беспокойство, страх и фобия – это три стадии не только детского, но и взрослого страха. Одни могут быстро появляться и исчезать, другие надолго

(иногда навсегда) оставляют четкий след в памяти. Событие больше не повторяется, но страх остается.

Новорожденный ребенок еще не понимает причины и следствия, то есть не способен логически рассуждать. Поэтому он полностью воспринимает мир как его родители. Отсюда вывод: родители могут все свои страхи перенести на психику ребенка как через копирку. Тревожный взгляд и интонация – нити, через которые передается страх незрелому уму. Поэтому самое важное – это реакция родителей на любой раздражитель. Помните, что ребенку неважно, что произошло. Он посмотрит на маму и решит: стоит ли плакать или нет. Если она испугалась, следом ожидайте реакцию ребенка. Помимо этого, причин для страхов достаточно.

Что-то испугало. Случай – основная причина детских страхов. Это может быть громкий крик, страшная сцена фильма, застревание в лифте, травма ребенка или родственника, опасения родителей, укус осы или собаки, похороны. Если родители ребенка – люди со стойкой психикой, неконфликтные, спокойные, позитивные и уверенные в себе, то есть вероятность, что страх окажется кратковременным. Если же при новорожденном были ссоры родителей и другие травмирующие ситуации, то он обретает неуверенность в себе. Это означает, что страх из-за конкретного случая может стойко закрепиться в памяти. Такие дети начинают остерегаться собак, насекомых и часто реагируют на любую ситуацию плачем.

Фантазия. Зачастую виновником детского страха становится чересчур развитое воображение. Случается определенная ситуация, и кроха тут же дорисовывает в своем уме подробности. Как пример можно привести ночные тени. Скомканное одеяло образует на стене тень и ребенок в воображении додумывает, что это волк или чудовище. Если он обожает мультики и уже имеет представление об инопланетянах, то он может бояться луны, которая светит в окно. При этом его фантазия начнет придумывать инопланетян,

которые за ним наблюдают. Сюда же можно отнести страх Кощея, Бабы Яги и даже Мойдодыра. Поэтому важно ограждать ребенка от телевизора и фильтровать его мультфильмы.

Разлады в семье. Ссориться с супругом – это нормально. Но помните, что нужно это делать правильно – конструктивно и на пониженных тонах. Если каждая ссора переходит в скандал с применением крепких словечек, хлопаньем дверей и битьем посуды – неудивительно, что ребенок будет пугливым, тревожным и капризным.

Разлады в социальной жизни. Ссоры с учителями, одноклассниками и другими людьми могут стать причиной социофобии. Ребенок начинает бояться коллективов и чувствовать себя скованно. Такие детские страхи победить нетрудно, если они вовремя замечены. Однако есть вероятность, что вы о нем узнаете лишь попростову несколько лет. Также ребенок может обрасти страхами после посещения детского лагеря, где дети рассказывают друг другу страшилки по ночам.

Невроз. Иногда причиной страха становится психологическое отклонение, которое называется неврозом. Оно вырабатывается постепенно и лишь в том случае, если страхи заглушаются, усиливаются и не прорабатываются [8, С. 29-31].

Чаще всего у детей возникают навязчивые страхи (фобии). Например, боязнь темноты, грозы, одиночества, замкнутых помещений, высоты и т. п. В школьном возрасте может возникнуть боязнь школы, страх смерти, удушения. При бредовых страхах дети боятся обычных предметов или действий (например, мыться в ванной).

Страхи часто сопровождаются изменением поведения - излишней подозрительностью, могут сочетаться с бессонницей и другими нарушениями сна, галлюцинациями. Ночные страхи возникают во сне и сопровождаются плачем, двигательным возбуждением. Разбудить детей в этот период удается не всегда. Такие состояния продолжаются 5-20 минут,

затем ребенок успокаивается. Утром он не помнит об этом. Подобные сны могут провоцироваться переутомлением, перенесенным накануне испугом (например, просмотром страшного фильма).

Главной особенностью детского страха является масштаб ситуаций или предметов, способных вызвать тревогу или настоящую панику у ребенка. Источником чувства испуга может быть предмет, животное, определенная атмосфера или обстановка. В большинстве случаев родители сами провоцируют страх у ребенка, рассказывая страшные истории, пугая ребенка вымышленными персонажами и иными ситуациями.

Детские страхи классифицируют по четырем видам.

Страхи по ночам. Сюда относятся кошмарные сновидения. Во время сна у ребенка наблюдаются непроизвольные движения – он разговаривает, иногда кричит, комкает одеяло и простынку. Иногда может происходить непроизвольное мочеиспускание и проявления лунатизма. Когда снится кошмар, ребенок либо просыпается и бежит к родителям в кровать, либо засыпает и наутро ничего не может вспомнить.

Необоснованные страхи. Один из самых распространенных видов детских страхов. Ребенок боится темноты, ему страшно быть наедине с собой, он пугается персонажей мультфильмов или сказок, а также додумывает того, чего нет. При этом не пытайтесь убедить кроху, что его страх не имеет оснований – он все равно будет стоять на своем.

Навязчивые страхи. Сюда можно отнести боязнь открытых и закрытых пространств, полетов на самолете, страхи перед укачиванием в транспорте и так далее.

Необъяснимые (бредовые) страхи. Ребенок начинает бояться того, что абсолютно никого не пугает: свою куклу, телефон, тапочки. Избавиться от детских страхов такого типа легко, если понять причину. Например, ему приснилось, что за ним гонятся его тапочки или разговаривает кукла.

Первоначальное появление страха случается у семимесячных детей при отсутствии мамы. С 8 месяцев младенец начинает распознавать своих близких людей, а перед незнакомыми появляется страх. В 2 года появляются ночные страхи, он может бояться темноты. К животным зарождается страх в 3 года, а через год остальные страхи.

К причинам страхов относятся некоторые факторы: здоровье, стили воспитания, темперамент, особенности личности и др. Люди находящиеся продолжительное время с ребенком замечают изменения в его поведении в разных ситуациях, должны осознавать, что с его страхами лучше поможет справиться специалист, но тем не менее важно соблюдать следующие правила:

Для того, чтобы помочь ребенку избавиться от страхов необходимо чуткое отношение родителей и педагогов, что подразумевает доверительное отношение и внушение веры в себя.

Ребенку, испытывающему страх одиночества, важно присутствие мамы, ее защита. Если она отсутствует, то ребенок ощущает себя не нужным. Обычно такое происходит у застенчивых и впечатлительных детей. Такие дети умные и с богатым воображением, но самостоятельно играть не могут. Не занятое воображение способно вызывать страхи.

На страх одиночества может повлиять психологическая травма. Ребенка может травмировать ужасная сцена по телевизору. Также ревность к младшему ребенку может вызвать страх одиночества. Существует множество психологических травм, которые приводят к страху одиночества. Поэтому тяжело найти истинную причину.

Задача родителей напоминать ребенку о своей любви. Нужно учить ребенка само выражаться.

По мнению психологов, причина ночных страхов проблемы в семье и недостаток внимания родителей. Для ребенка темнота – это одиночество. Сон способен увеличить или уменьшить страх. Когда ребенку снится злое животное, которое его съедает, значит в жизни его сильно критикуют или

подавляют. А если во сне за ребенком гонятся, то значит кто-то из окружающих поглощает его энергию. Может быть ребенок имеет друга, который любит командовать.

Если ребенку страшно засыпать без света, то не рекомендуется его выключать – это только усугубит проблему. Если ребенок во сне куда-то опаздывает, значит он испытывает постоянный стресс. Нужно обеспечить ребенку полноценный отдых. Но, если страшные сны беспокоят во время болезни, то это нормально. Утром ребенку нужно дать чистый лист бумаги, на котором он нарисует свой страх, а потом ему надо порвать и выкинуть его.

Для коррекции детского ночного страха подходит игра «Клад». Для этого нужен большой фонарь. Родители должны спрятать клад, а ребенок его найти. Сначала надо искать вместе с родителями, а потом самому. С фонарем ребенок не будет бояться искать клад.

Родителям нужно внимательнее относиться к ребенку и чаще с ним общаться. При возникновении страха нужно обязательно с ним бороться [28, С. 8-9].

Очень важным в формировании страхов детей является эмоциональный интеллект [36]. В. Шиманская говорит о том, что страх является сигналом, который появляется в человеке негативными ощущениями, тем самым предупреждая об угрозе. Безопасная и спокойная жизнь без эмоции страха невозможна, ведь именно страх сдерживает нас от безрассудных и опасных поступков и помогает сохранять себя в целостности и сохранности. Но у страха есть и обратная сторона – разрушающая, сковывающая, не подпускающая к своим желаниям и целям. И именно эту негативную сторону страха тяжелее всего перенести и побороть. Она говорит о том, что уже в 7 месяцев ребенок бьет тревогу из-за долгого отсутствия мамы, в 1-3 года в нем развиваются привязанность и чувство доверия к родителям, поэтому здесь особенно сильно работают внушаемые страхи, а также страхи, вызванные неожиданностью или внезапной болью – резкий звук или боль от укола. С 3

до 5 лет появляется страх темноты и одиночества. Это период, когда любовь и поддержка семьи особенно важны для ребенка[36].

1.2. Возрастные особенности детей старшего дошкольного возраста

Старший дошкольный возраст выполняет особую роль в развитии детей: в этот период их жизни происходит формирование новых психологических механизмов поведения и функциональной деятельности. 6-летний возраст определяется активизацией процесса роста ребенка, изменением пропорции тела, совершенствуются движения, активно развиваются двигательные способности. Здесь девочки несколько преобладают перед мальчиками. У ребенка активно развиваются крупные мышцы туловища и конечностей, но при этом еще слабыми остаются мелкие мышцы, преимущественно кистей рук. Воспитатель уделяет отдельное внимание развитию мелкомоторных функций [5].

Нашли свое место существенные изменения высшей нервной деятельности. В течение шестого года жизни у ребенка совершенствуются основные процессы нервной системы: возбуждение и особенно торможение. Это положительно отзывается на способностях саморегуляции. Но, в общем, возможность к произвольной регуляции детской активности пока еще выражена нечетко и недостаточно, требуя внимания взрослых.

Находит свое место также и формирование социальных представлений морального плана, где старшие дошкольники уже умеют отличать хорошие поступки от плохих, имеют представления о различиях добра и зла, в состоянии привести соответствующие примеры из своей личной жизни или изученной литературы. При оценке каких-либо поступков своих сверстников они могут быть достаточно категоричными и требовательными, а в отношении личного поведения наоборот, более снисходительными и недостаточно объективными.

По своим функциональным характеристикам головной мозг 6-летнего ребенка уже приближается к характеристикам мозга взрослого человека, так как расширяются его интеллектуальные возможности. Он не только способен выделить существенные отличия в каких-либо предметах и явлениях, но и находит начало в установлении причинно-следственных связей между ними, пространственных, временных и другие отношений.

Общий кругозор ребенка расширяется. Интересы старшего дошкольника, как правило, выходят за рамки ближайшего окружения детского сада и семьи. Его начинает привлекать обширный социальный и природный мир, необыкновенные события или факты. Он делает попытки самостоятельно осмыслить и объяснить приобретенную информацию.

При данном возрасте возможности возрастают в части памяти, возникает намеренное желание запоминать видимое, услышанное и т.д., для последующего воспроизведения запомненного материала, внимание становится более устойчивым. На виду определенное развитие всех психических и познавательных процессов, совершенствование речи (связной, монологической).

Находит развитие продуктивное воображение, способность восприятия и воображения себя на основе словесного описания различных миров, например космоса, волшебников и т.п. Эти достижения находят реальное воплощение в играх детей, театральных постановках, в рисунках, рассказах детей.

Потребность, которая возрастает у старших дошкольников в общении со своими сверстниками, в их совместных играх и деятельности в итоге образует определенное детское сообщество, в котором находит себя развитие системы межличностных отношений, взаимных симпатий и привязанностей. Социальный статус каждого ребенка формируется во многом по его оценке своего воспитателя. Своим поведением воспитатель показывает примеры доброго, заботливого отношения к людям [26].

В данном возрасте в социальном общении со сверстниками преимущественно преобладают однополюсные контакты. Также дошкольники играют небольшими группами от двух до пяти человек, поскольку становятся избирательными в своих взаимоотношениях и общении [5].

Проявляется более активный интерес к взаимному сотрудничеству, к совместному решению каких-либо общих задач. При этом интерес старших дошкольников к общению с взрослыми не уменьшается. Разнообразное и содержательное общение взрослых с детьми (познавательное, деловое, личностное) является существенным условием полноценного детского развития.

Первые семь лет каждый ребенок переживает 3 периода своего развития, причем каждый из них характеризуется конкретным шагом навстречу общественным ценностям, а также новым возможностям преобразовывать, познавать и осваивать мир на эмоциональном уровне.

Именно проблема приобщения к миру взрослых была, есть, и, видимо, еще будет в будущем одной из краеугольных в процессе становления личности ребёнка. Взгляд в прошлое убеждает нас в необходимости, по возможности, оказать ребёнку всестороннюю и квалифицированную помощь в таком сложном процессе, как выход во взрослый мир.

В правовых и нормативных документах, которые обозначают новые задачи и цели в начальном общем и дошкольном образовании, особо подчеркивается роль личностного и социального развития детей. Это определяется как необходимое условие для формирования позиции в социуме, опыта общественных и социальных отношений. Основное проявление интегрирования личности в общество просматривается в том способе, каким обычно регулируется определенное поведение людей: внутренними (добровольность поведения и моральное сознание личности) и внешними (общественное мнение, социальные нормы). Выполнение задач, которые обеспечивают развитие личностных и социальных качеств у детей

на ступенях начального и дошкольного образования, становится продуктивным лишь при условии преемственности и непрерывности данного процесса.

Подготовленная педагогическая организация, имеющая опыт для создания педагогических условий, выделяет необходимые и наиболее важные черты формирования достаточного уровня социализации у старших дошкольников, опираясь на личностный подход, учитывая особенности отдельного ребёнка, специфику применяемых средств. К аспектам такого процесса можно отнести: индивидуальность в формировании навыков коммуникации у старших дошкольников и специфику применения средств, которые обеспечат процесс в соответствии с обозначенными принципами. Старший дошкольник проходит возраст, который является периодом интенсивного развития и базисного формирования процессов познания. Согласно Л.С. Выготскому, именно с началом обучения мышление выдвигается в центр сознательной деятельности ребёнка. По словам Д.Б.Эльконина, «память в этом возрасте становится мыслящей, а восприятие думающим». На базе сформировавшихся психических новообразований формирование навыков коммуникации в этот период происходит не только через подражание, но и с помощью осмысления, анализ. Это позволяет определить осознанный характер формирования коммуникативных навыков у старших дошкольников.

По мнению А.В. Мудрика, старшие дошкольники начинают вступать в коммуникативный контакт, когда для этого существуют реальные практические основания, а само содержание общения формируются для учебной деятельности или игры.

Изучив вышесказанное, можно выделить особенности социализации у старших дошкольников:

- Осознанность формирования социализации.

- Комплексный подход к реализации процесса социализации в основных сферах жизни.
- Полиmodalный характер процесса социализации.
- Опосредованность процесса формирования значимостью педагогической организации.

Таким образом, в результате проведения исследования нами выяснено, что в старшем дошкольном возрасте формируются новые сферы деятельности ребенка. Начинает развиваться активное сотрудничество со взрослыми и сверстниками, ведущей деятельностью становится игровая. Далее нами будут проанализированы особенности социализации у детей старшего дошкольного возраста.

1.3. Особенности проявления страхов у детей старшего дошкольного возраста

Одной из характерных особенностей старшего дошкольного возраста является интенсивное развитие абстрактного мышления, способность к обобщениям, классификациям, осознание категории времени и пространства, поиск ответов на самые различные вопросы. В этом возрасте формируется опыт межличностных отношений, основанный на умении ребенка принимать и играть роли, предвидеть и планировать действия другого, понимать его чувства и намерения. Отношения с людьми становятся более гибкими, разносторонними, целенаправленными. Формируется система ценностей, чувства дома, родства.

Для детей старшего дошкольного возраста характерны общительность и потребность в дружбе. В старшем дошкольном возрасте к страхам могут приводить неоправданная строгость и жестокость родителей, физические наказания, игнорирование чувства собственного достоинства. Однако ведущим страхом в данном возрасте является страх смерти. Боязнь умереть

это возрастное отражение формирующейся концепции жизни. Ее точкой отсчета является рождение, тайна которого постигается в общих чертах к началу старшего дошкольного возраста, а концом - смерть, осознание неизбежности которой приходит впервые и проявляется соответствующим страхом. Подобная динамика развития мышления является откликом на формирование категории времени и пространства. Это выражается умением определять в общих чертах время далекое и близкое, воспринимать себя в состоянии постоянных возрастных изменений, допуская, что они ограничены временем, то есть имеют свои пределы. В ответ на это и проявляется страх смерти как аффективно - заостренное выражение истины самосохранения.

О том, что ребенок боится смерти, можно догадаться по наличию, связанных со смертью страхов, прежде всего испытываемых во сне «страшных снов», боязнь нападения, огня, пожаров, боязнь заболеть (у девочек) и боязни стихии (у мальчиков). Появление страха смерти означает появление постепенного завершения «наивного» периода в жизни детей, когда они верили в существование сказочных персонажей, бессмертие. Исчезновение страха перед кощею бессмертным в старшем дошкольном возрасте свидетельствует о том, что он стал «простым смертным» в представлении детей и потому перестал их пугать. Категория смерти в 6 и 7 лет - это реальность, которую ребенок должен признать как нечто рано или поздно неизбежное в его жизни. Именно нежелание признать это сразу и порождает страх, означающий эмоциональное неприятие «рациональной» необходимости умереть.

Важно отметить, что страх смерти тесно связан со страхами нападения, темноты, сказочных персонажей (более активно действующих в 3-5 лет), заболевания и смерти родителей (более старший возраст), жутких снов, животных, стихии, огня, пожара и войны. Последние виды страхов наиболее типичны именно для старшего дошкольного возраста. Они имеют своей мотивацией угрозу для жизни в прямом или косвенном виде.

Конкретный случай, который напугал ребенка (укусила собака, застрял в лифте). Такие страхи легче всего поддаются коррекции. Но не у всех детей, покусанных собакой, развивается стойкий, заметный окружающим страх. Во многом это зависит от особенностей характера ребенка (тревожность, мнительность, пессимизм, неуверенность в себе, зависимость от других людей и т. д.). А эти черты характера могут возникнуть, если родители сами запугивают ребенка: «Не будешь спать – заберет Баба-яга!»;

Самые распространенные – это внушенные страхи. Их источник (родители, бабушки, воспитатели), которые непроизвольно, иногда слишком эмоционально, предупреждают ребенка об опасности, часто даже не обратив внимания на то, что его напугало больше: сама ситуация или реакция на нее взрослого. В результате ребенок воспринимает только вторую часть фраз: «Не ходи – упадешь», «Не бери – обожжешься». Ребенку пока еще не ясно, чем ему это грозит, но он уже чувствует тревогу, и естественно, что у него возникает реакция страха, которая может закрепиться и распространиться на исходные ситуации. Такие страхи могут зафиксироваться на всю жизнь;

Еще одна из наиболее частых причин страха – детская фантазия. Ребенок нередко сам придумывает себе предмет страха. Но каждый ребенок по-разному реагирует на такие фантазии. Кто-то сразу их забудет и успокоится. А у кого-то это может привести к непоправимым последствиям;

Чувство страха может сформироваться из-за внутрисемейных конфликтов. Очень часто ребенок чувствует вину за конфликты родителей или боится оказаться их причиной;

Нередко причиной страха становятся взаимоотношения со сверстниками. Если детский коллектив не принимает ребенка, его обижают и ребенок не хочет идти в детский сад, вполне вероятно, что он боится быть униженным. Также причиной может быть распространение страхов среди детей;

Наличие более серьезного расстройства - невроза. Проявлением невроза можно считать те страхи, которые не являются нормой для данного возраста ребенка, или очень сильное проявление страхов, которые входят в понятие нормы.

Таким образом, у детей старшего дошкольного возраста тревожность, и как следствие появление и проявление страхов, еще не являются устойчивой чертой характера и относительно обратимы при проведении соответствующих психолого-педагогических мероприятий [2, С. 38-39].

В старшем дошкольном возрасте нередко возникают вопросы вроде: «сколько лет жил твой папа, мама?», «зачем люди живут?», «откуда все взялось?» и заклинания: «не хочу быть старушкой, а хочу быть все время девочкой» и т. д. Подобные фразы говорят о развитии абстрактного мышления, способности к обобщениям, предвосхищению событий, понимании категорий времени и пространства. Возникновение страха смерти означает осознание необратимости происходящих возрастных изменений. Ребенок начинает понимать, что взросление на каком-то этапе знаменует собой смерть, неизбежность которой вызывает беспокойство как эмоциональное неприятие рациональной необходимости умереть. Предстоящему «концу» предшествует в младшем дошкольном возрасте осознание «начала» - понимание своего рождения, появления на свет, начала всех начал - жизни.

Страх смерти чаще встречается у детей, у которых обнаруживаются в 8 мес. страхи незнакомых лиц, а также некоторая осторожность и предусмотрительность при начале ходьбы. В дальнейшем от них не нужно прятать спички, поскольку они боятся (опасаются) огня и пожара. Обращает на себя внимание и страх высоты в преддошкольном возрасте. Эти дети не съезжают с горки, быстро усваивают предосторожности, например, не подходят к открытому окну, не стоят на краю обрыва и т. д. Все это - проявление инстинкта самосохранения, который обостряется у физически,

соматически и нервноослабленных детей. О том же говорят страхи нападения, болезни, смерти родителей, страшных снов, стихии, огня, пожара и войны.

Страх смерти в младшем дошкольном возрасте олицетворяет уже упоминавшийся страх перед Бабой Ягой и Кощеем. Некрофильный, противостоящий жизни характер этих персонажей, угрожающих разлучить ребенка с матерью или расправиться с ним. Страхи огня и пожара получают свое развитие в старшем дошкольном возрасте, будучи одним из проявлений страха смерти. О последнем косвенно могут говорить также страхи Волка в младшем дошкольном и Крокодила - в старшем дошкольном возрасте.

Начиная со старшего дошкольного возраста, у мальчиков и девочек представлен и страх чертей как представителей потустороннего мира, нарушителей социальных правил и сложившихся устоев [3, С. 40-42].

Таким образом, центральное место занимает страх смерти. Увеличивается в старшем дошкольном возрасте, еще не достигая максимума, страх смерти родителей. Максимально представлен страх животных, из сказочных — Змея Горыныча. Из других типичных для возраста страхов следует отметить страх глубины, страшных снов, страх огня.

Связующим звеном страхов у старших дошкольников будет страх смерти. Этот страх тесно связан со страхами: нападения, заболевания, смерти родителей, страшных снов, темноты, сказочных персонажей, животных, стихии, огня, пожара и войны. Все эти страхи имеют своей мотивацией угрозу для жизни, если не прямую, то связанную со смертью родителей, появлением в темноте и снах чудовищ. Нападение со стороны кого-либо (в том числе животных), равно как и болезнь, могут обернуться непоправимым несчастьем, увечьем, смертью.

То же относится к буре, урагану, наводнению, землетрясению, огню, пожару и войне — как непосредственным угрозам для жизни. Возникновение страха смерти в этом возрасте означает осознание необратимости

происходящих возрастных изменений. Ребенок начинает понимать, что взросление на каком-то этапе знаменует собой смерть, неизбежность которой вызывает беспокойство как эмоциональное неприятие рациональной необходимости умереть.

Остановимся на факторах, условиях, влияющих на развитие детских страхов. Основными причинами чувства страха у ребенка являются:

- испуг, который в буквальном смысле навязывается родителями;
- страх, возникающий по причине постоянного унижения ребенка взрослыми;
- наличие неблагоприятной обстановки в семье;
- отсутствие внимания со стороны родителей к развитию ребенка;
- чрезмерная забота о ребенке.

Все указанные факторы практически всегда становятся причинами появления у детей страхов, постепенно превращающихся в фобии. Например, если маму или папу укусила собака, то такая ситуация становится постоянным предостережением для ребенка. Детская психика воспринимает животное в качестве источника опасности и при виде собаки возникает настоящая паническая атака. Аналогичные ситуации могут наблюдаться с природными явлениями, другими представителями животного мира, а также насекомыми, рептилиями, конкретными людьми (незнакомцы или старики).

Страхи могут возникать у детей по причине отсутствия или чрезмерной опеки со стороны родителей. В первом случае ребенок остается один на один со своими тревогами и усиливает их с помощью своей фантазии. Во второй ситуации родители пытаются уберечь ребенка от любого источника опасности, из-за чего ребенок может бояться даже хотя бы на минуту оставаться один.

Если ребенок боится темноты, животных или находит иные источники для тревоги, то такие проявления ни в коем случае нельзя оставлять без внимания. В противном случае придется лечить детскую психику на

протяжении длительного времени. Если коррекцию детского страха не удастся провести собственными силами, то необходимо обратиться за помощью к специалистам.

Страхи зависят не только от возраста, но и от различных факторов:

1. Отношение в семье.

Чем более уравновешены отношения, тем менее к каким-либо страхам ребёнок склонен. Изменение сложившихся эмоциональных отношений происходит при рождении второго ребенка. Тогда старший, привыкший к постоянной заботе, может беспокойством и обидой ответить на переключение внимания матери. Чтобы привлечь внимание взрослых, он идет на всякие ухищрения. Одно «срабатывает» лучше всего - стоит заболеть, чего-то испугаться, и мать опять принадлежит ему, ласкает, заботится, уговаривает.

На количество страхов оказывает влияние состав семьи. У девочек и мальчиков старшего дошкольного возраста число страхов заметно выше в неполных семьях, что подчеркивает особую чувствительность этого возраста к разрыву отношений между родителями.

Наиболее подвержены страху единственные дети в семье - эпицентр родительских забот и тревог. Единственный ребенок находится, как правило, в более тесном эмоциональном контакте с родителями и легко перенимает их беспокойство. Увеличение числа детей в семье, когда есть с кем пообщаться, поиграть, обычно способствует уменьшению страхов, в то время как увеличение числа взрослых может действовать противоположным образом, если они заменяют ребенку весь окружающий мир, создавая искусственную среду, в которой нет места сверстникам, детскому смеху, радости, проказам, непосредственному выражению чувств. Невозможность в этих условиях быть самим собой порождает хроническое чувство эмоциональной неудовлетворенности и беспокойства, особенно при нежелании или неспособности играть роли, навязываемые взрослыми.

Способствует страхам и более чем благополучная атмосфера в семье, но с чрезмерной опекой, постоянным нахождением рядом взрослых, предупреждением каждого самостоятельного шага ребенка. Всем этим произвольно подчеркивается, что он слабый и беззащитный перед окружающим его миром, полным неизвестности и опасности. Не дает сформироваться адекватной психологической защите от страхов и слишком уступчивое, нерешительное поведение родителей, постоянно сомневающийся в правоте своих действий и уже этим обнаруживающих непоследовательность своих требований и решений.

Уверенное, спокойное, любящее поведение отца, служащее примером для детей, способно стабилизировать их психическое развитие уже тем, что у матери отпадает необходимость в тревожной опеке, и она будет выражать свои чувства перед ребенком более спокойно и непосредственно, способствуя вместе с отцом развитию его активности и самостоятельности.

Если же отцы не выполняют подобную роль в семье и у них нет эмоционального контакта с детьми, особенно с сыновьями, то тревожная мнительность некоторых матерей, продолжающих чрезмерно опекать своих взрослеющих детей, неблагоприятно отражается на дальнейшем формировании их характера.

2. Ситуативные испуги, психические травмы: например, ребёнок напуган «страшной тётёй в платке», большой собакой, машиной, вероятностью помещения в больницу.

Определить спусковую ситуацию порой бывает нелегко, но в данном случае тревога корректируется легче. Признаком этой природы страха является то, что имела место реальная ситуация и она реально воздействовала на ребёнка.

3. Наличие потенциально опасных ситуаций: фантазия ребёнка останавливается на одном или нескольких вариантах развития событий, которые не произошли, но могут (могли бы произойти).

Наиболее часто тревожность возникает, когда дети: боятся развода родителей; боятся быть потерянными; боятся, что с родителями что-то случится или что мама уйдёт, разлюбит, забудет; получают информацию, которая не может быть адекватно переработана, но глубоко проникает в память ребёнка из разговора родителей, случайных реплик, телепрограмм, фильмов-катастроф, триллеров; боятся подвергнуться насилию со стороны чужих (воров, бандитов).

4. Наличие родительских (семейных) проблем, если они переносятся на детей: ребёнок явно или неявно становится ареной психологической борьбы между взрослыми, что приводит к развитию тревожности.

5. Неадекватность требований, предъявляемых ребёнку, его возрасту и уровню развития: ребенок начинает бояться ошибок, каких-либо действий вообще, чувствует себя постоянно неспособным. У маленьких детей эти ощущения находятся в очень размытом, практически невербализуемом состоянии и могут выражаться косвенно: в рисунках, в привычках.

6. Искажения личности ребёнка стилем воспитания: прежде всего, это преобладание гиперопеки или равнодушия. При этом, у внешне благополучного, здорового ребёнка может наблюдаться плавающая внеситуативная тревожность, причина которой кроется чаще всего в неподготовленности ребёнка решать адекватные возрасту задачи. Часто такая тревожность принимает форму лени, равнодушия, неорганизованности. Следует учесть, что деструктивность стиля воспитания не всегда осознается родителями.

7. Определённые психические свойства ребёнка (повышенная сенситивность, психастеничность.т.п.) или наличие определённых способностей. Например, опережающее развитие интеллекта часто даёт ребёнку многообразие вариантов разрешения ситуаций, в том числе и пугающих. Кроме того, более интеллектуальные дети раньше начинают испытывать экзистенциальные страхи (страх смерти, страх самоубийства).

Причём эти страхи могут возникать уже у дошкольников. Страхи такого рода трудно диагностируются и поддаются коррекции. Часто их трудно дифференцировать от психопатического развития.

8. Нарушение соматического и психопатического плана: ребёнок становится тревожным из-за постоянного ожидания приступа (например, эпилепсии, галлюцинации).

9. Успешность - неуспешность разрешения возрастных кризисов: тревожность в данном случае рождается несоответствием между освоенными и необходимыми ребёнку способами реагирования в различных ситуациях. Внешне такой ребёнок обычно кажется более инфантильным, при сохранении познавательных навыков [20, С. 88-94].

10. Люди разного пола по-разному воспринимают мир, чувствуют и переживают, отличаются поведением, имеют разное строение мозга, то соответственно и воображение, мышление, мечты, фантазии и страхи у них различаются. Следовательно способы преодоления страхов и воздействие на мальчиков и девочек будут отличаться.

Захаров А.И. выделил факторы, участвующие в возникновении детских страхов:

- наличие страхов у родителей, главным образом у матери;
- тревожность в отношении с ребенком, избыточное предохранение его от опасности и изоляция от общения его со сверстниками;
- излишне ранняя рационализация чувств ребенка, обусловленная чрезмерной принципиальностью родителей или их эмоциональным неприятием детей;
- большое количество запретов со стороны родителя того же пола или полное предоставление свободы ребенку родителем другого пола, а также многочисленные нереализуемые угрозы всех взрослых в семье;

- отсутствие возможности для ролевой идентификации с родителем того же пола, преимущественно у мальчиков, создающее проблемы в общении со сверстниками и неуверенность в себе;
- конфликтные отношения между родителями в семье;
- психические травмы типа испуга, обостряющие возрастную чувствительность детей к тем или иным страхам;
- психическое заражение страхами в процессе общения со сверстниками и взрослыми [29, С. 29-30].

ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 1

Детские страхи — одна из наиболее обсуждаемых тем среди педагогов и родителей.

Детские страхи в той или иной степени обусловлены возрастными особенностями и имеют временный характер. Однако те детские страхи, которые сохраняются длительное время и тяжело переживаются ребёнком, говорит о нервной ослабленности ребенка, неправильном поведении родителей, конфликтных отношениях в семье и в целом являются признаком неблагополучия. Большинство причин, как отмечают психологи, лежат в области семейных отношений, таких как попустительство, непоследовательность в воспитании, отрицательное или слишком требовательное отношение к ребёнку, которое порождает в нём тревогу и затем формирует враждебность к миру.

Страх основан на инстинкте самосохранения, имеет защитный характер и сопровождается определенными физиологическими изменениями высшей нервной деятельности. В самом общем виде эмоция страха возникает в ответ на действие угрожающего стимула. Он всегда подразумевает переживание какой-либо реальной или воображаемой опасности. Состояние повышенной тревожности и как следствие – возникновение чувства страха у детей явление достаточно частое. Дети боятся темноты, неизвестности, боятся потерять родителей и множество других страхов.

В различном возрасте проявляются разные страхи, что зависит от процессов созревания и развития детей. Одной из самых распространенных причин появления детских страхов является неправильное воспитание ребенка в семье, сложные семейные отношения. Однако страх в дошкольном возрасте не является устойчивой чертой характера, и относительно обратим при адекватном к нему подходе со стороны взрослых. При работе со страхами детей дошкольного возраста необходим комплексный подход к

решению данной проблемы, а также последующая коррекция детских страхов, в частности, привлечения семьи.

Поскольку, люди разного пола по-разному воспринимают мир, чувствуют и переживают, отличаются поведением, имеют разное строение мозга, то соответственно и воображение, мышление, мечты, фантазии и страхи у них различаются. Следовательно, страхи у мальчиков и девочек, и воздействие на них будут отличаться.

Старший дошкольный возраст - это возраст наибольшей выраженности страхов, что обусловлено не столько эмоциональным, сколько когнитивным развитием - возросшим пониманием опасности. Центральное место занимает страх смерти, максимально выраженный в 7 лет. Увеличивается в старшем дошкольном возрасте, еще не достигая максимума, страх смерти родителей.

ГЛАВА 2. ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ ПРЕОДОЛЕНИЯ СТРАХОВ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

2.1. Организация и методики эмпирического исследования

В исследовании приняли участие 24 ребенка старшего дошкольного возраста, из них 12 мальчиков и 12 девочек, возраст респондентов 5-6 лет.

Цель исследования – выявить педагогические методы по преодолению страхов у детей старшего дошкольного возраста.

Методики исследования:

1. Методика выявления детских страхов «Страхи в домиках» (А.И. Захаров, М. Панфилова);

2. Проективная методика «Мои страхи» А.И. Захарова;

Рассмотрим методики исследования более подробно.

1. Методика выявления детских страхов «Страхи в домиках» Авторы методики: А.И. Захаров и М. Панфилова.

Данная методика подходит в тех случаях, когда ребенок еще плохо рисует или не любит рисовать (хотя такое задание даже не интересующиеся рисованием дети принимают обычно с удовольствием). Взрослый рисует контурно два дома (на одном или на двух листах): черный и красный. И потом предлагает расселить в домики страхи из списка (взрослые называют по очереди страхи). Записывать нужно те страхи, которые ребенок поселил в черный домик, т.е. признал, что он боится этого. У детей постарше можно спросить: «Скажи, ты боишься или не боишься ...». Беседу следует вести неторопливо и обстоятельно, перечисляя страхи и ожидая ответа «да» - «нет» или «боюсь» - «не боюсь». Повторять вопрос о том, боится или не боится ребенок, следует только время от времени. Тем самым избегается наводка страхов, их произвольное внушение. При стереотипном отрицании всех страхов просят давать развернутые ответы типа «не боюсь темноты», а не «нет» или «да». Взрослый, задающий вопросы, сидит рядом, а не напротив

ребенка, не забывая его периодически подбадривать и хвалить за то, что он говорит все как есть. Лучше, чтобы взрослый перечислял страхи по памяти, только иногда заглядывая в список, а не зачитывая его. После выполнения задания ребенку предлагается закрыть черный дом на замок (нарисовать его), а ключ - выбросить или потерять. Данный акт успокаивает актуализированные страхи.

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

Стимульный материал можно увидеть в приложении А.

2. Проективная методика «Мои страхи» (А.И.Захаров).

После предварительной беседы, актуализирующей воспоминания ребенка о том, что его пугает, ему предлагают лист бумаги и цветные карандаши. В процессе анализа обращается внимание на то, что ребенок нарисовал, а также на цвета, использовавшиеся им в процессе рисования. По окончании рисования ребенка просят рассказать о том, что он изобразил, т. е. вербализовать свой страх. Таким образом, предполагается, что активное обсуждение ребенком своих ощущений в игровой обстановке позволяет внутренним ресурсам изменить направление с защиты на конструктивный процесс личностных изменений. Американский психолог К. Махвер считал, что центральным механизмом изобразительной деятельности является проекция. Другими словами, оперируя материалами изобразительной деятельности, человек отображает на нем особенности своего внутреннего мира. Поэтому проективные методики используются для выявления наиболее ярких переживаний чувства страха.

Анализ результатов диагностики страхов у мальчиков и девочек старшего дошкольного возраста предоставлен нами в следующем параграфе нашего исследования.

2.2. Результаты диагностики страхов у мальчиков и девочек старшего дошкольного возраста

Результаты по методике выявления детских страхов «Страхи в домиках» (А.И. Захаров и М. Панфилова) предоставлены в таблице 1.

Таблица 1

Результаты по методике выявления детских страхов «Страхи в домиках» (А.И. Захаров и М. Панфилова)

| Девочки | | Мальчики | |
|---------|--------------------|----------|--------------------|
| № | Количество страхов | № | Количество страхов |
| 1 | 7 | 1 | 2 |
| 2 | 3 | 2 | 4 |
| 3 | 4 | 3 | 3 |
| 4 | 6 | 4 | 2 |
| 5 | 6 | 5 | 4 |
| 6 | 5 | 6 | 2 |
| 7 | 4 | 7 | 3 |
| 8 | 6 | 8 | 2 |
| 9 | 5 | 9 | 3 |
| 10 | 5 | 10 | 2 |
| 11 | 4 | 11 | 3 |
| 12 | 5 | 12 | 2 |

Из таблицы мы видим значительные различия в страхах относительно каждой группы. Визуально можно отметить, что девочки имеют несколько большее количество страхов, чем мальчики. Для наглядного отображения результатов по данной методике мы отобразили результаты на графике распределения количества страхов в каждой группе (рис. 1).

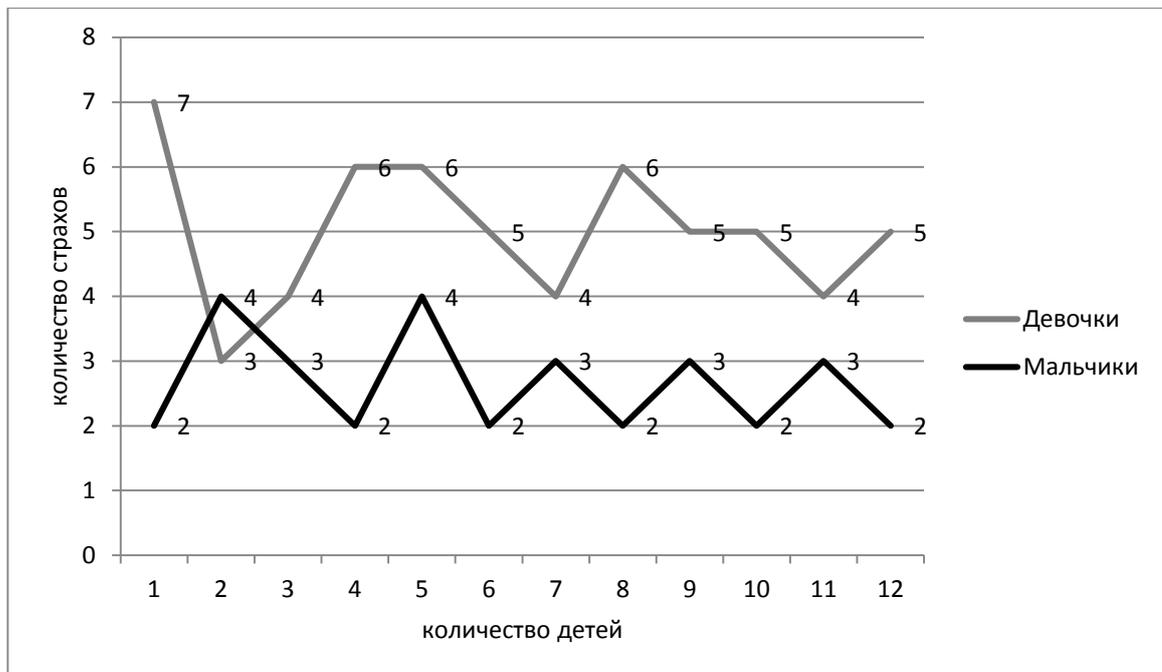


Рис.1. Распределение количества страхов экспериментальных групп

Из рисунка действительно видно, что количество страхов в группе девочек значительно выше, чем в группе мальчиков.

Дополнительно нами было рассчитано среднее количество страхов в каждой группе и результаты этого сравнения представлены в таблице 2.

Таблица 2

Среднее количество страхов в каждой группе

| Группа | Девочки | Мальчики |
|----------------------------|---------|----------|
| Среднее количество страхов | 5,0 | 2,67 |
| Стандартное отклонение | 1,12 | 0,78 |

Из таблицы 3 мы видим, что среднее количество страхов в группе девочек превышает среднее количество страхов в группе мальчиков на 43% (рис. 2).

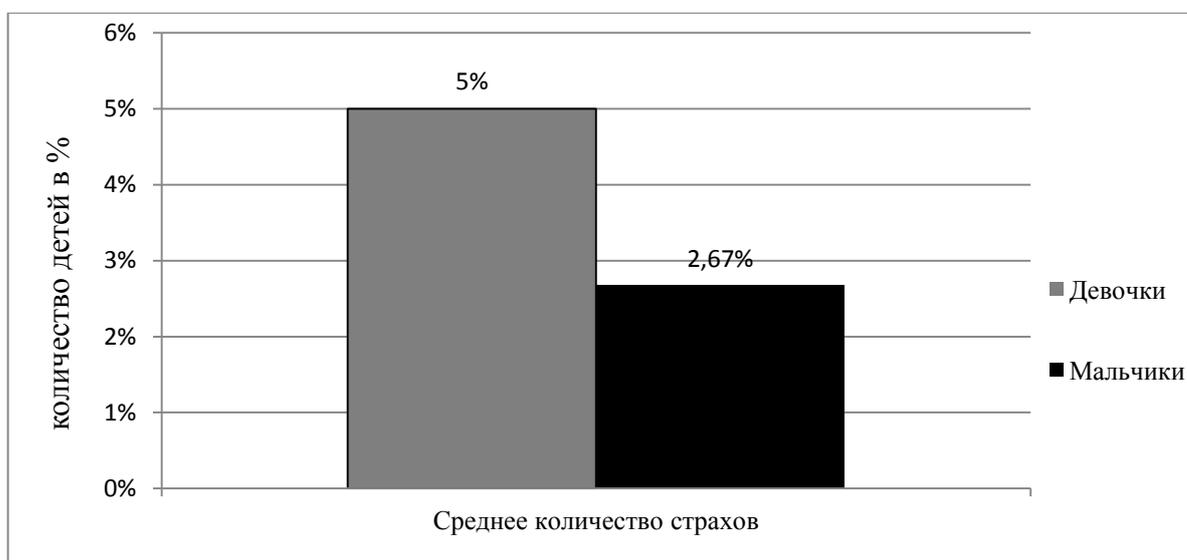


Рис.2. Среднее количество страхов в исследуемых группах

Таким образом, можно сделать вывод о том, что для девочек более характерна высокая подверженность страхам, чем для мальчиков.

Далее хотелось бы остановиться на анализе более характерных страхов для девочек и мальчиков. Нами были выделены наиболее популярные страхи для исследуемой группы детей (табл. 3).

Таблица 3

Наиболее характерные страхи для девочек и мальчиков

| Выраженные страхи | у девочек | у мальчиков |
|----------------------------------|-----------|-------------|
| страх перед нападением | 58,3 % | 75,0 % |
| страх умереть | 83,3 % | 50,0 % |
| страх смерти родителей | 83,3 % | 41,7 % |
| страх перед папой и мамой | 75,0 % | 75,0 % |
| страх наказания | 58,3 % | 83,3 % |
| страх чудовищ | 50,0 % | 66,7 % |
| страх глубины | 75,0 % | 33,3 % |
| страх перед стихией | 66,7 % | 41,7 % |
| страх высоты | 75,0 % | 33,3 % |
| страх пожара | 83,3 % | 41,7 % |
| боязнь врачей и боли | 66,7 % | 50,0 % |
| боязнь крови | 83,3 % | 16,6 % |
| боязнь уколов | 75,0 % | 33,3 % |
| страх перед неожиданными звуками | 83,3 % | 41,7 % |
| страх темноты | 41,7 % | 33,3 % |
| страх увидеть страшные сны | 58,3 % | 33,3 % |
| страх замкнутого пространства | 58,3 % | 16,6 % |

Продолжение таблицы 3

| | | |
|--------------------|--------|--------|
| страх войны | 58,3 % | 41,7 % |
| страх огня | 41,7 % | 41,7 % |
| страх больших улиц | 16,6 % | 16,6 % |

Как видим из таблицы, вырисовывается определенная картина.

У девочек наблюдается в целом более выраженная картина детских страхов. При этом у девочек наиболее выражены страх умереть, страх смерти родителей, страх перед папой и мамой, страх глубины, страх пожара, боязнь крови и уколов, страх перед неожиданными звуками. У мальчиков наиболее выражены страх перед нападением, страх перед папой и мамой, страх наказания.

Таким образом, в результате методики выявления детских страхов «Страхи в домиках» (А.И. Захаров и М. Панфилова) было выяснено, что для девочек характерна большая степень проявления страха. Так же были обнаружены индивидуальные различия в страхах между группами, которые заключаются в том, что для девочек более характерны детские страхи.

Далее нами была проведена методика «Мои страхи» (А.И.Захаров).

Методика выявления страхов у детей с помощью рисунков проводится с целью понять интересы, увлечения детей, особенности их темперамента, переживаний и внутреннего мира ребёнка.

Детям было предложено нарисовать на темы: «В детском саду», «На улице, во дворе», «Семья», «Что мне снится страшное или чего я боюсь днём», «Что было со мной самое плохое или самое хорошее», «Кем я хочу стать».

Хотелось бы особенно отметить рисунки детей «детском саду». Многие девочки нарисовали себя на этих рисунках без друзей, одних. Эти рисунки выглядели следующим образом: либо девочки рисовали исключительно себя на рисунке, либо рисовали группу других детей

отдельно от себя. Этот факт может говорить о том, что девочки боятся общаться со сверстниками, т.к., возможно, те их не принимают.

В рисунках на тему «Семья», между группами не было отмечено каких-либо закономерных различий. Дети рисовали себя либо между двумя родителями, либо ближе к одному из них, что может говорить о более близких отношениях с одним из родителей.

Многие мальчики на тему страха не смогли ничего нарисовать, вследствие чего не смогли подавить свой страх.

Остальные дети (из всех групп) в основном рисовали несуществующих животных, которые внушают им страх.

Так же хотелось бы акцентировать внимание на тех рисунках, которые касались приятных и неприятных событий. Девочки по большей части нарисовали именно неприятные события. Так же эти события были нарисованы в темных тонах. Это может говорить о том, что девочек больше всего преследует какой-либо страх.

Результаты этой методики так же были занесены нами в таблицу, которую можно увидеть в таблице 4.

Таблица 4

Результаты по проективной методике «Мои страхи» (А.И.Захаров)

| Рисунок | Категория | Девочки | Мальчики |
|---|---------------------------------|---------|----------|
| «В детском саду» | В центре внимания сам ребенок | 2 | 6 |
| | Мало друзей среди сверстников | 3 | 3 |
| | Нет друзей среди сверстников | 5 | 1 |
| «Семья» | Ребенок между родителями | 7 | 6 |
| | Ребенок ближе к маме или к папе | 3 | 4 |
| «Что мне снится страшное или чего я боюсь днем» | Нарисовали | 7 | 9 |
| | Не нарисовали | 3 | 1 |
| «Самое хорошее или самое плохое» | Хорошее событие | 2 | 7 |
| | Плохое событие | 8 | 3 |

Как видим из таблицы 3, у девочек наблюдается более негативная картина: у них чаще отмечается отсутствие близких друзей, при этом они

чаще рисовали плохие события. У мальчиков при этом отмечается более благополучная картина.

Таким образом, в результате проведения исследования выяснено, что для девочек более характерна высокая подверженность страхам, чем для мальчиков; при этом у девочек наиболее выражены страх умереть, страх смерти родителей, страх перед папой и мамой, страх глубины, страх пожара, боязнь крови и уколов, страх перед неожиданными звуками. У мальчиков наиболее выражены страх перед нападением, страх перед папой и мамой, страх наказания; у девочек чаще отмечается отсутствие близких друзей, при этом они чаще рисовали плохие события; у девочек более выражен страх разлуки.

Далее нами были разработаны педагогические рекомендации по профилактике страхов у мальчиков и девочек старшего дошкольного возраста.

2.3. Педагогические рекомендации по профилактике страхов у мальчиков и девочек старшего дошкольного возраста

В формировании личности ребенка главную роль играют родители и педагоги, поэтому предложенные нами рекомендации имеют три направления:

- 1 - для родителей;
- 2 - для педагогов;
- 3 - для работы с детьми.

1 - Рекомендации для родителей.

Дошкольный возраст наиболее сензитивен к обучению способам преодоления страхов. Достаточно комфортных жизненных условий, чуткого отношения, внятного разъяснения, придуманных «антистрашных» ритуалов и игр, направленных на то, чтобы ребенок мог почувствовать уверенность.

Замена негативных переживаний на более сильные приятные эмоции, пережитые несколько раз в ситуации, ранее пугавшей ребенка, способны вытеснить детские страхи.

Тем не менее, и здесь есть подводные камни. Если пытаться убедить ребенка в том, что его страхи не обоснованы, используете сравнения, необходимо следить за тем, чтобы примеры еще больше не напугали ребенка. «Разве уколы – это страшно? Вот операция...» После такого сравнения ребенок, возможно, перестанет бояться инъекций, зато приобретет более стойкий страх перед хирургическим вмешательством.

Если использовать принцип «клин клином вышибают», можно столкнуться с тем, что ранее незначительный страх превратится в ярко выраженную болезнь. Так, некоторые взрослые, «помогая» преодолеть ребенку страх перед водой, сталкивают его в водоем под девизом «поплывет, куда не денется». А потом тратят время и деньги на лечение ребенка у психиатра от аквафобии.

Поскольку на развитие ребенка влияет в том числе и воспитание, то соответственно в каждой семье, как и каждый педагог используют разные стили воспитания: авторитарный и демократический, важно понимать, что для ребенка оптимальным является демократический стиль.

На основании этого работа, направленная на снижение детских страхов будет эффективна при помощи и поддержке родителей, ведь снятие страха, когда он возникает, в огромной мере зависит от того, насколько родителям удастся понять своего ребенка, успокоить, вернуть ему душевное равновесие, насколько серьезно они относятся к его страхам. Необходимо создать такую обстановку в семье, чтобы дети поняли: они могут без стеснения сказать обо всем, что их напугало, не ожидая услышать иронию или насмешку в ответ, а для того, чтобы обрести поддержку и понимание.

Для того чтобы помочь ребенку преодолеть страх, родителям необходимо, в первую очередь понять, что кроется за страхом ребенка, найти

корни его возникновения, а именно – критически взглянуть на взаимоотношения с ребенком, на взаимоотношения в семье в целом, на манеру воспитания: пересмотреть требования, предъявляемые ребенку, обратив внимание на то, не слишком ли родительские запросы превышают реальные возможности ребенка, не слишком ли часто он оказывается в ситуации «тотального неуспеха». Следует помнить, что ничто так не окрыляет ребенка как удача, радость от хорошо выполненного, даже самого маленького дела, и ничто так не в состоянии заглушить в ребенке чувство самоуважения, усилить чувство тревожности, как часто повторяющиеся неудачи. Тогда станет ясно, по какому пути должны направлять воспитание ребенка родители, дети которых испытывают страхи.

Детские страхи и сильные переживания из детства переходят во взрослые и способствуют возникновению комплексов на всю жизнь. Родителям необходимо внимательно следить за поведением ребенка.

Страх у детей бывает разный и не только из-за темноты. Дети могут бояться разных вещей, людей, случаев, которые с ними произошли или предметов, которые этому способствовали. Страх это нормально, каждый человек, даже взрослый чего-то боится. Главное, для родителей, в таких ситуациях вести себя спокойно, тогда и ребёнок перенесёт это намного легче, чем, если он увидит что мама (папа) паникует.

Когда дети грудного возраста, эмоциональная связь с матерью намного крепче. И если мать нервничает или переживает, то соответственно и ребёнок ведёт себя беспокойно.

Некоторые дети выдумывают себе друзей, которые находятся с ними тогда, когда им страшно или взрослые не могут им уделять внимание. Таким образом, они как бы не одни, и чувство страха притупляется. Это неплохо когда ребёнок мал, но если это остаётся и в старшем возрасте, конечно же, нужно обратиться к специалисту.

Некоторые родители сами пугают детей, не осознавая, что ребёнок

воспринимает всё буквально. Не нужно говорить, что если он не будет слушаться, то его заберёт Баба-яга или какой-то другой сказочный персонаж. Из-за этого ребёнок может бояться сказок и их героев. Также пугать ребёнка на улице дядей. Можно мягче объяснить, что с чужими взрослыми никуда нельзя ходить, нельзя брать конфеты и другие сладости у незнакомых людей, так как они могут его забрать у мамы и обидеть.

Стоит помнить, что с ребёнком нужно разговаривать и всё ему доступно и понятно объяснять, тогда он вырастет послушным, смелым и любящим родителей человеком.

Можно дать следующие рекомендации родителям детей, имеющих страхи:

1. Не стремитесь избавить ребенка от страхов, если они носят возрастной характер, проявляются не интенсивно. Дайте ему возможность самостоятельно преодолеть пугающие ситуации.

2. Постарайтесь оптимистично смотреть на мир. Не заражайте детей своими страхами, беспокойством. Ребенок, в процессе знакомства с окружающим миром именно от взрослых учится эмоционально реагировать на объекты природы или на ситуации. Если мама боится пчел, то и ребенок будет реагировать на них испугом.

3. Учите детей испытывать и положительные, и отрицательные эмоции, но преобладающими в процессе общения и игры должны быть положительные. Даже в страхи можно поиграть, например, сразиться со Змеем Горынычем или Бабой Ягой, и получить большое удовольствие от победы над ними.

4. Не рассказывайте страшных сказок и историй дошкольникам, так как дети воспринимают их как реальность и начинают верить описанным в них ситуациям. Поэтому боятся отпускать родителей из дома, т.к. в их отсутствие в этих историях и случаются всякие несчастья. Старшие дошкольники уже сами начнут сочинять такие сказки и рассказывать их в

коллективе сверстников.

5. Если ребенок внезапно испугался какого-то звука, используйте метод рациональности, т.е. объясните простыми и понятными словами, откуда этот звук и насколько он опасен: «Труба погудит и перестанет», «Дядя сверлит, но это недолго». Младшим школьникам объясняйте явления природы с научной точки зрения: отчего гремит гром и сверкает молния. Лучше такие познавательные занятия провести заранее, а в грозу закрепить эти знания наглядно.

6. Не избегайте объекта страха, а, наоборот, потренируйте ребенка в умении преодолевать страх: то зайти в темную комнату, то выйти из нее; подбрасывание ребенка вверх и т.д. Научите ребенка манипулировать своим страхом: купите маленькую игрушечную собачку или нарисуйте и вырежете из картона. Способность управлять пугающим объектом, держать его в руках, поможет приобрести чувство превосходства, власти над ним, избавит от страха.

2. Рекомендации для педагогов.

Выделяют 5 способов преодоления детских страхов:

1 Защита. Не стоит утверждать, что бояться совсем нечего. Страх – явление естественное. Однако ребенок должен знать, что взрослый рядом, он обязательно встанет на его защиту, если это понадобится.

2 Понимание. Необходимо сказать ребенку о понимании того, что ребенок боится. Одним из способов может быть рассказ о похожем, но успешно пережитом взрослым, страхе в детстве. Диалог необходим!

3 Отсутствие насмешек. Никогда не стоит смеяться над страхами детей – дети будут скрывать проблемы из-за чувства стыда, что грозит развитием фобии. Это представляет собой риск потери доверия ребенка к взрослым.

4 Оптимизм. Доказано, что лучше всего испуганного ребенка успокаивает низкий голос мужчины – папы, дяди, старшего брата. Необходимо спокойно и уверенно обещать ребенку: все обязательно будет

хорошо.

5 Поощрение. Необходимо напоминать детям о победах, одержанных ими над страхами, но не в коем случае - не о неудачах.

Эти способы помогают не только родителям, но и педагогам в преодолении детьми своих страхов.

Эффективные методики преодоления страха в большей мере связаны с воздействием на эмоции детей, а не на их разум. К примеру, если ребенок боится темноты, вряд ли ему помогут логические убеждения, что при выключенном свете в комнате ничего не изменится, необходимо приучать его к темноте.

В «страшном» помещении свет необходимо выключить, в других – включить. Первоначально рекомендуется, взяв ребенка за руку, вместе входить в темную комнату и выходить, если он начнет бояться. Постепенно увеличивайте время таких походов, будьте терпеливы, и ребенок начнет совершать их самостоятельно и привыкнет находиться в исследованном им помещении.

3. Работа с детьми:

- сказкотерапия;
- разнообразные сказочные тренинги;
- игры для детей;
- упражнения по снижению страхов для мальчиков и девочек.

(Приложение Б).

Рассмотрим некоторые варианты:

Помочь ребенку побороть страх хорошо помогает обыгрывание проблемной ситуации, попав в которую, герой выходит победителем. На помощь приходит **сказкотерапия**—«лечение» сказками, в которых добро всегда побеждает зло. Подбирайте подходящие истории, придумывайте свои, например, о плюшевом медведе, который боялся темного леса, но дружба с маленьким и храбрым светлячком помогла ему преодолеть страх.

Пусть дети станут актерами, используют любимые игрушки и проигрывают различные ситуации. Сами того не подозревая, дети могут в процессе сказочной импровизации многое рассказать о причинах плохих снов и зарождающихся фобий.

Алгоритм построения «сказочного» тренинга:

1. Изобразите в лицах или с помощью кукол сказочную историю, чтобы она вызвала эмоциональный отклик у ребенка.

2. Закрепите приобретенный опыт. Так, вы можете подарить ребенку фонарик, с которым он будет залезать в «берлогу» из стульев и одеял. В детской комнате повесьте ночник.

3. Совместно сделайте выводы. Разыгранная история обязательно должна быть связана с конкретной проблемой (например, боязнью заходить в темное помещение).

Если взрослый старается помочь ребенку побороть страх, но решить проблему самостоятельно не удастся, ни в коем случае нельзя не допускать, чтобы у ребенка на всю жизнь остался этот страх. Лучше обратиться к опытному детскому психологу, вместе с которым можно будет справиться с проблемой.

Существуют такие методы педагогического воздействия, как методы словесно-эмоционального воздействия.

Раньше в учебных пособиях методы этой группы имели более выразительное название – «методы словесного воздействия, способствующие формированию убеждений». Убеждение в воспитательном процессе достигается при использовании приемов разъяснения, увещания, упражнения, поручения, поощрения, одобрения, похвалы и проч.

Метод разъяснения представляет собой эмоционально-словесное воздействие, ориентированное на данную конкретную группу или отдельную личность. Разъяснение применяется только там и тогда, когда воспитаннику действительно необходимо что-то объяснить, сообщить о новых нравственных положениях, так или иначе повлиять на его сознание и чувства.

В практике дошкольного воспитания разъяснение опирается на внушение, для которого характерно некритическое восприятие воспитанником педагогического воздействия. Например, те опасные и страшные качества, которые ребенок приписывает персонажу, предмету или явлению, пугающему его, зачастую появляются в его воображении только оттого, что ребенок не понимает этого явления. К примеру, дети боятся темноты, потому что не знают, что таит в себе темнота; боятся грома и молнии, не понимая, чем они вызваны, как их объяснить и т.д. Эти проблемы в познании ребенка и порождают страх.

Метод поощрения – положительная оценка действий воспитанников. Поощрение закрепляет полезные навыки и привычки. Действие поощрения основано на возбуждении позитивных эмоций, именно поэтому оно вселяет в воспитанников уверенность, создает хороший настрой, повышает чувство ответственности. Поощрение — один из методов корректировки детского поведения. Оно помогает ребенку отличать хорошее от дурного, дозволенное от запретного. Правильно применяемое поощрение закрепляет положительные способы поведения, тем самым формируя у ребенка готовность к активному послушанию. Дети дошкольного возраста очень восприимчивы к поощрениям. Слова одобрения, похвала взрослых являются для них стимулом самоутверждения в положительных поступках, уверенности в собственных возможностях. Одобрение, высказанное вовремя и умело, пробуждает в ребенке здоровое самолюбие: медлительный старается быть проворным, небрежно выполняющий задание стремится подтянуться и делать все лучше.

Метод упражнения – практический метод воспитания, суть которого состоит в многократном исполнении требуемых действий, доведении их до автоматизма. Воспитатель создает такие условия, в которых воспитанник должен действовать и совершать те или иные поступки в соответствии с нормами и правилами поведения. Желаемый тип поведения можно сформировать, только привлекая воспитанников к активной

целенаправленной деятельности.

Игра - способ выражения чувств, познания и моделирования окружающей ребенка действительности. Игра - это движение, победа, радость, удовольствие. Игра позволяет лучше понять переживания детей, их интересы, потребности, характер, темперамент. Она помогает ребенку приобрести определенные навыки в той или иной деятельности, в том числе в общении, усвоить социальные нормы поведения, доставляет ребенку удовольствие, повышает жизненный тонус, улучшает эмоциональное и физическое состояние. К тому же игра обладает терапевтической функцией, поскольку в ней травмирующие жизненные обстоятельства переживаются в условном, а значит ослабленном виде. Поскольку в игре все удается, у детей появляются чувство удовлетворения, эмоциональное насыщение игрой и уверенность в себе и ребенок, включаясь в игру, переступает порог застенчивости и страха, одерживает победы и терпит поражения, постоянно соразмеряя свое поведение с требованиями группы. Подражание в игре любимым героям, бесстрашным летчикам, морякам помогает побороть страх и испуг, неизбежные в любой игре.

Сказки в детстве – это целая жизнь, волшебный мир вымышленных персонажей и самых невероятных историй. А потому с помощью сказок можно не только научить ребенка добру, вежливости, отзывчивости и многим другим ценным качествам, но и помочь ему преодолеть страхи.

5 правил сказкотерапии:

1. Если у вас сын, пусть главный герой будет мальчиком, а если дочка — девочкой. А вот имя героя лучше оставить выдуманным, чтобы у ребёнка не было ощущения, что это история непосредственно о нём или его друзьях, ведь герои в этих сказках не всегда поступают хорошо.

2. Добавляйте в сказки сюжеты из жизни вашего малыша — это сделает сюжет более знакомым и понятным для него.

3. Не делайте из сказкотерапии занятие. Рассказывайте сказку тогда, когда ребёнок этого хочет: не давите, не заставляйте, не настаивайте.

4. Рассказав историю, обсудите её с малышом. Ещё раз вспомните сюжет, спросите, что понравилось или не понравилось ребёнку, поинтересуйтесь его мнением: кто поступил хорошо, а кто — плохо, почему герой обрадовался или расстроился, как он себя чувствовал и пр.

5. Предложите ребёнку разыграть сюжет сказки с игрушками или покажите ему кукольный спектакль.

Таким образом эффективными педагогическими методами преодоления страхов у детей старшего дошкольного возраста являются: метод поощрения «небоящегося» ребенка, то есть поощрение уверенного поведения; метод упражнения; игровой тренинг и подвижные игры; сказка; и объяснительный метод.

Дополнительно нами рекомендуется **применение игр для мальчиков и девочек**, направленных на коррекцию определенных страхов, которые были выделены нами в процессе исследования. Так как у девочек наиболее выражены страх умереть, страх смерти родителей, страх перед папой и мамой, страх глубины, страх пожара, боязнь крови и уколов, страх перед неожиданными звуками, то лучше использовать игры направленные на ослабление этих страхов: «Пятнашки», «Прятки», «Проникновение и выход из круга», «Коридор», упражнения – «Сочинять и читать», «Говорить по душам». Для мальчиков наиболее выражены страх перед нападением, страх перед папой и мамой, страх наказания, поэтому можно использовать такие игры: «Противоборство», «Жмурки», «Кто вперед», упражнение – «Творить и фантазировать». Описание игр предоставлено в приложении Б.

ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 2

В исследовании приняли участие 24 ребенка старшего дошкольного возраста, из них 12 мальчиков и 12 девочек, возраст респондентов 5-6 лет.

В результате проведения исследования выяснено, что для девочек более характерна высокая подверженность страхам, чем для мальчиков; при этом у девочек наиболее выражены страх умереть, страх смерти родителей, страх перед папой и мамой, страх глубины, страх пожара, боязнь крови и уколов, страх перед неожиданными звуками. У мальчиков наиболее выражены страх перед нападением, страх перед папой и мамой, страх наказания; у девочек чаще отмечается отсутствие близких друзей, при этом они чаще рисовали плохие события; у девочек более выражен страх разлуки.

Так как девочки и мальчики отличаются не только физически, но и умственно, развиваются по-разному, поэтому и было важным выявить насколько различны их страхи, для того чтобы подобрать ряд эффективных педагогических методов, направленных на преодоление детских страхов.

На основании проведенного исследования нами были разработаны педагогические рекомендации по профилактике страхов у мальчиков и девочек старшего дошкольного возраста.

Следовательно, цель исследования достигнута, задачи решены, гипотеза доказана.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Детские страхи — одна из наиболее обсуждаемых тем среди педагогов и родителей.

Детские страхи в той или иной степени обусловлены не только возрастными, но и гендерными особенностями и по сути своей имеют временный характер. Однако те детские страхи, которые сохраняются длительное время и тяжело переживаются ребёнком, говорят о нервной ослабленности ребенка, неправильном поведении родителей, конфликтных отношениях в семье и в целом являются признаком неблагополучия. Большинство причин, лежат в области семейных отношений, таких как попустительство, непоследовательность в воспитании, отрицательное или слишком требовательное отношение к ребёнку, которое порождает в нём тревогу и затем формирует враждебность к миру.

Страх основан на инстинкте самосохранения, имеет защитный характер и сопровождается определенными физиологическими изменениями высшей нервной деятельности. В самом общем виде эмоция страха возникает в ответ на действие угрожающего стимула. Он всегда подразумевает переживание какой-либо реальной или воображаемой опасности. Состояние повышенной тревожности и как следствие – возникновение чувства страха у детей явление достаточно частое. Дети боятся темноты, неизвестности, боятся потерять родителей и множество других страхов.

В различном возрасте проявляются разные страхи, что зависит от процессов созревания и развития детей. Издавна педагоги подчеркивали, что одной из самых распространенных причин появления детских страхов является неправильное воспитание ребенка в семье, сложные семейные отношения. Однако страх в дошкольном возрасте не является устойчивой чертой характера, и относительно обратим при адекватном к нему подходе со стороны взрослых. При работе со страхами детей дошкольного возраста

необходим комплексный подход к решению данной проблемы. Для преодоления детских страхов мы предлагаем проводить работу с родителями.

Старший дошкольный возраст - это возраст наибольшей выраженности страхов, что обусловлено не столько эмоциональным, сколько когнитивным развитием - возросшим пониманием опасности. Центральное место занимает страх смерти, максимально выраженный в 7 лет. Увеличивается в старшем дошкольном возрасте, еще не достигая максимума, страх смерти родителей.

В исследовании приняли участие 24 ребенка старшего дошкольного возраста, из них 12 мальчиков и 12 девочек, возраст респондентов 5-6 лет.

В результате проведения исследования выяснено, что для девочек более характерна высокая подверженность страхам, чем для мальчиков; при этом у девочек наиболее выражены страх умереть, страх смерти родителей, страх перед папой и мамой, страх глубины, страх пожара, боязнь крови и уколов, страх перед неожиданными звуками. У мальчиков наиболее выражены страх перед нападением, страх перед папой и мамой, страх наказания; у девочек чаще отмечается отсутствие близких друзей, при этом они чаще рисовали плохие события; у девочек более выражен страх разлуки.

Так как девочки и мальчики отличаются не только физически, но и умственно, развиваются по-разному, поэтому и было важным выявить насколько различны их страхи, для того чтобы подобрать ряд эффективных педагогических методов, направленных на преодоление детских страхов.

Таким образом эффективными педагогическими методами преодоления страхов у детей старшего дошкольного возраста являются: метод поощрения; метод упражнения; игровой тренинг и подвижные игры; сказка; и объяснительный метод.

На основании проведенного исследования нами были разработаны педагогические рекомендации по преодолению страхов у мальчиков и девочек старшего дошкольного возраста, характерных для этой выборки детей.

Следовательно, цель исследования достигнута, задачи решены, гипотеза доказана.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Абрамкина С.Н. Психолого-педагогическая коррекция страхов у дошкольников. Научно-методический электронный журнал Концепт. 2015. Т. 10.С. 276-280.
2. Андреева Г.М. Социальная психология : Учебник для высших учебных заведений : Аспект Пресс, 2012. С. 363
3. Аркушенко А. Психология развития и возрастная психология М.: Эксмо, 2008. 266 с
4. Балабанова М.А. Профилактика и терапия тревожности и страха у детей дошкольного возраста. Вестник по педагогике и психологии Южной Сибири. 2012. № 1-1. С. 14-27
5. Близнюк Е.А. Большие страхи маленьких детей и их родителей. М.: Ранок, 2015. 488 с
6. Веракса А.Н. Страхи дошкольников : связь с познавательным и социальным развитием. СДО. 2016. № 6 (68). С. 38-44.
7. Ветрова О.Е. Проблема определения критериев, показателей и уровней страха у детей дошкольного возраста в условиях детского сада. Вестник ЧГПУ. 2011. № 12-1. С. 40-49.
8. Вологодина Н.Г. Детские страхи днём и ночью М.: «Феникс», 2006. 106 с.
9. Гак Г.М. Учение об общественном сознании .Вопросы философии. 2012.№ 3. С. 38-75
10. Гольева Г. Ю. Исследование психолого-педагогической коррекции страхов у детей младшего школьного возраста 2015. № 02
11. Дорофеева Г.А. Страхи : определение, виды, причины. Известия ЮФУ. Технические науки. 2002.№ 5. С. 177-184.
12. Дубровина И.В. Школьная психологическая служба. М., 2007
13. Ковалевская А.А. Практика психологической коррекции страхов младших школьников. Гуманитарные науки (г.Ялта).2016. №1(33). С. 185-190

14. Коненко Е.А., Михайлова Н.Н., Артемова С.И. Особенности содержания страхов у детей дошкольного возраста. Молодой ученый. 2015. № 15. С. 547-549.
15. Кочетова Ю. А. Психологическая коррекция детских страхов. Психологическая наука и образование. 2012. № 1. С. 1-14
16. Лавриненко Л. Д. Основы педагогики. Минск: «Амалфея», 2014.— 234с
17. Левитов Н.Д. Психическое состояние беспокойства, тревоги. Вопросы психологии. 2004. №1
18. Межличностное восприятие в группе / Под ред. Г.М. Андреевой, А.И. Донцова. М.: 2010. 261 с
19. Методология, теория и практика воспитательных систем: поиск продолжается/ под ред., Р.Б. Вендровской, В.А. Караковского. М.: НИИ теории образования и педагогики РАО, 2012 , 240 с
20. Минуллина А.Ф. Исследование структуры и взаимосвязи актуальных страхов у матерей и их детей ПМ. 2014. № 2 (78). С. 88-94.
21. Мухина В.С. Детская психология М.: Просвещение, 2012. 350 с
22. Мухина В.С. Возрастная психология : феноменология развития, детство, отрочество.М. : Академия, 2012 , 656 с
23. Мясищев В.Н. Психология отношений .М.: МПСИ, 2011, 158 с
24. Немов Р.С. Психология: учеб.для студ. высш. пед. учеб.заведений: в 3 кн. Кн. 3:Психодиагностика. Введение в научное психологическое исследование с элементами математической статистики. М.: ВЛАДОС, 2003. 630 с
25. Носырева С.Н. Особенности формирования самооценки у детей. Воспитание школьников. 2013. № 2. С. 53–56
26. Нюттен Ж. Мотивация, действие и перспектива будущего. М.: Смысл, 2004, 608с

27. Обухова Л.Ф. Возрастная психология: учебник для бакалавров. Издательство: Юрайт-Издат, 2012, 460с
28. Панченко С.А. Мне страшно...Я боюсь Школьный психолог. 2002. № 14. С. 8-9.
29. Пестерова В.В. Психолого-педагогическая поддержка молодых родителей в преодолении страхов у ребенка. Вестник СМУС74. 2016. № 2 (13). С. 29-30.
30. Петровский А.В. Вопросы истории и теории психологии: Избранные труды .М.: Педагогика, 2014. 280 с
31. Погребницкая Ю.А. Психолого-педагогическая коррекция страхов детей дошкольного возраста с помощью сказкотерапии. Инновационная наука. 2016. № 12-4. С. 197-198.
32. Саржанова А. С. Детские страхи и пути их преодоления. Современные наукоёмкие технологии. 2013. № 7. С. 155-157
33. Спирина А.В. Коррекция детских страхов, тревожности и агрессии, возникших под влиянием просмотра телепередач с элементами насилия посредством формирования культуры телевосприятия. Вестник КГУ. 2008. № 4. С. 66-69.
34. Хлыста Е.А. Исследование страхов у детей старшего дошкольного возраста. Концепт. 2015. № 1. С. 181-185.
35. Чернобровкина С.В. Воображение как фактор проявлений тревожности и страхов у дошкольников. ОмГУ. 2016. № 2. С. 42-52
36. Шиманская В. Откуда берутся детские страхи и как с ними бороться? Электронный журнал «Мамсила». 2015.
37. Штерц О. М. Исследование и коррекция детских страхов в дошкольном возрасте Сборники конференций НИЦ социосфера. 2014. № 8. С. 44-45.

ПРИЛОЖЕНИЯ

ПриложениеА

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

Ты боишься:

1. когда остаешься один;
2. нападения;
3. заболеть, заразиться;
4. умереть;
5. того, что умрут твои родители;
6. каких-то детей;
7. каких-то людей;
8. мамы или папы;
9. того, что они тебя накажут;
10. Бабы Яги, Кощея Бессмертного, Бармалея, Змея Горыныча, чудовища;
11. перед тем как заснуть;
12. страшных снов (каких именно);
13. темноты;
14. волка, медведя, собак, пауков, змей (страхи животных);
15. машин, поездов, самолетов (страхи транспорта);
16. бури, урагана, наводнения, землетрясения (страхи стихии);
17. когда очень высоко (страх высоты);
18. когда очень глубоко (страх глубины);
19. в тесной маленькой комнате, помещении, туалете, переполненном автобусе, метро (страх замкнутого пространства);
20. воды;
21. огня;

22. пожара;
23. войны;
24. больших улиц, площадей;
25. врачей (кроме зубных);
26. крови (когда идет кровь);
27. уколов;
28. боли (когда больно);
29. неожиданных, резких звуков, когда что-то внезапно упадет, стукнет (боишься, вздрагиваешь при этом);
30. сделать что-либо плохо;
31. опоздать в сад.

Игры для девочек

Игра «Пятнашки»

Несмотря на кажущуюся простоту игра «Пятнашки» содержит ряд правил. Заранее ограничивается игровая площадка, на которой в беспорядке расставлены стулья и столы, так, чтобы между ними остались небольшие проходы. Можно просто переставить мебель, создав искусственный беспорядок. Нельзя пятнать через стулья - они как бы цельные колонны. Тем самым создаются дополнительные препятствия в игре – нужно лучше увертываться, отворачиваться. Кто случайно заденет стулья или, увлекшись, выбежит за пределы площадки, становится водящим, то есть начинает сам пятнать.

К тому же можно хлопать только по спине, конкретно по нижнему ее месту, что еще больше осложняет задачу. Причем нужно не прикасаться, а именно ударять как следует, с чувством, эмоционально, да еще и с угрозами, чем одновременно устраняются страхи боли и уколов и физических наказаний. Так что если родители имеют обыкновение шлепать детей дома, то здесь предоставляется полная возможность и детям поступать аналогичным образом, так сказать, «осуществить гласность и демократию на деле».

Суть игры - в ее непредсказуемости и неожиданности, когда водящий внезапно меняет направление бега, оказываясь лицом к лицу с остальными участниками. Последние должны мгновенно принять решение, сориентироваться, побежать ли им в противоположную сторону, вперед, увернуться, но только не застыть и не сдаваться, как и не давать себя запятнать во всех значениях этого слова.

Эмоциональный накал игры создают и нарочито подчеркнутые угрозы водящего, которыми он сыплет, как из рога изобилия: «Только попадись!»,

«Ну, погоди!», «Я тебе сейчас покажу!», «Поймаю и съем!», «Лови его!», «Ага, попался!».

Затем водящий взрослый восклицает с похвалой: «Ну и быстрый!», «Смотри, какой ловкий!», «Надо же, никак не могу догнать!», «Да что же это такое!», «Ух, устал!», «Сдаюсь!» и т. д.

Убегающий в ответ: «Не догонишь!», «Все равно убегу!», «Только попробуй!» и т. п. Так что в игре звучат не только угрозы, но и возражения, чем и обеспечивается двусторонний уровень отношений в системе «взрослый – ребенок».

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

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

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

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

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

Игра «Прятки»

Игру в «Прятки» лучше проводить в большом помещении или на открытой площадке, где имеются различные предметы, за которыми можно

спрятаться. Заранее оговариваются места, где нельзя прятаться. Как и в предыдущих играх, участников не менее трех. В роли водящего выступают все участники игры поочередно.

Досчитав до десяти, водящий начинает поиск игроков. Он обходит территорию, произнося шуточные угрозы в адрес спрятавшихся. Последние стремятся ничем не выдать себя, что требует опять же достаточной выдержки и терпения. Кроме того, спрятавшийся остается какое-то время один, пока его не найдут или он сам не выйдет из укрытия по счету 10.

Состояние эмоционально напряженного ожидания в игре поддерживается не только нарочито угрожающим поведением ищущего, но и тем, что он «не обнаруживает» вначале спрятавшегося так удачно ребенка, как бы проходит мимо со словами: «И здесь никого нет. Куда же все подевались, исчезли?». «А я тут!», - воскликнет вдруг нетерпеливый игрок. Это уже нарушение правил, и игра начинается снова.

Для укрытия каждый раз подыскивается новое место, и надо найти его достаточно быстро, не растеряться, пока водящий у двери медленно считает до 5 и со словами «я иду искать» начинает поиск.

Найденные участники игры продолжают принимать в ней активное участие, идя цепочкой сзади водящего и отчасти помогая ему в случае необходимости соответствующими репликами, замедлением или ускорением движения.

Если игра проводится в помещении, то используются все комнаты, в которых заранее при возможности приглушён свет, в том числе туалет и умывальная комната.

Чтобы найти, надо открыть дверь и, не включая свет, искать на ощупь, в то время как спрятавшийся сидит, как мышка, и ничем - ни шумным дыханием, ни движением - не выдает себя.

Однако при обнаружении спрятавшийся бурно выражает эмоции, пугается, говорит, что больше так не будет (прятаться, скрываться, как бы

уходить от ответственности). Достаточно иногда и возгласов: «Ой!», «Ай!», «Зачем?», «Почему?» и т. д.

Игра «Кто первый?»

В середине комнаты ставятся два стула, между ними остается проход, через который может пройти или пролезть только один человек. Играющие встают на четвереньки у стены, лицом к стульям. Руки у них находятся на стартовой линии, как на спортивных соревнованиях, и любое движение раньше времени считается нарушением (фальстартом), влекущим за собой замечание, а при повторении ошибки - и выбывание на время из игры.

Как только будет дан заранее обусловленный сигнал, можно начинать движение, причем ползком. Ползти нужно до стульев, между ними и, обогнув один из них, вернуться обратно, прикоснувшись рукой к стене или мячу. Кто первый это сделает, тот и выиграет. В игре участвуют минимум двое: ребенок и взрослый. Когда ползут, можно задерживать друг друга, цепляться за одежду, толкаться, учитывая возраст участников.

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

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

В изложенном виде игра «Кто первый?» проводится с 2-летнего возраста. С 4 лет игра усложняется. Ведущий сообщает, что движение начинается только после произнесения определенного слова. Например, ползти можно только после слова «лягушка», а если будет произнесено «крокодил», «бегемот», «лошадь», то нужно оставаться на месте. Подобным

образом может быть использовано слово, обозначающее один из цветов, предмет мебели, сказочный персонаж. После неоднократных называний не тех слов произносится нужное слово, и тут уже не до раздумий - все устремляются вперед.

С 6 лет в качестве пусковых, или стартовых, слов применяются не одно, а два слова, например лягушка - крокодил (из животных), красный - синий (из цветов), стул - стол (из мебели), 5-7 (из цифр) и т. д.

Тот, кто загадывает слова, находится в более выгодном положении, чем остальные участники, так как, произнеся нужное, ключевое слово или сочетание слов, может быстрее всех или, во всяком случае, первым начать движение. Если это ребенок, то взрослые могут «пробуксовывать» какое-то время, давая тем самым ему фору. Именно сам факт ползания, а не ходьбы, наполняет игру юмором и смехом.

Игра «Проникновение и выход из круга»

Сцепленными руками взрослых и детей образуется круг. Все закрывают глаза и твердо заявляют, что никто не проникнет в их царство-государство без ведома, особенно ловкие и смелые мальчики и девочки (уже этим поощряются решительные действия детей).

Все играющие по очереди ходят с наружной стороны круга и пытаются проникнуть в него, незаметно проскользнув через одну из пар. Но охрана начеку и быстро реагирует приседанием и опусканием рук на всякий подозрительный шум, тем более случайное прикосновение, то есть осуществить «коварный» замысел и проникнуть незамеченным весьма непросто.

Если же цель достигнута, и ребенок (или взрослый) уже находится в центре круга, он хлопает в ладоши, все открывают глаза и с удивлением обнаруживают проникшего в их закрытое от всех царство. Теперь задача - выйти из круга. Все снова закрывают глаза и повторяют не менее решительно, что ни за что никого и никогда не выпустят.

Следует несколько попыток, и ребенок, очутившись вне круга, радостно хлопает в ладоши. Все опять широко открывают от изумления глаза и отдают должное ловкости и храбрости того, кто решился на это.

После того как в роли «нарушителя» побывают все дети и взрослые, игра повторяется при движущемся круге - хороводе.

Игра «Коридор»

Играющие (взрослые и дети) распределяются на два лагеря. Образуется живой коридор, но поскольку играющие изображают собак, то встают на четвереньки напротив друг друга так, чтобы в броске вперед оказаться лицом к лицу.

«Собаки» начинают лаять, постепенно входя во все больший раж, но оставаясь на месте, как на цепи. Один из детей находится в начале коридора и должен бесшумно или шумно-быстро пробежать его, чтобы схватить приз в конце и так же вернуться. Сделать это можно только при временном затишье, когда «собаки» как бы спят с закрытыми глазами, но чутко реагируют на проносящегося мимо и могут подпрыгнуть, схватить и «укусить».

Обычно на первый «прогон» решаются не все дети и даже взрослые, но, увидев, как можно преодолеть коридор, опередив реакцию «собак», совершают и свою попытку, почти всегда заканчивающуюся успехом.

В игре используется негласный принцип - неудачная попытка проигрывается снова с большей поддержкой участников, до тех пор, пока не будет достигнут ожидаемый, но не требуемый обязательно результат.

Упражнение «Сочинять и читать»

Придумайте сказку про страхиребенка. Полет фантазии не ограничен! Главным героем сюжета может стать сам малыш, который смело сражается со злобным монстром-страхом и непременно побеждает его или вступает с ним в диалог и становится другом. Другой вариант — добавить в сказку волшебного персонажа, который помогает малышу справляться с любыми

страхами на его пути — например, это может быть Монсик Бесстрашный — герой книг «Академии Монсиков».

Упражнение «Говорить по душам»

Создайте обстановку, в которой малыш будет чувствовать, что вы всегда на его стороне и что вам можно доверять. Расскажите ему, что тоже когда-то были маленьким ребенком и сталкивались со страхами, которые вы преодолели и стали храбрыми благодаря полученному опыту. Здорово, если таким рассказчиком выступит папа как олицетворение силы и мужества. Можно даже завести традицию — «вечер папиных секретов», когда папа будет делиться с детьми внутренними победами, историями успеха и рассказами о том, как можно жить в ладу со своими эмоциями.

Игры для мальчиков

Игра «Противоборство»

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

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

Вторая игра - «Стрельба из лука» заключается в поочередной стрельбе из лука стрелами-присосками. Тот, в кого стреляют, отходит в конец комнаты. Обороняется сначала щитом, а затем руками и пытается увернуться от попадания. Напряженное ожидание выстрела создает острое чувство

беспокойства, не мешающее, однако, принятию защитных мер. Испытываемое после выстрела, независимо от результатов, чувство облегчения представляет собой катарсис - разрядку эмоционального напряжения от страха неожиданного воздействия.

Следующая игра «Сражение» - бросание мелкими, нетяжелыми предметами (шарики, кегли, бумажные шарики) друг в друга из-за укрытия в виде стульев и кресел, поставленных напротив друг друга на расстоянии нескольких метров. Предметы нельзя бросать слишком сильно, главное - попасть и увернуться.

Играющие разделяются на два противостоящих лагеря, по одну сторону которого находится родитель или педагог, а по другую - ребенок. Вначале нужно «поссориться» - предъявить обвинения, высказать претензии, обиды, требования, то есть всячески раззадорить друг друга, и, в конце концов, объявить «войну».

Тем, кто бросил все предметы, необходимо под продолжающимся «обстрелом» выйти из укрытия на «поле боя» и собрать «снаряды». Апогей игры - в «атаке» (сближении под прикрытием стульев) и «рукопашной схватке» (противоборстве).

Заканчивается игра перемирием, принесением взаимных извинений и рукопожатиями – «братанием». Как и две предыдущие игры, «сражение» идет в обрамлении постоянных шуточных угроз и насмешек типа «простофиля», «мазила», «так тебе и надо» и т. д.

Заключительная игра из рассматриваемой серии - противоборство с игрушечными заводными роботами или другими игрушками, олицетворяющими бездушие, насилие, зло. Один из играющих заряжает игрушечные пистолеты и кладет рядом с собой, занимая отмеченную чертой исходную позицию. В полуметре от него находится другая черта, переход за пределы которой роботов означает поражение. Несколько роботов заводятся другим участником игры в пределах 1,5-2 метров от обороняющегося и по

команде запускаются все сразу, одной шеренгой. От защищающегося требуется немалая выдержка, чтобы подпустить роботов поближе, когда они начинают падать от попадания резиновых присосок. Только так можно остановить нашествие, поскольку количество выстрелов лимитировано количеством пистолетов. Тот, кто заводил роботов, находится сзади них, собирая пущенные в его сторону присоски. Таким образом, от обоих участников игры требуются самообладание и отсутствие страха.

Игра «Жмурки»

Эта игра широко распространена и известна каждому. Проводится она там же, где только что была игра в «Пятнашки» и где остались расставленные в беспорядке стулья. Сделано это специально, чтобы создать препятствия для водящего, осложнить его задачу - найти стоящих в разных местах игровой площадки детей и взрослых.

Основное правило игры - стоять на одном месте и ничем не выдавать себя, чтобы не быть обнаруженным.

Требуются, следовательно, определенная выдержка, терпение в противоположность двигательному беспокойству и возбуждению. Вместе с тем можно изгибаться, наклоняться, даже ложиться, когда водящий проходит рядом и пытается нащупать вытянутыми руками участников игры. Но и тогда их ноги остаются как бы приклеенными к полу.

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

полумрак создает атмосферу необычности и таинственности происходящего. Тишина и напряженное ожидание создают у участников игры особую атмосферу, наполненную тревогой и радостью.

Взрослый в роли водящего задает тон всей игре, шутливо угрожая во что бы то ни стало найти всех участников игры, говоря, что они все равно никуда не денутся, что он расправится с ними, съест, то есть он выступает в гротескно заостренной роли злодея - Бармалея, разбойника.

Несмотря на подобные угрозы, всем участникам игры необходимо хранить молчание, сдерживая себя даже в том случае, когда водящий подходит совсем близко. В противном случае легко выдать себя и раньше времени выйти из игры. Если поиск затягивается, то играющие могут немного выйти вперед и внезапно громко произнести перед водящим какой-либо звук, например «у-у-у», после чего быстро и неслышно вернуться на свое место. При обнаружении участника игры его нужно на ощупь опознать и назвать имя.

Далее поочередно в роли водящего выступают остальные. Игра длится в среднем 20-30 минут, и обычно каждый успеваает побывать в роли водящего. Выигрывает тот, кто успешнее всех найдет играющих.

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

Можно, как и «Пятнашки», усложнять игру: поставить поролоновый валик, натянуть веревочку между стульями, набросить на водящего покрывало или обруч, от которых он должен освободиться, дать ему в руки кеглю, книжку, любой предмет. Подобные проказы контрастируют с угрозами водящего, что и придает особый колорит игре.

Игра «Кто вперед?»

Согласно ее правилам, несколько детей, выстроившись в один ряд и повинаясь команде ведущего, начинают прыгать, как зайчики, вперед — до того места, где лежит приз. Кто быстрее допрыгает до приза, тот его забирает. Важный момент игры — «пусковое» слово, то есть команда ведущего, которая подается завуалировано, с эффектом неожиданности. К примеру, в качестве команды можно выбрать слово «зайчики». При этом ведущий произносит команду не сразу. Он ведет неторопливый и медленный рассказ, заставляя играющих концентрировать свое внимание на его словах.

Образец речи ведущего: «Далеко-далеко... В темном, зеленом лесу... Живут разные звери... Белки, ежики... Медведи, зайчики, разные птицы...» Сигнальное слово может не выделяться интонационно, что еще более осложнит задачу и заставит детей повысить концентрацию внимания. Можно просто перечислять зверей. В качестве пускового слова можно выбрать любое — это может быть название цвета (в этом случае ведущий перечисляет разные цвета), явления природы и т.д.

Упражнение «Творить и фантазировать»

Язык творчества для ребенка гораздо красноречивее слов. На бумаге отражаются все те волнения и эмоции, которые зачастую ребенок даже не может сам осознать. Попросите его нарисовать свой страх, а потом вместе трансформируйте рисунок — добавьте спасателей, которые мужественно сражаются со страхом, или самого ребенка в роли доблестного рыцаря, победившего тревогу. А еще страх можно изобразить в виде забавного доброго монстрика, если подрисовать ему смешную рожицу. Такие метаморфозы позволят ему взглянуть на свою эмоцию с другой стороны и ослабят травмирующее действие страха.

Институт психолого-педагогического образования

Кафедра (выпускающая) педагогика детства

Направление подготовки/направленность (профиль) образовательной программы

44.03.01 педагогическое образование
Дошкольное образование

ОТЗЫВ НАУЧНОГО РУКОВОДИТЕЛЯ

на ВКР обучающегося Мигалиной Ю. А.

по теме Педагогические методы преодоления
страхов детей старшего дошкольного
возраста

1. Наличие актуальности, новизны, проблематики исследования
Тема актуальна.
2. Положительные стороны работы
Всесторонние изучены аспекты у старших дошколь.
3. Аргументированность и конкретность выводов и предложений
Выводы полны, аргументированы
4. Полнота проработки литературных источников, логическая последовательность
80%.
5. Качество общего оформления работы, таблиц, иллюстраций
Высокое
6. Недостатки работы
Недостаточно учтены генд. особ. страхов в 2.3.
7. Степень самостоятельности и сформированность общих и профессиональных компетенций выпускника

ОК, ПК сформированы

Оценка руководителя:

Научный руководитель:



(Василькова И.Г.)

Согласие
на размещение текста выпускной квалификационной работы обучающегося
в ЭБС КГПУ им. В.П. Астафьева

Я, Жигалина Миша Александровна
(Фамилия, имя, отчество)

разрешаю КГПУ им. В.П. Астафьева безвозмездно воспроизводить и размещать (доводить до общего сведения) в полном объеме и по частям написанную мною в рамках выполнения основной профессиональной образовательной программы выпускную квалификационную работу бакалавра / специалиста / магистра / аспиранта
(нужное подчеркнуть)

На тему: Герменевтические методы преодоления
этановых детерминантов старшего дошкольного возраста
(название работы)

(далее – ВКР) в сети интернет в ЭБС КГПУ им. В.П. Астафьева, расположенным по адресу <http://elib/kspu.ru>, таким образом, чтобы любое лицо могло получить доступ к ВКР из любого места и в любое время по собственному выбору, в течение всего срока действия исключительного права на ВКР.

Я подтверждаю, что ВКР написано мною лично в соответствии с правилами академической этики и не нарушает интеллектуальных прав иных лиц.

9 июня 2018г
дата

Жигалина Миша Александровна
подпись

Отчет о проверке на заимствования №1

Автор: yuliya_puhova-yuliya2016@yandex.ru / ID: 4239189

Проверяющий: (puhova.puhova-yuliya2016@yandex.ru / ID: 4239189)

Отчет сгенерирован сервисом «Антиплагиат» - <http://www.antiplagiat.ru>

ИНФОРМАЦИЯ О ДОКУМЕНТЕ

№ документа: 20
Начало проверки: 08.06.2018 18:24:20
Длительность загрузки: 00:00:01
Имя исходного файла: Жигалина Юлия Александровна_Педагогические методы преодоления страхов детей старшего дошкольного возраста_
Размер текста: 95 Кб
Символов в тексте: 94257
Слов в тексте: 12110
Число предложений: 1005

ИНФОРМАЦИЯ ОБ ОТЧЕТЕ

Последний готовый отчет (ред.)
Начало проверки: 08.06.2018 18:24:21
Длительность проверки: 00:00:03
Комментарии: не указано
Модули поиска:

ЗАИМСТВОВАНИЯ 34,78% ЦИТИРОВАНИЯ 0% ОРИГИНАЛЬНОСТЬ 65,22%



Заимствования — доля всех найденных текстовых пересечений, за исключением тех, которые система отнесла к цитированиям, по отношению к общему объему документа.
Цитирование — доля текстовых пересечений, которые не являются авторскими, но система посчитала их использование корректным, по отношению к общему объему документа. Сюда относятся цитаты, выраженные по ГОСТу цитаты, общеупотребительные выражения; фрагменты текста, найденные в источниках из коллекций нормативно-правовой документации.
Текстовое пересечение — фрагмент текста проверяемого документа, совпадающий или почти совпадающий с фрагментом текста источника.
Источник — фрагмент, проиндексированный в системе и содержащийся в модуле поиска, по которому проводится проверка.
Оригинальность — доля фрагментов текста проверяемого документа, не обнаруженных ни в одном источнике, по которым шла проверка, по отношению к общему объему документа.
Заимствования, цитирования и оригинальность являются отдельными показателями и в сумме дают 100%, что соответствует всему тексту проверяемого документа.
Обращаем Ваше внимание, что система находит текстовые пересечения проверяемого документа с проиндексированными в системе текстовыми источниками. При этом система является вспомогательным инструментом, определение корректности и правомерности заимствований или цитирований, а также авторства текстовых фрагментов проверяемого документа остается компетенцией проверяющего.

| № | Доля в тексте | Доля в документе | Источник | Ссылка | Актуален на | Модуль поиска | Блоков в отчете | Блоков в тексте |
|------|---------------|------------------|--|---|-------------|------------------------|-----------------|-----------------|
| [01] | 8,67% | 8,67% | Роль семьи в возникновении страха у... | http://diplomiba.ru | 17 Ноя 2017 | Модуль поиска Интернет | 27 | 48 |
| [02] | 7,91% | 7,91% | Методы коррекции детских страхов у... | http://diplomiba.ru | 18 Ноя 2017 | Модуль поиска Интернет | 5 | 31 |
| [03] | 7,82% | 7,82% | Скачать/bestref-150577.doc | http://bestreferat.ru | раньше 2011 | Модуль поиска Интернет | 12 | 41 |
| [04] | 7,46% | 7,46% | Методическая разработка «Игра как с... | http://shkolnie.ru | 26 Апр 2016 | Модуль поиска Интернет | 20 | 41 |
| [05] | 7,31% | 7,31% | ИЗУЧЕНИЕ ДЕТСКИХ СТРАХОВ | http://vesti.ru | 19 Ноя 2016 | Модуль поиска Интернет | 7 | 27 |
| [06] | 7,19% | 7,19% | Скачать/Захаров - Дневные и ночные... | http://e-reading.org.ua | раньше 2011 | Модуль поиска Интернет | 11 | 46 |
| [07] | 5,22% | 5,22% | 1.3. Природа детских страхов - Методи... | http://shkolnie.ru | 19 Июл 2016 | Модуль поиска Интернет | 10 | 17 |
| [08] | 4,43% | 4,43% | Реферат Детские страхи профилактика. | http://bukvachka.ru | 30 Июн 2017 | Модуль поиска Интернет | 11 | 42 |
| [09] | 3,07% | 3,07% | Современная ситуация в образовании... | http://skachate.ru | 12 Апр 2016 | Модуль поиска Интернет | 41 | 42 |
| [10] | 1,72% | 1,72% | Меркушина Л.С. Методики выявления... | http://human.snauka.ru | 25 Мар 2016 | Модуль поиска Интернет | 1 | 6 |
| [11] | 1,45% | 1,45% | Гендерные особенности проявления т... | http://revolution.allbest.ru | раньше 2011 | Модуль поиска Интернет | 23 | 27 |
| [12] | 1,23% | 1,23% | ИССЛЕДОВАНИЕ СТРАХОВ У ДЕТЕЙ СТА... | http://cyberlininka.ru | 08 Окт 2015 | Модуль поиска Интернет | 6 | 13 |
| [13] | 0,85% | 0,85% | Поощрение как метод воспитания. | http://studopedia.net | 26 Фев 2016 | Модуль поиска Интернет | 2 | 4 |
| [14] | 0,77% | 0,77% | не указано | http://any-book.org | раньше 2011 | Модуль поиска Интернет | 9 | 10 |
| [15] | 0,71% | 0,71% | Скачать/bestref-189559.doc | http://bestreferat.ru | раньше 2011 | Модуль поиска Интернет | 10 | 10 |
| [16] | 0,52% | 0,52% | Программа дошкольного образовани... | http://nervd.ru | 30 Дек 2015 | Модуль поиска Интернет | 10 | 10 |
| [17] | 0,46% | 0,46% | ПРОГРАММА КОРРЕКЦИИ СТРАХОВ | http://studfiles.ru | 27 Июл 2016 | Модуль поиска Интернет | 0 | 6 |
| [18] | 0,44% | 0,44% | не указано | http://child-psy.ru | раньше 2011 | Модуль поиска Интернет | 1 | 1 |
| [19] | 0,3% | 0,3% | Технология снижения у детей личност... | http://prodlenka.org | 30 Ноя 2016 | Модуль поиска Интернет | 4 | 4 |
| [20] | 0,14% | 0,14% | Современное дошкольное образован... | https://gtina.msu.ru | 23 Ноя 2016 | Модуль поиска Интернет | 2 | 2 |