Министерство образования и науки Российской Федерации

Магнитогорский государственный университет

Факультет дошкольного образования

Курсовая работа по педагогике

Психолого-педагогическое изучение страхов у детей старшего дошкольного возраста

студентки 3 курса

заочной формы обучения

Желудок Татьяны Борисовны

Руководитель: Шепилова Н.А.,

канд. пед. наук,

доцент

Магнитогорск, 2007

Оглавление

Введение

Глава I. Теоретический анализ проблемы.

* 1. Понятие страх в психолого-педагогической литературе.
	2. Характеристика страхов у детей дошкольного возраста
	3. Технология профилактики и коррекции детских страхов.

Выводы по первой главе

Глава II. Анализ состояния проблемы в практике.

2.1. Констатирующий эксперимент

2.2. Педагогические рекомендации

Выводы по второй главе

Заключение

Список литературы

Приложение

**Введение.**

Психологическое здоровье детей зависит от социально-экономических, экологических, культурных, психологических и многих других факторов.
По мнению авторов (Л.И. Божович, А.А. Бодалёв, В.С. Мухина, Т.А. Репина и других) ребёнок как самая чувствительная часть социума подвержен разнообразным отрицательным воздействиям. В последние годы, как свидетельствуют специальные экспериментальные исследования, наиболее распространёнными явлениями являются тревожность и страхи у детей (И.В. Дубровина, В.И. Гарбузов, А.И. Захаров, Е.Б. Ковалёва и другие).

Страх является наиболее опасной из всех эмоций. Обширные области исследований, посвящённых страху, создают прекрасные основания для дальнейшего понимания этой важной эмоции. Литературы по данной проблеме разработано немного. Хотя проблема страхов у детей старшего дошкольного возраста актуальна в настоящее время. Проблема страхов мало используется и в практике дошкольных учреждений. И будучи ещё в детском саду, дети должны пройти все тесты тревожности и преодолеть барьер страха в своём сознании.

А.И. Захаров впервые в отечественной и мировой практике рассмотрел причины возникновения и развития дневных и ночных страхов. Привел статические данные, показывающие влияние различных факторов.

Актуальность исследования проблемы определяется еще и тем, что с возрастом у детей меняются мотивы поведения, отношение к окружающему миру, взрослым, сверстникам. И от того, смогут ли родители и педагоги уловить эти перемены, понять изменения, происходящие с ребенком, и в соответствии с этим изменить свои отношения, будет зависеть тот положительный эмоциональный контакт, который является основой нервно-психического здоровья ребенка.

К сожалению, в большинстве случаев страхи возникают по вине самих родителей, и наш долг - предупредить возможность их проявления и оградить детей от страхов, вызванных семейными неурядицами, душевной черствостью или, наоборот, чрезмерной опекой, или же просто родительской невнимательностью.

Таким образом, **тема** нашей работы «Психологическое изучение страхов у детей старшего дошкольного возраста» выбрана не случайно.

**Цель** нашего исследования: изучение психологических особенностей проявления страхов у детей старшего дошкольного возраста.

**Объект исследования:** эмоциональная сфера детей старшего дошкольного возраста.

**Предмет исследования:** страхи детей старшего дошкольного возраста.

В соответствии с объектом и предметом исследования нами были поставлены следующие **задачи**:

* Обобщить теоретический материал по проблеме возникновения страха у детей старшего дошкольного возраста.
* Выявить психолого-педагогические аспекты проявления страха.
* Подобрать мониторинг исследования детских страхов.

**Методологической основой** являются теоретические концепции ведущих отечественных психологов: В.С.Мухиной, Л.С.Выготского, А.Н.Леонтьева о закономерностях развития детской психики, понимание дошкольного детства как особого периода в становлении личности. Диагностика и коррекция детских страхов отражена в исследованиях К.С.Лебединской, А.В.Суворовцевой, И.В.Дубровиной, А.И.Захарова, Рейнгольд, Робинсон, Г.Эберлейн.

Методы исследования:

1.Анализ справочной психолого-педагогической литературы.

2.Эксперимент.

3.Количественная и качественная обработка результатов.

**Глава I. Теоретический анализ проблемы.**

**1.1. Понятие страх в психолого-педагогической литературе.**

Понятие страха разрабатывалось многими исследователями и имеет разные трактовки. В современном словаре по психологии под редакцией В.В.Юрчук мы находим, что «страх – аффективно чувственная эмоция, которая возникает в обстоятельствах превентивности – угрозы – боязни за свою социальную или же биологическую экзистенцию у субъекта» [30, с.342].

Артур Ребер в большом толковом психологическом словаре трактует страх как «эмоциональное состояние, возникающее в присутствии или предвосхищении опасного или вредного стимула. Страх обычно характеризуется внутренним, субъективным переживанием очень сильного возбуждения, желания бежать или нападать и рядом симпатических реакций» [1, с.71].

Согласно З.Фрейду «страх – это состояние аффекта – объединение определённых ощущений ряда удовольствие – неудовольствие с соответствующими иннервациями разрядки напряжения и их восприятия, а так же вероятно, и отражение определённого значимого события» [13, с.218].

В.Даль в «Толковом словаре живого великого русского языка» определяет страх как страсть, боязнь, робость, сильное опасенье, тревожное состояние души от испуга от грозящего или воображаемого бедствия [5, с.305].

Р.Ф.Овчарова рассматривает страх, как эффективное (эмоционально заострённое), отражение в сознании человека конкретной угрозы для его жизни и благополучия [18, c.165].

Известный физиолог И.П.Павлов трактует страх как «проявление естественного рефлекса, пассивно-оборонительной реакции с лёгким торможением коры больших полушарий. Страх основан на инстинкте самосохранения, имеет защитный рефлекс и сопровождается определёнными физиологическими изменениями высшей нервной деятельности» [17, c.570].

Ю.А.Неймер, А.В.Петровский, М.Г.Ярошевский рассматривают страх как «эмоциональное состояние, возникающее в ситуациях угрозы биологическому или социальному существованию индивида и направленное на источник действительной и воображаемой опасности» [15, c.102].

Таким образом, проанализировав разные трактовки понятия страха, мы остановили свой выбор на определении данном В.В.Юрчук, так как оно отличается полнотой, точностью и современностью. Поэтому в своей работе мы будем опираться на это определение.

Страх – это эмоция, о которой многие люди думают с ужасом. Возможно потому, что эмоция страха сама по себе вызывает ужас, она переживается нами достаточно редко. И всё же страх – реальная часть нашей жизни. Человек может переживать страх в разных ситуациях, но все эти ситуации имеют одну общую черту. Они ощущаются, воспринимаются человеком как ситуации, в которых под угрозу поставлено его спокойствие и безопасность. Интенсивное переживание страха запоминается надолго. Страх складывается из определённых и вполне специфичных физиологических изменений, экспрессивного поведения и специфического переживания, проистекающего из ожидания угрозы или опасности. У маленьких детей, так же как и у животных, ощущение угрозы или опасности сопряжено с физическим дискомфортом, с неблагополучием физического «Я». Страх, которым они реагируют на угрозу, это боязнь физического повреждения. Субъективное переживание страха ужасно, и что странно – оно может заставить человека оцепенеть на месте, тем самым, приводя его в абсолютно беспомощное состояние, или, наоборот, может заставить его бросится наутёк, прочь от опасности [21, c. 245].

Известный физиолог И.П.Павлов считает страх проявлением естественного рефлекса, пассивно-оборонительной реакцией с лёгким торможением коры больших полушарий. Страх основан на инстинкте самосохранения, имеет защитный рефлекс и сопровождается определёнными физиологическими изменениями высшей нервной деятельности, отражается на частоте пульса и дыхания, показателях артериального давления, выделением желудочного сока [16, c. 564].

Страх возникает в ответ на действие угрожающего стимула. Существуют две угрозы, имеющие универсальный и одновременно фатальный в своём исходе характер. Это смерть и крах жизненных ценностей, противостоящих таким понятиям как жизнь, здоровье, самоутверждение, личное и социальное благополучие. Но и помимо крайних выражений страха всегда подразумевает переживание какой-либо реальной или воображаемой опасности [3, c. 139].

Понимание опасности, её осознание формируется в процессе жизненного опыта и межличностных отношений, когда некоторые безразличные для ребёнка раздражители постепенно приобретают характер угрожающих воздействий. Обычно в этих случаях говорят о появлении травмирующего опыта (испуг, боль, болезнь, конфликты и т.д.). Гораздо более распространены так называемые внушённые детские страхи. Их источник – взрослые, окружающие ребёнка (родители, бабушки, воспитатели детских учреждений), которые непроизвольно заражают ребёнка страхом, тем, что излишне настойчиво, подчёркнуто эмоционально указывают на наличие опасности. В результате ребёнок реально воспринимает только вторую часть фраз типа: «Не подходи – упадёшь», «Не гладь – укусит» и др. Маленькому ребёнку пока ещё не ясно, чем ему всё это грозит, но он уже распознаёт сигнал тревоги, и естественно, у него возникает реакция страха. Взрослый добился своего – ребёнок послушался. Но страх закрепился и распространился на исходные ситуации [11, c. 62].

Всё это даёт основание говорить об условнорефлекторном характере страха, даже если ребёнок пугается (вздрагивает) при внезапном стуке или шуме, так как последний когда-то сопровождался крайне неприятным переживанием. Подобное сочетание запечатлелось в памяти в виде определённого эмоционального следа и теперь не произвольно ассоциируется с любым внезапным звуковым воздействием [там же].

Так же часто, как термин «страх», встречается термин «тревога». По мнению Захарова в страхе и в тревоге есть общий эмоциональный компонент в виде чувства волнения и беспокойства. Апофиз страха и тревоги – ужас. Тревога – это предчувствие опасности, состояние беспокойства. Чаще тревога проявляется в ожидании какого-то события, которое трудно прогнозировать и которое может угрожать неприятными последствиями. Тревога присуща людям с развитым чувством собственного достоинства, долга, ответственности. Тревога выступает и как пропитанное беспокойством чувство ответственности за жизнь, как свою, так и близких людей. Страх можно рассматривать как выражение тревоги в конкретной объективизированной форме, если предчувствия не пропорциональны опасности и тревога принимает затяжное течение. В некоторых случаях страх представляет собой своеобразный клапан для выхода лежащей над ним тревоги. Если человек начинает бояться самого факта возникновения страха, то здесь высокий, запредельный уровень тревоги, так как он боится, опасается всего того, что может даже косвенно угрожать его жизни и благополучию [10, c. 43 ].

В психологии и педагогике существуют разные классификации страхов. В психологическом словаре под общей редакцией Ю.Л.Неймера выделяется 3 основных вида страхов: реальный, невротический и страх свободный [22, с. 352]:

Реальный страх – рациональное выражение инстинкта самосохранения как нормальная реакция на восприятие внешней опасности.

Страх невротический – разнообразные формы «бесцельного страха» невротиков, возникают из-за отвлечения либидо от нормального применения, либо из-за отказа психических инстанций.

Страх свободный – общая неопределённая боязливость, готовая на время привязаться к любой появившейся возможности и выражающаяся в состоянии «боязливого ожидания», страх беспредметный, не связанный с каким-либо объектом, вызывающим этот страх.

Овчарова Р.В. выделяет следующие виды страхов[18, c.312]:

Возрастные страхи отмечаются у эмоционально чувствительных детей как отражение особенностей их психического и личностного развития. Возникают они под действием следующих факторов: наличие страхов у родителей, тревожность в отношениях с ребёнком, избыточное предохранение его от опасностей и изоляция от общения со сверстниками. Большое количество запретов со стороны родителя того же пола или полное предоставление свободы ребёнку родителями и другого пола, а также многочисленные нереализуемые угрозы всех взрослых в семье, отсутствие возможности для ролевой идентификации с родителями того же пола, преимущественно у мальчиков. Конфликтные отношения между родителями, психические травмы типа испуга, психологическое заражение страхами в процессе общения со сверстниками и взрослыми.

Невротические страхи характеризуются большой эмоциональной интенсивностью и напряжённостью, длительным течением или постоянством, неблагоприятным влиянием на формирование характера и личности, взаимосвязью с другими невротическими расстройствами и переживаниями, избеганием объекта страха. Невротические страхи могут быть результатом длительных и неразрешимых переживаний. Чаще боятся подобным образом чувствительные, испытывающие эмоциональные затруднения в отношениях с родителями дети, чьё представление о себе искажено эмоциональными переживаниями в семье или конфликтными. Эти дети не могут полагаться на взрослых, как на источник безопасности, авторитета и любви. Дети, которые не приобрели до школы необходимого опыта общения со взрослыми и сверстниками, не уверенны в себе, боятся не оправдать ожидания взрослых, испытывают страх перед учителем.

Некоторые дети панически бояться сделать ошибку, когда готовят уроки. Это происходит в тех случаях, когда родители педантично их проверяют и при этом очень драматично относятся к ошибкам. Даже если родители не наказывают ребёнка, психологическое наказание всё равно присутствует [2, c. 457].

В ряде случаев страх перед школой вызван конфликтом со сверстниками, боязнью проявлений физической агрессии с их стороны. Чаще всего подобные страхи с возрастом меняют свой характер, они вызывают у ребёнка чувство бессилия, неспособность справиться со своими чувствами, контролировать их [там же].

Но наиболее полной можно считать классификацию страхов А.Захарова [9, c. 247]:

1. По характеру – природные, социальные, ситуативные, личностные.
2. По степени реальности – реальные и воображаемые.
3. По степени интенсивности – острые и хронические.

Данные виды мы отразили в схеме (приложение 1).

Несмотря на то, что страх – это интенсивно выражаемая эмоция, следует различать его обычный, естественный, или возрастной характер, и патологический уровни. Обычно страх кратковременен, обратим, исчезает с возрастом, не затрагивает глубоко ценностные ориентации человека, существенно не влияет на его характер, поведение и взаимоотношения с окружающими людьми. Некоторые формы страха имеют защитное значение, так как позволяют избежать соприкосновения с объектом страха [12, c. 123].

На патологический страх указывают его крайне драматические выражения (ужас, эмоциональный шок, потрясение) или затяжное, навязчивое, труднообратимое течение, непроизвольность, то есть полное отсутствие контроля со стороны сознания, как и не благоприятное воздействие на характер, межличностные отношения и приспособление человека к социальной действительности [там же].

В педагогической литературе рассматривается следующая классификация страхов. Страх условно делится на ситуативный и личностный [6, c. 230].

Ситуативный страхвозникает в необычной, крайне опасной или шокирующей взрослого или ребенка обстановке, например, при нападении собаки. Часто он появляется в результате психического заражения паникой в группе людей, тревожных предчувствий со стороны членов семьи, конфликтов и жизненных неудач.

Личностно обусловленный страхпредопределен характером человека, например, его повышенной мнительностью, и способен проявляться в новой обстановке или при контактах с незнакомыми людьми.

Ситуативный и личностно обусловленный страхи часто смешиваются и дополняют друг друга.

Страхреальный и воображаемый, острый и хронический. Реальный и острые страхи предопределены ситуацией, а воображаемый и хронический – особенностями личности.

Несмотря на то, что страх – это интенсивно выраженная эмоция, следует различать его обычный, естественный, или возрастной, и патологический уровни. Обычно страх кратковременен, обратим, исчезает с возрастом, не затрагивает глубоко ценностные ориентации человека, существенно не влияет на его характер, поведение и взаимоотношения с окружающими людьми. Некоторые формы страха имеют защитное значение, поскольку позволяют избежать соприкосновения с объектом страха.

Причинами страха могут быть события, условия или ситуации, являющиеся началом опасности. Как указывает Боулби, причиной страха может быть либо присутствие чего-то, что обеспечивает безопасность. Страх может иметь своим предметом какого-либо человека или объект. Иногда страх не связан ни с чем конкретным, такие страхи переживаются, как беспредметные. Страх может вызываться страданием, это связано с тем, что в детстве сформировались связи между этими чувствами.

Как же появляется страх? По мнению А.И.Захарова иногда выражения страха так очевидны, что не нуждаются в комментариях, например, ужас, оцепенение, растерянность, плач, бегство. О других страхах можно судить только по ряду косвенных признаков, таких как стремление посещения ряда мест, разговоров и книг на определённую тему, смущение и застенчивость при общении. При остром чувстве беспокойства человек теряется, не находит нужных слов для ответа, говорит невпопад, невнятным, дрожащим от волнения голосом и часто замолкает совсем. Взгляд отсутствующий, выражение лица испуганное. Внутри всё «опускается», холодеет, тело становится тяжёлым ноги ватными, во рту пересыхает, дыхание перехватывает, щемит в области сердца, ладони становятся влажными, лицо бледнеет, и человек «обливается холодным потом». Одновременно он совершает много лишних движений, переминается с ноги на ногу, поправляет без конца одежду или становится неподвижным или скованным. Перечисленные симптомы острого беспокойства говорят о перенапряжении психофизиологических функций организма, их расстройстве [9, c. 156].

При состояниях хронического беспокойства и страха человек (ребёнок) находится в напряжённом ожидании, легко пугается, редко улыбается, всегда серьёзен и озабочен. Он не может полностью расслабить мышцы, излишне устаёт, ему свойственны приходящие головные боли и спазмы в различных участках тела. Несмотря на усталость, не удаётся сразу заснуть, так как ребёнку мешают всякого рода навязчивые мысли, догадки предчувствия [ там же].

По мнению Г.Эберлейна наличие устойчивых страхов у детей говорит о неспособности их справиться со своими чувствами, контролировать их, когда дети пугаются, вместо того, чтобы действовать, и не могут остановить «разгулявшиеся» чувства [28, c.29].

**1.2 Характеристика страхов у детей 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 вопросы: "Откуда все взялось?", "Зачем люди живут?". В этом возрасте формируется опыт межличностных отношений, основанный на умении ребенка принимать и играть роли, предвидеть планировать действия другого, понимать его чувства и намерения. Отношения с людьми становятся более гибкими, разносторонними, целенаправленными. Формируется система ценностей "Ценные ориентации", чувства дома, родства, понимание значения семьи для продолжения рода. Для детей старшего дошкольного возраста характерны общительность и потребность в дружбе [9, c. 124].

Ведущим страхом старшего дошкольного возраста 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 [там же].

О том, что ребенок боится смерти, можно догадаться по наличию, связанных со смертью страхов, прежде всего испытываемых во сне "страшных снов", боязнь нападения, огней, пожаров, боязнь заболеть (у девочек) и боязни стихии (у мальчиков). Испытываемый страх перед Змеем Горынычем, который "дыхнет и все горит", есть не что иное, как замаскированный ужас, вызываемый огнем и пожаром. В это же время дети заметно бояться змей, укус которой смертелен, крайне болезненно переносят операции, а также болезнь и сметь даже не очень знакомых людей.
Появление страха смерти означает появление постепенное завершение "наивного" периода в жизни детей, когда они верили в существование сказочных персонажей, бессмертие. Исчезновение страха перед кощеем бессмертным в старшем дошкольном возрасте свидетельствует о том, что 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 [там же].

Начало посещения школы подводит своеобразную черту под концепцией жизни и смерти, превращая последнюю как уже пережитое чувство в единую концепцию жизни. Новая социальная позиция школьника способствует переключению внимания на более конструктивные цели. Уже с первого класса страх смерти перестает звучать как аффект или мысли, вызывающие беспокойство. Однако, у эмоционально чувствительных детей подобный страх может давать о себе знать в виде необъяснимой для окружающих боязни покойников, Черной Руки, скелетов и Пиковой Дамы.
Обычно уже в 8 лет дети боятся уже не столько своей смерти, сколько смерти своих родителей. Меньше всего подвержены страхам мальчики в 4, а девочки в 3 года, то есть в младшем дошкольном возрасте. В старшем дошкольном возрасте количество страхов у мальчиков, а особенно у девочек достаточно больше [4, c. 56].

Выделим факторы, участвующие в возникновении страхов [13, c. 148]:

- 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.

Итак, мы рассмотрели возрастные страхи, то есть страхи, возникающие у эмоционально чувствительных детей, как отражение особенности их психического и личностного развития.

Кроме возрастных существуют невротические страхи, которые имеют существенные отличия: большая эмоциональная интенсивность и напряженность; длительное или постоянное течение; неблагоприятное влияние на формирование характера и личности; болезненное заострение; взаимосвязь с другими невротическими расстройствами и переживаниями (то есть невротические страхи - это один из симптомов невроза как психогенного заболевания формирующейся личности); избегание объекта страха, а также всего нового и неизвестного, то есть развитие реактивно-защитного типа поведения; более прочная связь с родительскими страхами; относительная трудность устранения страхов [8, c. 37].

Невротическими страхи становятся в результате длительных и неразрешимых переживаний или острых психических потрясений нередко на фоне уже болезненного перенапряжения нервных процессов. При неврозах значительно чаще испытывают страхи перед одиночеством, темнотой и животными. Наличие многочисленных страхов при неврозах является признаком недостаточной уверенности в себе, отсутствия адекватной психологической защиты, что вместе взятое неблагоприятно сказывается на самочувствии ребенка, создавая еще большие трудности в общении со сверстниками [там же].

Страх смерти ввиду его распространенности в старшем дошкольном возрасте не имеют существенных количественных различий у детей с неврозами и у здоровых сверстников. Различия носят качественный характер и сводятся в основном к аффективному заострению тесно связанному с боязнью смерти страхов нападения, огня, пожара, страшных снов, болезни (у девочек); стихии (у мальчиков). Все эти страхи имеют выраженный и устойчивый, а не просто возрастной характер и представляют собой отражение лежащего в их основе страхе смерти. В своем невротическом звучании этот страх означает боязнь быть ничем, то есть не существовать, не быть вообще, поскольку можно бесследно исчезнуть и сгореть в огне, погибнуть во время стихийных бедствий, получить невосполнимое увечье и т.д. [там же].

Чаще боятся подобным образом чувствительные, испытывающие эмоциональные затруднения в отношениях с родителями дети, чье представление о себе искажено эмоциональным неприятием в семье или конфликтами и которые не могут полагаться на взрослых как источник безопасности, авторитета и любви. Поэтому лежащая в основе невроза страха боязнь смерти всегда свидетельствует о наличии серьезных эмоциональных проблем, которые не могут быть разрешены самими детьми. И прежде чем оказывать помощь таким детям, нужно разобраться в их переживаниях [8, c.42].

Ближе к 7 и особенно к 8 годам при большом количестве неразрешимых и идущих из более раннего возраста страхов можно уже говорить о развитии тревожности как определенном эмоциональном настрое с преобладанием чувства беспокойства и боязни сделать что-либо не то, не так, опоздать, не соответствовать общепринятым требованиям и нормам. Все это указывает на возрастающую социальную детерминацию страхов, выражаемых опасением быть не тем, кого любят и уважают, то есть на их социально-психологическую обусловленность. Поэтому страх быть не тем чаще всего встречается не только у эмоционально чувствительных детей с развитым чувством собственного достоинства, но именно у тех из них кто внутренне ориентирован на социальные нормы и стремится соблюдать их [19, c. 174].

Максимального возрастного развития страх быть не тем достигается в младшем школьном возрасте - от 8 до 11 лет, когда дети втягиваются в учебу, с интересом овладевают новыми знаниями, серьезно относятся к своим обязанностям школьника и переживают по поводу отметок. Если социально опосредованный страх быть не тем возникает уже в старшем дошкольном возрасте, то он, как большое число страхов, будет больше выражен при тревожно-мнительных характерах родителей и соответствующем стиле их отношений с детьми [там же].

Таким образом, у детей старшего дошкольного возраста тревожность еще не является устойчивой чертой характера и относительно обратима при проведении соответствующих психолого-педагогических мероприятий [9, c. 134].

**1.3. Технология профилактики и коррекции детских страхов.**

В психолого-педагогической литературе описаны различные способы коррекции страхов разной этиологии. В целом, все предлагаемые способы условно разделены на три группы:

1. игра со страхом;
2. рисование страха;
3. вербализация страха (сказки, рассказы, страшные истории).

На основе этих данных можно составить комплекс коррекционных методик, который будет включать в себя:

1. Методики, основанные на использовании игрового метода: «Игра с темнотой», «Чехарда», «Прогулка в слепую», «Отгадай, кого я боюсь» (по первой и последней букве).
2. Методики, основанные на использовании изотерапии: «Расправься с нарисованным страхом», «Мне не страшно».
3. Методики, основанные на использовании сказкотерапии: «Сказка про страх».

Для профилактики детских страхов мы предлагаем проводить работу с родителями.

Коррекционная работа может проводиться как с подгруппами детей, так и индивидуально. Первоначально мы рекомендуем использовать методики, основанные на использовании игрового метода. Основная задача данного метода: научить ребёнка испытывать положительные эмоции, что благотворно влияет на его психику. Основным средством является разнообразная игровая деятельность, которая повышает общий уровень переживаний ребёнка, помогает ему установить доверительные отношения со взрослыми, сверстниками.

Для игры «В страх» подбирается сюжет, предметы, символизирующие то, чего ребёнок боится (собака, волк, вампиры, Баба – Яга), разыгрывается сюжет с этими предметами. Дети расправляются со своим страхом [25, c. 123].

Мы подобрали следующие игровые методики: «Игра с темнотой», «Чехарда», «Отгадай, чего я боюсь», «Прогулка вслепую».

В «Игре с темнотой» ребёнок жестами изображает, чего он боится, а другие отгадывают страх. У учащихся могут возникать трудности, например, страх темноты и одиночества дети часто не могут изобразить жестами. Поэтому здесь возникают трудности с отгадыванием. Однако это не снижает коррекционной силы данной игровой методики [18, c. 278].

В игре «Чехарда» участвуют 3 – 5 детей. Один стоит на четвереньках. Следующий разбегается и пытается его перепрыгнуть. Если застревает на спине, то так там и остается. Следующий разбегается и прыгает на образовавшуюся кучу и т.д. Игра позволяет снять мышечные зажимы, страх прикосновений и робость у детей, помогает укрепить опору и расширить свободу движений [23, c. 305].

В игре «Чего я боюсь?» дети называют первую и последнюю букву заданного слова, то, чего или кого они боятся. Другие дети отгадывают.

В игре «Прогулка вслепую» один ребёнок закрывает глаза, а другой служит проводником (говорил куда идти: направо, налево и т.д.). Преградами, которые преодолевает ребенок, являются стулья, расставленные в классе [14, c. 22].

Коррекционная работа проводится не со страхом, а с личностным отношением ребёнка к породившим его причинам.

Детям объясняется, что собой представляет пугающий его предмет (собака, темнота и т.п.), как он устроен, «откуда берётся», устраняются «пробелы» в восприятие ребёнка, которые обычно заполняются приписыванием этому предмету опасных, страшных качеств. Если страх порождается случайной эмоциональной реакцией взрослого («осторожно, злая собака!») запечатлевается в сознании ребёнка или каким-либо другим незначительным обстоятельством, то, скорее всего, он пройдёт.

Использование данных методик помогает детям установить доверительные отношения со сверстниками, преодолеть чувство одиночества и покинутости, тревожности.

Затем мы предлагаем использовать методики, основанные на использовании изотерапии с целью снятия у детей старшего дошкольного возраста ощущений постоянной угрозы, исходящей от окружающего мира; преодоления тревоги, страха, посредством графического изображения своего страха. Графическое изображение страхов требует волевых усилий и снимает тревожное ожидание их реализации. В процессе рисования происходит «оживление» страха, но вместе с тем и осознание условного характера его изображения.

Объект страха сознательно подвергается манипуляции и творчески преобразуется [18, c. 246].

Детям предлагают методику «Расправься со страхом», где они должны нарисовать то, что они бояться больше всего. А после этого предлагается «расправиться» со страхом: смять, порезать рисунок или закрасить другой краской.

Затем детям необходимо предложить методику «Мне не страшно». Где ребёнок должен нарисовать свой страх так, как будто он его не боится. Например, ребенок рисует собаку, которую ведёт на поводке. И говорит: «Собака добрая, она – мой друг». Но не все дети могут нарисовать свой страх ничтожным и жалким.

Также нами предлагаются методики, основанные на использовании сказкотерапии с целью снижения уровня выраженности экзистенционального страха у детей старшего дошкольного возраста [11, c. 115].

Как известно, «страшилки» различного содержания – один из видов своеобразного детского фольклора. Сочиняя и рассказывая «страшилку», ребёнок самостоятельно моделирует эмоциями преодоление своих страхов.

Вербализация страхов вызывает чувственный ответ, эмоциональное переключение, которое выступает в роли психологической защиты.

Детям предлагают методику «Сказка про страх», где они придумывают и рассказывают различные истории, связанные со своим страхом.

Затем мы предлагаем проводить методику «Придумай завершение сказки». Детям предлагается завершить сказку по предложенному началу: «Жили-были мальчик и девочка, которые всего боялись. Однажды они попали в дремучий тёмный лес. И вдруг на их пути…»

В конце работы дети начинают понимать, что сказочные персонажи – это вымысел и их можно сделать такими, какими ты сам хочешь, тот есть добрыми, смешными, весёлыми [18, c. 245].

В целях профилактики, как уже было сказано выше, мы предлагаем проводить работу с родителями: индивидуальные беседы на темы: «Способы наказания ребёнка» и «Как помочь ребёнку преодолеть страхи». Было организовано собрание на тему «Страхи вашего ребёнка и как они возникают» (приложение 2).

Работа с родителями должна быть направлена не только на профилактику возможных нарушений, но и в некотором роде на коррекцию неправильных, травмирующих ребёнка стилей воспитания.

Главная цель работы – обучение родителей эффективным навыкам коммуникации и способам выражения своей любви к ребёнку.

В ходе беседы родителей знакомят с приемлемыми способами наказания ребёнка. Предлагают компоненты эффективного общения с детьми, которые являются необходимыми: контакт глаз, так как ласковый взгляд снижает уровень тревожности и уменьшает страхи у ребёнка, укрепляет в нём чувство безопасности и уверенности в себе, физический контакт, пристальное внимание, дисциплина.

На родительском собрании родителей знакомят с результатами исследования страхов их детей. Озвучивают возможные причины возникновения страхов. Также даются рекомендации родителям, как помочь своему ребёнку избавиться от страхов и что нужно для этого делать.

Таким образом, подобранный нами комплекс коррекционных методик способствует снижению количества страхов у детей старшего дошкольного возраста, посредством изживания у детей переживания страха смерти, чувства одиночества и покинутости, снятия ощущения постоянной угрозы, исходящей из окружающего мира.

**Выводы по первой главе.**

Жизнь без эмоций не возможна. Эмоции, утверждал знаменитый естествоиспытатель Ч.Дарвин, возникли в процессе эволюции как средство, при помощи которого живые существа устанавливают значимость тех или иных условий для удовлетворения актуальных для них потребностей. Одним из эмоциональных состояний младших школьников является страх. Понятие страха разрабатывалось многими исследователями и имеет разные трактовки. В современном словаре по психологии под редакцией В.В.Юрчук мы находим, что страх – аффективно чувственная эмоция, которая возникает в обстоятельствах превентивности – угрозы – боязни за свою социальную или же биологическую экзистенцию у субъекта. Наиболее полной можно считать классификацию страхов А.Захарова (приложение 1).

Известно, что страх является причиной многих нарушений здоровья в физико-психической сфере и тем самым – причиной многих заболеваний: нервных нарушений в физическом и душевном развитии, боли в животе, головные боли. Страх сказывается и на личностном развитии ребёнка, наблюдается слабая контактируемость с окружающими, повышенная неуправляемость и агрессивность, нарушение сна, эмоциональное заторможение, агрессивность, депрессивные состояния, речевые расстройства. Мышление теряет свою гибкость, становится скованным бесконечными опасностями, предчувствиями и сомнениями. Восприятие лишается целостности и непосредственности, уменьшается познавательная активность, любознательность, любопытство.

В психолого-педагогической литературе предлагается множество методик по коррекции и профилактике детских страхов. В своей работе мы составили комплекс коррекционных и профилактических методик, направленный на решение изучаемой проблемы.

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

**Глава II. Анализ состояния проблемы в практике.**

**2.1. Констатирующий эксперимент.**

Стремление рисовать присуще детям старшего дошкольного возраста. Оно свидетельствует о развитии мышления и потребности выразить себя. Рисование, как игра, - это не только отражение в сознании детей окружающей действительности, но и ее моделирование, выражение отношения к ней. Поэтому через рисунки можно лучше понять интересы детей, их глубокий, не всегда раскрываемые переживания и учесть это при устранении страхов. Рисуя, ребенок дает выход своим чувствам и переживаниям, желаниям и мечтам, перестраивает свои отношения в различных ситуациях и безболезненно соприкасаются с некоторыми пугающими, неприятными и травмирующими образами. Повторное переживание страха при отображении на рисунке приводит к ослаблению его травмирующего звучания [14, c. 22].

При проведении констатирующего эксперимента мы использовали методики выявления страхов у детей с помощью рисунков.

Такая методика проводится с целью понять интересы, увлечения детей, особенности их темперамента, переживаний и внутреннего мира ребёнка [11, c. 46].

Детям предлагалось рисовать на темы: «В ДОУ», «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».

Сначала детям было предложено рисовать цветными карандашами. С целью активизации интереса к рисованию дома, за месяц до этого, детям было дано задание принести и показать свои рисунки. На первых двух подготовительных занятиях было предложено детям темы выбрать самим. Дети рисовали: медведя, машины, деревья, лес, людей и т.д.

После подготовительных занятий можно приступать к тематическому рисованию*.* Такие занятия проводились два раза в неделю и затрагивали одну или две темы.

 Анализ рисунков.

Рисунки на тему «В ДОУ»

Рисунки получились самые разнообразные. Некоторые дети рисовали только детский сад и воспитателя; другие рисовали только своих сверстников; третьи же рисовали только себя в центре внимания.

Таблица 1

Исследование страхов с помощью рисунков.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| В центре внимания- | Мало друзей среди | Нет друзей среди |
| сам ребенок | сверстников | сверстников |
| 20% | 45% | 35% |

В рисунках на тему «В ДОУ» самое важное то, как ребёнок взаимно располагает фигуры сверстников и себя. Те дети, которые рисуют себя в центре группы это дети с истерическими чертами характера. Те дети, у которых на рисунке оказалось мало сверстников или они отсутствуют совсем это дети с невротическими реакциями. Это также отражает проблемы взаимопонимания со сверстниками. То же самое относится к рисункам на тему «На улице, во дворе». Если в рисунке ребёнка мало сверстников, то это указывает на затруднения в приобретении дружеских, устойчивых контактов и чрезмерную опёку в семье.

Рисунки на тему «Семья».

Детям даётся задание нарисовать всех, с кем живёт ребёнок.

Таблица 2

Исследование страхов с помощью рисунков.

|  |  |
| --- | --- |
| Ребёнок между | Ребёнок ближе к |
| родителями | маме или к папе |
| 35% | 65% |

В этих рисунках имеет большое значение порядок и близость расположения фигур, и особенно место ребёнка. Если ребёнок рисует себя между родителями - это говорит о привязанности к обоим родителям, если вблизи к одному из них - это говорит о выраженной привязанности к одному родителю. Наконец, цветовая гамма, общая с одним из взрослых, в частности одна и та же окраска туловища, указывает на большую степень отождествления с ним по признаку пола.

Рисунки на тему «Что мне снится страшное или чего я боюсь днём».

Перед детьми ставится цель отобразить наиболее яркий страх. Какой именно детям не объясняется, каждый ребёнок должен выбрать его сам.

Таблица 3

Исследование страхов с помощью рисунков.

|  |  |
| --- | --- |
| Не нарисовали | Нарисовали |
| страх | страх |
| 30% | 70% |

Некоторые дети не нарисовали страх вообще. Другие дети смогли нарисовать рисунок и преодолеть барьер страха в своём сознании, и отразить волевым, целенаправленным усилием то, о чём он старается не думать.

Рисование страхов детьми не приводит к его усилению, а наоборот, снижает напряжение от тревожного ожидания его реакции. В рисунках страх уже во многом реализован, как нечто уже происшедшее, фактически случившееся; остаётся меньше недоказанного, неясного, неопределённого. Вместе всё это снимает аффективно травмирующее звучание страха и психике ребёнка. Важно, во-первых, то, что задание задаёт воспитатель, ребёнок которому доверяет. Во-вторых, само рисование происходит в жизнерадостной атмосфере общения со сверстниками, обеспечивая поддержку с их стороны, не говоря уж об одобрении самого воспитателя.

Рисунки на тему «Самое хорошее или самое плохое»

Каждому ребёнку была предоставлена возможность выбора событий, происходивших с ним.

Таблица 4

Исследование страхов с помощью рисунков

|  |  |
| --- | --- |
| Хорошие, радостные | Неприятные |
| эпизоды | события |
| 80% | 20% |

Большинство детей предпочитают отображать в рисунке хорошие, радостные эпизоды из своей жизни. Тем не менее, в группе присутствуют дети, рисующие неприятные события, что может послужить основой для последующей психотерапевтической ориентированной беседы с ними.

Преобладание в рисунке серых тонов и доминирование чёрного цвета подчёркивает отсутствие жизнерадостности, пониженный тон настроения, большое количество страхов, с которыми не может справиться ребёнок. Наоборот, яркие, светлые и насыщенные краски указывают на активный жизненный тонус и оптимизм. Широкие мазки при рисовании красками, масштабность, отсутствие предварительных набросков и после дующих, изменяющих первоначальный сюжет дорисовок, показывают уверенность и решительность. Повышенная возбудимость и особенно гиперактивность находят своё выражение в неустойчивости изображения, его смазанности или большом числе отчётливых, но непересекающихся линий. В некоторых рисунках дети рисовали очень мало, что говорит об их заторможенности и беспокойстве. Такие дети предпочитают другие виды деятельности.

Анализ полученных результатов показал позитивные и негативные тенденции в эмоциональной сфере. Выявил скрытые детские страхи.

Методика выявления страхов с помощью специального теста тревожности. (Р.Теммл, М.Дорки, В. Амен.).

Экспериментальный материал -14 рисунков. Каждый рисунок представляет некоторую типичную для жизни старшего дошкольника ситуацию.

Каждый рисунок выполнен в двух вариантах: для девочки (на рисунке изображена девочка) и для мальчика (на рисунке изображён мальчик). Каждый рисунок снабжён двумя дополнительными рисунками детской головы. На одном из дополнительных рисунков изображено улыбающееся лицо ребёнка, на другом - печальное.

Рисунки показывают детям в строго перечисленном порядке один за другим. Предъявив ребёнку рисунок, педагог даёт инструкцию следующего содержания:

1.Игра с младшими детьми. «Как ты думаешь, какое лицо будет у ребёнка: весёлое или печальное? Он (она) играет с малышами».

2.Ребёнок и мать с младенцем. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое? Он (она) гуляет со своей мамой и малышом».

3.Объект агрессии. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое?»

4.Одевание. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое? Он (она) одевается».

5.Игра со старшими детьми. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое? Он (она) играет со старшими детьми».

6.Укладывание спать в одиночестве. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое? Он (она) идёт спать».

7.Умывание. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое? Он (она) в ванной».

8.Выговор. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое?»

9.Игнорирование. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое?»

10.Агрессивное нападение. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое?»

11.Собирание игрушек. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое? Он (она) убирает игрушки».

12.Изоляция. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка : печальное или весёлое ?»

13.Ребёнок с родителями. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое? Он (она) со своими мамой и папой».

14.Еда в одиночестве. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое? Он (она) ест».

Выбор ребёнком соответствующего лица и высказывания каждого ребёнка можно зафиксировать в специальном протоколе.

 Протокол выявления тревожности у детей.

Имя: Роман Возраст: 6 лет Дата: 15.05.2002.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Рисунок | Высказывание |  Выбор |
|  |  | Весёлое | Печальное |
|  |  | лицо | лицо |
| 1.Игра с младшими | Мальчику надоело играть | + |  |
| детьми |  |  |  |
| 2.Ребёнок и мать | Я люблю гулять с мамой | + |  |
| с младенцем. |  |  |  |
| 3.Объект агрессии | Хочется ударить его стулом |  | + |
| 4.Одевание | Я люблю одеваться на прогулку | + |  |
| 5.Игра со старшими | Мама играет с ребёнком | + |  |
| детьми |  |  |  |
| 6.Укладывание спать | Когда иду спать, беру игрушку |  | + |
| в одиночестве |  |  |  |
| 7.Умывание | Потому что он умывается | + |  |
| 8.Выговор | Мама его ругает |  | + |
| 9.Игнорирование | Потому что тут малыш | + |  |
| 10.Агрессивность | Кто-то отбирает игрушку |  | + |
| 11.Собирание | Мама заставляет его собирать |  | + |
| игрушек | игрушки |  |  |
| 12.Изоляция | Дети не хотят с ним играть |  | + |
| 13.Ребёнок | Родители играют с ним | + |  |
| с родителями |  |  |  |
| 14.Еда в одиночестве | Пьёт чай, я тоже люблю пить чай | + |  |

В тестировании принимали участие 15 человек.

 Анализ данных.

Протоколы подвергаются количественному анализу. На основании данных протокола вычисляется индекс тревожности ребёнка (И.Т.),который равен процентному отношению числа эмоционально негативных выборов (печальное лицо) к общему числу рисунков (14)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Число эмоционально негативных выборов |  |
| ИТ= | 14 | 100% |

Данные протокола заносятся в таблицу, где вычисляется индекс тревожности каждого ребёнка.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  Ф.И | Вычисление ИТ |  ИТ(%) |
| Роман Т. | ИТ= 6/14\*100% | ИТ=42,8% |
| Катя И. | ИТ= 3/14\*100% | ИТ=21,4% |
| Ваня С. | ИТ= 1 /14\*100% | ИТ=7,1% |
| Руслан Г. | ИТ= 10 /14\*100% | ИТ=71,4% |
| Юра В. | ИТ= 2 /14\*100% | ИТ=14,2% |
| Таня М. | ИТ= 4 /14\*100% | ИТ=28,5% |
| Айдар Ф. | ИТ= 1 /14\*100% | ИТ=7,1% |
| Андрей А. | ИТ= 5 /14\*100% | ИТ=35,7% |
| Лиля С. | ИТ= 6 /14\*100% | ИТ=42,8% |
| Алия М. | ИТ= 4 /14\*100% | ИТ=28,5% |
| Юля Д. | ИТ= 7/14\*100% | ИТ=50% |
|  Витя Н. | ИТ= 1 /14\*100% | ИТ=7,1% |
| Саша К. | ИТ= 2 /14\*100% | ИТ=14,2% |
| Света М. | ИТ= 3 /14\*100% | ИТ=21,4% |
| Раушан Н. | ИТ= 6 /14\*100% | ИТ=42,8% |

Высокий уровень тревожности

(индекс тревожности выше 50%)

Средний уровень тревожности.

(индекс тревожности от 20 до 50 %)

Низкий уровень тревожности.

(индекс тревожности от 0 до 20%)

Таким образом: из 15 человек, которые принимали участие в тестировании, выявлено, 4 человека с высоким уровнем тревожности, 6 человек со средним уровнем тревожности, 5 человек с низким уровнем тревожности. Следовательно, в старшем дошкольном возрасте перед поступлением в школу возрастает уровень тревожности.

Диагностика количества страхов (тест: «Страхи в домиках». методика М.А. Панфиловой.)

Проводится индивидуальная беседа, в которой выясняется, боится ли ребёнок одиночества, нападения (бандитов), заболеть, умереть, смерти родителей, некоторых людей, наказания, сказочных персонажей, темноты, животных, транспорта, стихии, высоты, глубины, воды, огня, врачей, крови.

Ни в коем случае нельзя торопить ребёнка с выполнением задания, так как мысли о том, как изобразить страх, подразумевают встречу с ним, контакт, соприкосновение, что само по себе уменьшает остроту его восприятия.

Таблица 4

Страхи, которым подвержен ребёнок.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Ф.И | Темнота | Сказочные  | Кровь | Стихии | Врач | транспорт | Животные |
|  |   | персонажи |  |  |  |  |  |
| Таня М. | + |  | + |  |  |  |  |
| Оля П. |  | + |  | + |  |  |  |
| Катя И.  |  |  |  |  |  |  | + |
| Олег Р. | + |  | + |  |  |  |  |
| Саша К. |  | + |  | + |  |  |  |
| Роман Т.  | + |  |  |  | + |  |  |
| Алия М. | + |  |  | + |  | + |  |
| Руслан Г. | + |  | + |  | + |  | + |
| Айдар Ф. | + | + |  |  |  |  |  |
| Андрей А. | + |  |  |  |  |  |  |
| Рияз М. |  |  | + |  |  |  |  |
| Саша Л. | + |  |  | + |  | + |  |
| Света М. | + |  | + |  |  |  | + |
| Раушан Н. |  |  |  |  |  |  | + |
| Юра Б. |  |  |  |  | + |  |  |
| Таня Б. |  | + |  |  |  |  |  |
| Люда К. |  |  | + |  |  |  |  |
| Лиля С. | + |  |  |  |  |  |  |
| Юля Ч. |  |  | + |  |  |  |  |

Исходя из данных таблицы, составляется график страхов детей.

Условные обозначения:

% - количество детей, которые подвержены страхам.

Cтрах, которым подвержен ребенок:

1 темнота

2 сказочные персонажи

3 кровь

4 стихии

5 врач

6 транспорт

7 животные

Таким образом, анализ собранных данных доказывает, что страх и боязнь – удел преимущественно дошкольного возраста, а тревожность и опасения – подросткового возраста. В старшем дошкольном возрасте страх и боязнь, тревожность и опасения могут быть представлены в одинаковой степени. Исходя из исследования страхов, которым подвержены дети, выявилось, что дети больше всего подвержены страху темноты, менее подвержены страху крови, меньше всего дети подвержены всем остальным страхам.

**2.2. Педагогические рекомендации.**

Успешность устранения страхов зависит от знания причин и особенностей психического развития. Механизмы развития страхов сочетаются между собой, образуя их сложно мотивированную структуру. Страхи, возникающие в результате психологического заражения или внушения, устраняются не только воздействием на ребенка, но и в результате изменения неадекватно сформировавшихся отношений родителей. Личностно обусловленные страхи могут быть устранены и оказанием помощи непосредственно детям, в то время как ситуационные страхи требуют комбинированного подхода. Во всех случаях целесообразно смотреть на страхи не столько глазами взрослых, сколько глазами детей.

Понимание чувств и желаний детей, их внутреннего мира, а также положительный пример родителей создают необходимые предпосылки для успешного устранения страхов. Нельзя винить, а тем более ругать и наказывать ребенка за то, что он боится, такой беззащитный и несчастный, поскольку во всем он зависит от родителей, несущих персональную ответственность за его самочувствие и способность противостоять внутренним и внешним угрозам.

Решиться помочь детям полностью избавиться от страха – это значит принять активное участие в их жизни. Для лучшего воздействия на страхи, нужно, прежде всего, установить контакт с детьми, подразумевающий доверительное отношение как условие развития творческих возможностей и веры в себя.

Отправная точка любого психотерапевтического воздействия – это принятие чувств и желаний детей и их самих такими, какие они есть, что позволяет индивидуализировать воздействия на ребенка и сделать его более результативным.

Безусловным фактором является терпение при работе с детьми по устранению страхов, так как не всегда удается достичь незамедлительных результатов.

По утверждению А.И.Захарова, выбор способа устранения страхов зависит в первую очередь от каждого конкретного ребёнка, а также от желания, умения, опыта коррекционной работы психолога и педагога [11, c.96].

Для профилактики детских страхов необходимо использовать работу с родителями. Главным фактором, препятствующим избавлению детей от страхов, будет неблагополучное нервно-психическое состояние самих родителей и конфликты в семье.

**Выводы по второй главе.**

Страх является наиболее опасной из всех эмоций. С возрастом у детей меняются мотивы поведения, отношение к окружающему миру, взрослым, сверстникам. И от того, смогут ли родители и педагоги уловить эти перемены, понять изменения, происходящие с ребенком, и в соответствии с этим изменить свои отношения, будет зависеть тот положительный эмоциональный контакт, который является основой нервно-психического здоровья ребенка.

Ребёнок первых лет жизни боится всего нового и неизвестного, одушевляет предметы и сказочные персонажи, опасается незнакомых животных и верит, что его родители будут жить вечно. У маленьких детей всё реально, следовательно, их страхи носят реальный характер. Баба Яга – это живое существо, обитающее где-то рядом. Только постепенно у детей складывается объективный характер представлений, когда они учатся различать свои ощущения, справляться со своими чувствами и мыслить абстрактно – логически.

Проведенное исследование доказывает, что дети старшего дошкольного возраста подвержены большому количеству страхов, особенно ярко из которых проявляется страх темноты, наказания, сказочных персонажей, крови, животных. То есть дети боятся того, что угрожает их жизни, значит можно сделать вывод о том, что дети старшего дошкольного возраста больше всего подвержены страху смерти.

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

**Заключение**

Нелегко найти человека, который бы никогда не испытывал чувство страха. Беспокойство, тревога, страх – такие же эмоциональные неотъемлемые проявления нашей психической жизни, как и радость, восхищение, гнев, удивление, печаль. Но при чрезмерной податливости к страхам, зависимости от них меняется поведение человека вплоть до «эмоционального паралича». Устойчивые страхи – это страхи, с которыми не может справиться ни ребёнок, ни взрослый, которые приводят к появлению нежелательных черт характера.

 Детские страхи, если к ним правильно относиться, понимать причины их появления чаще всего исчезают бесследно. Если же они болезненно заострены или сохраняются длительное время, то это служит признаком неблагополучия, говорит о физической и нервной ослабленности ребёнка, неправильном поведении родителей, конфликтных отношений в семье. Для того чтобы воздействовать на ребёнка, помочь избавиться ему от страхов, преподавателям необходимо также знать, что такое страх, какую функцию он выполняет, как возникает и развивается, чего больше всего боятся дети и почему. В современных цивилизациях существует всё более возрастающее число объектов, событий, условий, ситуации, которые пугают или потенциально могут быть пугающими. Вероятно, именно этим можно объяснить тот факт, что страх является предметом научного исследования, познаний, чаще, чем какая-либо другая эмоция.

 Страх - это эмоция, которая может возникнуть в любом возрастном периоде. Исследования, которые были проведены, подтверждают, что в старшемдошкольном возрасте страхи наиболее успешно подвергаются психологическому воздействию, поскольку они во многом носят возрастной переходящий характер. Что к моменту поступления в школу у детей наблюдается достаточно высокий уровень тревожности и опасения перед поступлением в школу.

Многие страхи в подростковом возрасте являются развитием раннее предшествующих страхов и тревог. Поэтому чем раньше начата работа по преодолению и предупреждению страхов, тем больше вероятность их отсутствия в подростковом возрасте. Если психологическая, родительская и медицинская помощь будет оказана в дошкольном возрасте, можно рассчитывать на эффект предупреждения развития психастенических черт характера и невроза в подростковом возрасте.

## Поэтому, учитывая все выше сказанное, необходимо выделить следующие основные параметры в работе с детскими страхами:

* Чтобы существенно снизить тревожность ребенка перед поступлением в школу необходимо педагогам и родителям обеспечить реальный успех ребенка, в какой либо деятельности. Необходим щадящий режим в той области, в которой успехи невелики.
* Педагогам и родителям решившим помочь детям избавиться от страха, можно использовать программу коррекционной работы, коррекционные игры и задания, которые должны подбираться на основе проведённых диагностических методик.
* Для того чтобы воздействовать на ребенка и помочь ему избавиться от страхов, преподавателям необходимо также знать, что такое страх, какую функцию он выполняет, как возникает и развивается, чего больше всего боятся дети и почему, как предупредить страхи у детей и что предпринять, если они уже есть.
* С целью предупреждения появления неврозов у детей, необходимы позитивные перемены в жизни самого ребенка и семьи.

Детские страхи заслуживают самого внимательного изучения и как можно более раннего устранения с целью предупреждения появления неврозов как психогенного заболевания формирующейся личности ребенка.

**Список литературы**

1. Большой толковый психологический словарь. / Перевод с англ. Ребер Артур. – М.: АСТ, Вече, 2001. – 560 с.
2. Вайзман Н. Реабилитационная педагогика - М., 1996. – 247 с.
3. Введение в психологию. / Под. ред. А.В.Петровского. – М.: Академия, 1998. – 576 с.
4. Возрастная психология: Детство, отрочество, юность: Хрестоматия: Учеб. пособие для студ. пед. вузов. / Сост. и научный ред. В.С.Мухина, А.А.Хвостов. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 624 с.
5. Гонкова–Ямпольская Р.В., Черток Т.Л. Воспитателю о ребенке дошкольного возраста - М.: Просвещение, 1987. – 187 с.
6. Даль В. Толковый словарь живого великорусского языка. В 4-х кн., кн. 4. – М.: «Русский язык», 1982.
7. Дубровина И.В. Данилова Е.Е. Прихожан А.М. Психология: Учебник для студентов средних педагогических заведений. Под. ред. Дубровиной И.В. – М.: Издательский центр «Академия», 1999.
8. Дубровина И.В. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми: Учеб. пособие под. ред. Дубровиной И.В. – М.: «Академия», 1998.
9. Ежкова Н. Развитие эмоций в совместной с педагогом деятельности: Эмоциональное развитие детей дошкольного возраста // Дошкольное воспитание. – 2003. - №1. – С.20-27.
10. Захаров А.И. Дневные и ночные страхи у детей. Серия – «Психология ребёнка». – СПБ: 2000. – 448 с.
11. Захаров А.И. Как преодолеть страхи у детей. – М.: Педагогика, 1986. – 112 с.
12. Захаров А.И. Как предупредить отклонения в поведении ребенка. - М.: Просвещение, 1993. – 115с.
13. Изард К.Э. Психология эмоций. / Перевод с англ. – СПБ: Издательство «Питер», 2000. – 464 с.
14. Изгард К. Эмоции человека. - М.: Просвещение, 1980. – 320 с.
15. Климанова Ю. Нарисуй свой страх: Детские страхи. // Семья и школа. – 1999. - № 9. – С. 22 – 24.
16. Клайн В. Как подготовить ребенка к жизни. - М., 1991. – 134 с.
17. Краткий психологический словарь. / Сост. Л.А.Карненко. Ред. А.В.Петровский, М.Г.Ярошевский. – М.: Политиздат, 1985. – 431 с.
18. Крутецкий В.А. Психология. Учебник для учащихся пед. училищ. – М.: Просвещение, 1980. – 352 с.
19. Немов Р.С. Психология: Учеб. для студентов высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн. Кн. 1. Общие основы психологии – 2-е изд. – М.: Просвещение: Владос, 1995. – 576 с.
20. Овчарова Р.В. Практическая психология - М.: Т.Ц. «Сфера», 1996. - 337 с.
21. Основы специальной психологии: Учеб. пособие для студентов сред. пед. учеб. заведений. / Л.В.Кузнецова, Л.И.Солнцева и др.; под. ред. Л.В.Кузнецовой. – М.: Издательский центр «Академия», 2003. – 480 с.
22. Петрунюк В.П., Таран Л.Н. Нервные дети и их воспитание. – М.: «Знание», 1971.
23. Популярная психология: Хрестоматия: Учеб. пособие для студ. пед. институтов. / Сост. В.В.Мираненко. – М.: Просвещение, 1990. – 399 с.
24. Психологический словарь. / Под. ред. Ю.Л.Неймера. – Ростов н/Д.: Феникс, 2003. – 604 с.
25. Рогов Е.И. Настольная книга психолога. М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 1998. – 384 с.
26. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии – СПБ: Питер, 2003. – 713 с.
27. Спиваковская А. Психотерапия: игра, детство, семья. Том 2. - ООО Апрель Пресс, ЗАО Изд-во ЭКСМО - Пресс, 2000. – 430 с.
28. Урунтаева Г.А. Дошкольная психология. М.: Академия, 1997. – 332 с.
29. Фрейд З. Психология бессознательного. - М., 1989. – 296 с.
30. Фромм А. Азбука для родителей или как помочь ребенку в трудной ситуации, – Екатеринбург: Изд-во АРД ЛТД., 1997. – 250 с.
31. Эберлейн Г. Страхи здоровых детей. / Пер. с нем. Ю.Лукоянова. – М.: Знание, 1981. – 192 с.
32. Эмоциональное развитие дошкольника / Под ред. Кошелевой. – М.: Просвещение, 1987. – 264 с.
33. Эмоции, страх, стресс. // Вопросы психологии. – 1989. - №4. – С. 12 - 16.
34. Юрчук В.В. Современный словарь по психологии. – Мн.: Элайда, 2000. – 704 с.