

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
**«БЕЛГОРОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ  
ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**  
( Н И У « Б е л Г У » )

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ

КАФЕДРА ВОЗРАСТНОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИИ

**ВЫРАЖЕННОСТЬ СТРАХОВ У СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ ПРИ  
РАЗНЫХ ХАРАКТЕРИСТИКАХ РОДИТЕЛЬСКОГО ВОСПИТАНИЯ**

Выпускная квалификационная работа  
обучающегося по направлению подготовки  
44.03.02 Психолого-педагогическое образование,  
профиль Психология образования  
очной формы обучения, группы 02061403  
Прасоловой Юлии Юрьевны

Научный руководитель:  
канд. психол. наук, доцент  
каф. возрастной и соц. психол.  
Шкилев С.В.

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ РОЛИ СЕМЬИ В ВОЗНИКНОВЕНИИ СТРАХОВ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	7
1.1 Подходы к рассмотрению понятия «страх» в психолого-педагогической литературе	7
1.2 Виды и причин возникновения страхов в дошкольном детстве	15
1.3 Семья как основной фактор возникновения страхов в дошкольном возрасте	30
ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИЗУЧЕНИЕ РОЛИ СЕМЬИ В ВОЗНИКНОВЕНИИ СТРАХОВ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	38
2.1 Организация и методы исследования	38
2.2 Анализ и интерпретация полученных результатов	43
2.3 Программа коррекции страхов у старших дошкольников и рекомендации по профилактике страхов	56
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	64
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	67
ПРИЛОЖЕНИЯ	71
Приложение 1. Диагностические методики	71
Приложение 2. Сводные таблицы данных	86
Приложение 3. Результаты математико-статистической обработки данных	91
Приложение 4. Коррекционно-развивающая программа по преодолению страхов у старших дошкольников	95

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность проблемы исследования** заключается в том, что изучение страхов на разных этапах детства важно как для раскрытия сути данного явления, так и для понимания возрастных закономерностей развития эмоциональной сферы человека, становления эмоционально-личностных образований. Именно страхи лежат в основе целого ряда психологических трудностей детства, в том числе, многих нарушений развития, служащих поводом для обращений в психологическую службу. Не зная причин возникновения страха, механизмов ее развития, преобразования, превращения в другие состояния, зачастую просто невозможно разобраться в том, что происходит с ребенком, каковы истинные мотивы его поступков и, главное как ему помочь.

В последнее десятилетие интерес российских психологов к изучению страхов существенно усилился в связи с резкими изменениями в жизни общества, порождающими неопределенность и непредсказуемость будущего и, как следствие, переживания эмоциональной напряженности, страха и тревоги. Вместе с тем необходимо отметить, что и в настоящее время в нашей стране страхи исследуются преимущественно в узких рамках конкретных, прикладных проблем.

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, говорят о нервной ослабленности малыша, неправильном поведении родителей.

Работа с детскими страхами невозможна без четкого понимания роли семьи в формировании негативных состояний старших дошкольников.

Влияние семейного окружения на особенности развития ребенка представляет большой интерес для исследователей в области психологии развития. В настоящее время, в связи со значительными изменениями в социально-культурной среде, которые затрагивают современную семью, становится всё

более актуальной проблема изучения эмоциональной сферы ребенка и, в частности, возникновения детских страхов.

Возникающая в современном обществе социально-политическая нестабильность вызывает раздражение родителей и обеспокоенность будущим своих детей, отсюда их сверх требовательность к собственному ребенку или наоборот, полное к нему безразличие. Проблема возникновения страхов нередко осложняется тем, что многие родители не знают, как правильно реагировать на те или иные проявления эмоционального неблагополучия ребенка.

Теме страхов посвящены теоретические исследования известных отечественных и зарубежных психологов М.М. Безруких, Д. Боулби, Л.С. Выготского, Дж. Ман, В.С. Мухиной, Л.Ф. Обуховой, В.В. Столина, Ю.В. Щербатых. Проблема страхов у детей старшего дошкольного возраста находит отражение в работах А.И. Захарова и А.М. Прихожан. Но данная проблема в настоящее время остается малоизученной, что обусловило выбор данной темы дипломной работы.

Исходя из этого, **проблема** исследования звучит следующим образом, какова выраженность страхов у старших дошкольников при разных характеристиках родительского воспитания?

**Цель исследования:** изучить степень выраженности страхов старших дошкольников при разных характеристиках родительского воспитания, разработать коррекционно-развивающую программу для снижения выраженности страхов у старших дошкольников, а так же рекомендации для родителей по профилактике страхов

**Объект исследования:** эмоциональная сфера старшего дошкольника.

**Предмет исследования:** выраженность страхов старших дошкольников при разных характеристиках родительского воспитания

**Гипотеза исследования:** степень выраженности страхов у старших дошкольников определяется разными характеристиками родительского воспитания, а именно, неблагоприятные характеристики воспитания увеличива-

ют выраженность страхов старших дошкольников, а благоприятные уменьшают.

#### **Задачи исследования:**

1. Изучить степень разработанности проблемы выраженности страхов старших дошкольников, воспитывающихся в семьях с разными характеристиками родительского воспитания в отечественной и зарубежной литературе.
2. Определить особенности страхов старших дошкольников.
3. Изучить различные характеристики родительского воспитания в различных семьях
4. Определить характер связи между степенью выраженности страхов у старших дошкольников и разными характеристиками родительского воспитания
5. Разработать коррекционно-развивающую программу для снижения выраженности страхов старших дошкольников.
6. Разработать рекомендации родителям, направленные на уменьшение степени выраженности страхов у старших дошкольников.

**Теоретико-методологической основой исследования** является представление о субъективном характере психики, принцип развития психики в поведении и деятельности, получившие разработку и подтверждение в работах ряда отечественных и зарубежных психологов: Л.С. Выготского, А.Н. Леонтьева, К. Роджерса, Д.Б. Эльконина и др.

#### **Методы исследования:**

1. Теоретические методы исследования: анализ, синтез, обобщение.
2. Эмпирические методы исследования: тестирование, проективный метод, опрос.
3. Методы качественной и количественной обработки эмпирических данных (программы MS Excel и IBM SPSS. Statistics 17.0, непараметрический статистический метод для 2-х независимых выборок критерий U-Манна Уитни, коэффициент ранговой корреляции r-Спирмена).

**Методики исследования:**

1. «Страхи в домиках». (А.И. Захаров и М. Панфилова).
2. Методика «Стратегии семейного воспитания». (С. Степанов)
3. Опросник «Взаимодействие родитель-ребенок». (И.М. Марковская)

**Практическая значимость.** Результаты данного исследования помогут психологам и педагогам более адресно организовать коррекционно-развивающую работу с эмоциональной сферой старших дошкольников, дать рекомендации родителям для осознания роли семьи в формировании страхов у детей старшего дошкольного возраста.

**База и выборка исследования.** Эмпирическое исследование проводилось на базе МБОУ «СОШ № 37», г. Белгород. Было продиагностировано 42 ребенка в возрасте от 5,8 до 6,7 лет. Среди них 27 мальчиков и 15 девочки. Так же было продиагностировано 84 родителя, в возрасте от 24 до 51 лет.

**Апробация и внедрение результатов исследования** Апробация и внедрение результатов исследования проводились на базе МБОУ «СОШ № 37» г. Белгорода, а также на кафедре возрастной и социальной психологии НИУ «БелГУ» в рамках студенческой научно-практической конференции «Прикладные исследования в возрастной, педагогической и социальной психологии». Разработанные нами рекомендации и программа были переданы педагогу-психологу МБОУ «СОШ № 37».

**Структура и объем работы.** Работа состоит из двух глав, введения и заключения. В данной работе использованы 52 источника литературы.

## **ГЛАВА 1. Теоретические основы изучения проблемы роли семьи в возникновении страха у детей старшего дошкольного возраста**

### **1.1 Подходы к рассмотрению понятия «страх» в психолого-педагогической литературе**

Понятие «страх» разрабатывалось многими исследователями и имеет разные толкования. 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» [52, с. 342].

Р.Ф. Овчарова рассматривает страх, как эффективное (эмоционально заострённое), отражение в сознании человека конкретной угрозы для его жизни и благополучия [29].

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 удовольствия – неудовольствия с соответствующими иннервациями разрядки напряжения и их восприятия, а так же вероятно, и отражение определённого значимого события» [42, с.218].

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» [19, с.570].

Ю.А. Неймер, А.В. Петровский, М.Г. Ярошевский рассматривают страх как «эмоциональное состояние, возникающее в ситуациях угрозы биологиче-

скому или социальному существованию индивида и направленное на источник действительной и воображаемой опасности» [25, с.102].

Таким образом, проанализировав разные трактовки понятия страха, мы установили, что большинство ученых рассматривают страх, как эмоциональное состояние человека, выполняющее функцию защиты в ситуациях различных видов угрозы направленное на источник опасности. 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 специфических 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 неблагоприятием 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 броситься наутёк, прочь от опасности.

Норма «протекания» страха составляет 3-4 недели; если страх не ослабевает и не проходит, то, возможно, его уже стоит рассматривать как невроз.

Страх возникает в ответ на действие угрожающего стимула. Дубровина И.В. в своих трудах, отмечает 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 [11].

Понимание опасности, её осознание формируется в процессе жизненного опыта и межличностных отношений, когда некоторые безразличные для



ребёнка раздражители постепенно приобретают характер угрожающих воздействий. Захаров А.И. считает, что обычно в этих уместно говорить 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 [14].

Всё это, по мнению Захарова, даёт основание говорить об условно-рефлекторном 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 [14].

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 [18].

Несмотря на то, что страх – это интенсивно выражаемая эмоция, следует различать его обычный, естественный, или возрастной характер, и патологический уровни. Как пишет Захаров А.И., 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 [15].

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 [26].

Как показывают разнообразные исследования, страх имеет свои проявления. 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 стано-

вятся 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 [16].

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.

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:

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 [33, с.29].

Овчарова Р.В. выделяет следующие виды страхов:

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 уверены в себе, боятся не оправдать ожидания взрослых, испытывают страх перед учителем[29].

Некоторые дети панически боятся 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.

Но наиболее полной можно считать классификацию страхов А.И. Захарова:

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

Кроме того А.И. Захаров указывает на наличие патологического страха. На патологический страх указывают его крайне драматические выражения (ужас, эмоциональный шок, потрясение) или затяжное, навязчивое, трудно обратимое течение, произвольность, то есть полное отсутствие контроля со стороны сознания, как и не благоприятное воздействие на характер, межличностные отношения и приспособление человека к социальной действительности [14].

Известный психиатр Б.Д. Карвасарский делил страхи на группы исходя из того, чего боится человек, – это так называемая классификация по фабуле страха. Различал 8 основных фабул страха. К первой он относил боязнь пространства, проявляющуюся в различных формах. Сюда относятся: клаустрофобия – боязнь замкнутого пространства, агорафобия – боязнь открытого пространства, страх глубины и страх высоты. Ко второй группе фобий относятся так называемые социофобии, связанные с общественной жизнью. Они включают в себя эрептофобию (страх покраснеть в присутствии людей), страх публичных выступлений, страх из-за невозможности совершить какое-либо действие в присутствии посторонних. К третьей группе, по классификации Б.Д.Карвасарского, относятся нозофобии – страхи заболеть каким-либо заболеванием. К четвертой группе относится танатофобия – страх смерти, к пятой – различные сексуальные страхи, к шестой – страхи нанести вред себе или близким. В седьмую группу входят «контрастные» страхи (громко произнести слово, совершить что-то непристойное). И восьмая группа страхов – фобифобии, страх бояться чего-либо [21].

Другие психиатры, например Д.Б. Сэдок и Г.И. Каплан, предпочитают делить страхи на конструктивные – представляющие естественный защитный механизм, помогающий лучше приспособиться к экстремальной ситуации, и патологические, которые являются неадекватным ответом на определенный стимул по интенсивности или длительности и часто приводят к психопатологиям [19].

Ю.В. Щербатых делит все страхи на три группы: 1) природные страхи, непосредственно связанные с угрозой жизни человеку. К числу природных явлений, внушающих людям сильнейший страх, относятся гроза, солнечные затмения, появление комет, извержения вулканов и сопровождающее их землетрясения, которые ассоциируются у человека со страхом конца мира. Особую группу природных страхов составляют страхи животных. К животным, вызывающим у людей особенно сильный страх, несомненно, относятся разнообразные змеи и пауки. 2) социальные страхи – боязнь и опасения за изменение своего социального статуса. Социальные страхи могут вытекать из страхов биологических, но всегда имеют специфический социальный компонент, который в них выходит на первое место, оттесняя более примитивные факторы выживания[46].

Следует отметить, что конкретные формы проявления социальных страхов зависят от особенностей исторической эпохи, возраста человека, профессиональной принадлежности и типа общества. Проводились неоднократные исследования по выявлению актуальных страхов в современном обществе. В результате было установлено, что на первом месте стоит страх за здоровье своих близких, на втором – страх возможной войны, на третьем – страх перед преступностью. Затем последовательно – страх бедности, страх перед некоторыми животными, страх перед возможными неблагоприятными изменениями в личной жизни, страх перед начальством. Оказалось, что многих людей пугает кладбище, они испытывают страх перед болезнями (девятое место) и перед публичными выступлениями. 3) внутренние страхи – рожденные лишь фантазией и воображением человека и не имеющие под собой реальной основы для беспокойства. Особо хочется отметить, что к внутренним страхам исследователи относят не только страхи, рожденные фантазией человека, но и страхи собственных мыслей, если они идут вразрез с имеющимися моральными установками (боязнь собственных мыслей и желаний).

В педагогической литературе рассматривается следующая классификация страхов. Страх условно делится на ситуативный и личностный.

Ситуативный страх возникает 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 страх предопределен 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.

Таким образом, мы выяснили, что понятие «страх» разрабатывалось многими исследователями и имеет разные толкования. В современном словаре по психологии мы находим, что страх – аффективно чувственная эмоция, которая возникает в обстоятельствах превентивности – угрозы. Так же следует отметить различия в составлении разными авторами классификаций страхов, при этом наиболее полной считается классификация страхов А.И. Захарова.

## **1.2 Виды и причин возникновения страхов в дошкольном детстве**

Можно выделить несколько подходов, по-разному описывающих специфику содержания страха у детей.

В психоаналитическом подходе основное место уделяется развитию внутренних психологических инстанций. З. Фрейд и А. Фрейд отмечали, что психологическая особенность, детерминирующая специфику страха в дошкольном возрасте у ребенка формируется в «Сверх-Я» и именно с данным феноменом связаны особенности детского страха. В отличие от З. Фрейда, А. Фрейд считала страх Сверх-Я первым внутренним страхом. Одним из характерных признаков данного подхода является тенденция авторов выяснить

«психологическую пользу» детского страха, его естественность для психики, а также провести разграничение между нормальным и патологичным развитием в области детского страха [43].

Следующий подход условно можно назвать социальным. Здесь исследователи, как отечественные, так и зарубежные (Д. Селли, Г.С. Салливен, А.И. Захаров), обращают внимание в первую очередь на изменения социального положения ребенка, на особенности его взаимоотношения с внешним миром. Они говорят о том, что содержание детского страха становится тесно связанным с характером межличностных знаковых социальных взаимоотношений.

Можно предположить, что эти два подхода отражают две точки зрения на единый феномен. Сторонники одного подхода обращают внимание на внутреннюю психическую деятельность, другие исследователи обращают свое внимание на социальные аспекты существования ребенка.

Также можно указать еще два направления, связанных с выделением различных особенностей развития ребенка. В одном случае авторы (А.И. Захаров, В.И. Гарбузов) фиксируют выявленный экспериментальным путем страх смерти у детей 5-8 лет. Причина его возникновения, как отмечается, лежит в особенностях развития детской картины мира – у ребенка происходит осознание смерти как таковой, как конечности жизни (В.И. Гарбузов). Кроме того, описывается существование у детей страха, связанного с символическими структурами сознания, с мифологичностью мышления, – страха различных мифологических персонажей. Именно этот подход обращает внимание на данные страхи-заместители, которые могут являться надстройкой над всеми остальными детскими страхами и которые связаны с культурно-историческим развитием общества (А.И. Захаров) [7,14].

Условно страхи можно разделить на две большие группы: врожденные (возрастные) и приобретенные. Страхи, названные врожденными, сопровождают определенный возрастной период развития.



На каждом из этапов своего развития, по мнению Мухиной В.С. дети испытывают страхи, которые различны для разных возрастов:

– от рождения до 6 месяцев малыш способен напугать любой громкий и неожиданный шум, любое быстрое движение со стороны другого человека, падение и потеря физической поддержки, опоры;

– от 7 месяцев до года малыша пугают уже определенные громкие звуки (например, шум пылесоса), практически любые незнакомые люди, раздевание, одевание и смена обстановки, высота. Для многих малышей источником страха является отверстие стока в ванной и душе;

– дети от 1 года до 2 лет могут бояться разлуки с родителями, незнакомых людей, травм, засыпания и самого сна из-за ожидания ночных кошмаров;

– источником страхов детей до 3 лет являются отвержение со стороны родителей, незнакомые ровесники, смена обстановки, изменение порядка жизни. Специалисты советуют определять детей в учреждения дошкольного образования либо до 1,5 лет, либо после 3, поскольку период с 2 до 3 лет является во многом критическим и трудным для малышей. Кроме того, детей этого возраста путают угрожающие и непонятные объекты большого размера – краны, большие машины;

– дети с 3 до 4 лет начинают бояться темноты, одиночества и замкнутого пространства.

– в 6-7 лет апогея достигает страх смерти. Именно в этом возрасте у ребенка формируется чувство времени и пространства, появляется концепция жизни, он понимает, что жизнь не бесконечна, что люди рождаются и умирают, и это касается и его семьи. Кстати, именно в этом возрасте дети довольно часто переживают первую семейную утрату – постепенно уходит из жизни старшее поколение;

– 7-8-летние дети боятся вызвать неодобрение со стороны родителей, не соответствовать их пожеланиям и ожиданиям;

– дети с 8 лет больше всего боятся смерти родителей[28].

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 [47].

В старшем дошкольном возрасте проходит самый насыщенный страхами период. И не столько потому, что дети воспринимают все более эмоционально, сколько по причине когнитивного развития. Они начинают четче разделять опасное и неопасное, страшное и нестрашное. Центральное место занимает страх смерти, максимально выраженный в 7 лет. Увеличивается в старшем дошкольном возрасте, еще не достигая максимума, страх смерти родителей.

Как справедливо отмечает А.И. Захаров, у нормально развивающихся детей довольно часто бывают ночные страхи [14].

Ребенок во время сна, чаще в первой половине ночи, внезапно начинает кричать, пытается куда-то бежать или защищаться от мнимых преследователей. По отрывочным высказываниям удается понять, что во сне он увидел что-то страшное. Проснувшись, он может в первую минуту не узнать родителей, не понять, где находится, однако его удается быстро успокоить, и обычно он засыпает вновь. Наутро ребенок полностью или частично забывает о ночных переживаниях, иногда у него сохраняются лишь отрывочные воспоминания. Ночные страхи возникают с разной частотой: каждую ночь, 1-2 раза в неделю или реже, иногда в высказываниях малыша можно уловить связь с определенной психотравмирующей ситуацией.

Причиной ночных страхов могут стать разные жизненные ситуации, например драки, семейные скандалы, укус собаки, яркие устрашающие впечатления, особенно если ребенок испытывал страх, засыпая. Именно поэтому не стоит рассказывать детям страшные сказки перед сном. И недопустимо, чтобы ребенка будили семейные скандалы.

Многие дети не любят засыпать в темноте и даже просто засыпать из-за того, что боятся повторения кошмарных снов.

Как указывает в своей работе Изотова Е.И., родители очень часто не обращают своего внимания на детские кошмары, хотя порой ночные страхи провоцируют энурезы, некрепкий поверхностный сон и мучительное пробуждение. Родители считают, что это со временем пройдет, забудется, что это всего лишь ситуативное, возрастное или единичное событие. Но ночные кошмары воспринимаются маленькими детьми как нечто, совершенно от них не зависящее, а потому грозное и могущественное. Дети дошкольного возраста еще не могут сказать себе, что это сон, заставить себя проснуться или изменить сюжет сновидения. Они полностью во власти своего сна, и взрослые, оставляя малышей наедине с воспоминаниями о ночных кошмарах, обрекают их на сильные душевные страдания [20].

Многих детей страшные образы, когда-то привидевшиеся им во сне, преследуют долгие годы.

Так, известный детский психотерапевт и православный психолог Т.Л. Шишова предупреждает родителей о том, чтобы они осторожно вытаскивали ночные ужасы из ребенка: можно побуждать ребенка рассказывать свои сны, рисовать их и разыгрывать в сценках домашнего кукольного театра. Страхи найдут свое отражение в детском творчестве, и вы сможете его мягко корректировать. Но родители должны активно сопереживать малышу, не закливаясь на его переживаниях, а стараясь поскорее перевести обсуждение в игровую стихию и вызвать у ребенка положительные эмоции. Как известно, смех лечит, поэтому внимание к смешным деталям в рисунках, смешным поворотам сюжета в сценках, все абсурдное и нелепое, которое встречается в снах, поможет увести ребенка от точного воспроизведения плохого сна к более оптимистичному сценарию [45].

Зубкова А.С. считает, что если реально посмотреть на сновидения, то кошмары, как и большинство страхов, прежде всего, являются отражением действительности, окружающей ребенка. Если в семье ровные, доброжелательные отношения, одинаковые требования обоих родителей и взаимная любовь и уважение, тогда вероятность страшных снов сокращается. Чаще

всего кошмарные сны снятся детям, обнаруживающим большое количество возрастных страхов: машин, поездов, самолетов, стихии, высоты и глубины, уколов, боли и т.д. [17].

Содержание таких эмоциональных состояний, как страхов и тревог у детей дошкольного возраста неоднократно изучалось в психологии, социологии, педагогике и медицине. В разнообразных исследованиях выделен ряд страхов и тревог, типичных для детей разных возрастов. Отмечая культурные и национальные различия, исследователи одновременно обращают внимание и на определенное сходство, которое тем больше, чем с более маленькими детьми проведено исследование: так для дошкольников – это страх темноты, сказочных персонажей, воображаемых существ.

В дошкольном (5-6 лет) возрасте наиболее часты переживания страха, когда угрожающим является конкретизированный, эмоционально насыщенный образ, часто носящий фантастический, иррациональный или преувеличенный характер. Проиллюстрируем это выдержками из протоколов.

«Страшно – это когда что-то знакомое и хорошее, а по правде опасное, что обмануть может. Притворяется доброй, а сама – в мешок и утащит» (девочка, 5 лет) [16, с.113].

Таковы, основные проблемы эмоциональных состояний детей дошкольного возраста.

Старший дошкольный возраст это возраст наибольшей выраженности страхов, что обусловлено не столько эмоциональным, сколько когнитивным развитием – возросшим пониманием опасности. 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 этого возраста страхов следует отметить страх глубины. Нарастает в старшем дошкольном возрасте, сохраняясь на высоком уровне в дальнейшем, страх пожара, страх нападения, страх войны.

В отличие от мальчиков, как пишет Татаринцева А.Я., у девочек в рассматриваемом возрасте подчеркнуты страхи заболеть, наказания, перед засыпанием и сказочных персонажей в целом. По данным факторного анализа страхов у старших дошкольников, в фактор, обладающий наибольшим удельным весом, вошли все вышеперечисленные общие между ними страхи. Максимальными факторными нагрузками обладают страхи войны и смерти родителей. У девочек в отличие от мальчиков в ведущий фактор включен страх «сказочных персонажей». Связующим звеном страхов у старших дошкольников будет страх смерти, он 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, что связано 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, наводнению, землетрясению, огню, пожару и войне – как непосредственным угрозам для жизни [40].

В старшем дошкольном возрасте нередко возникают вопросы вроде: «сколько лет жил твой папа, мама?», «зачем люди живут?», «откуда все взялось?» и заклипания: «не хочу быть старушкой, а хочу быть все время девочкой» и так далее. 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. Захаров отмечает, что «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» [15, с.162].

В дошкольном возрасте может возникнуть состояние, вызванное триадой страхов: одиночества, темноты и замкнутого пространства. Урунтаева Г.А. пишет, что в таком случае ребенок не остается один при засыпании, постоянно зовет мать, в комнате должен гореть свет (ночник) и необходимо, чтобы дверь была полуоткрыта. Беспокойство может проявиться и в связи с ожиданием страшных (кошмарных) снов. Здесь многое зависит от умения родителей не создавать из этих возрастных страхов лишней проблемы, вовремя успокоить детей, нежно поговорить с ними и не настаивать на незамедлительном, безотносительно к их переживаниям, выполнении своих требований. Большое число страхов понижает уверенность в себе, без которой невозможны адекватная самооценка, личностная интеграция и принятие себя, претворение планов в жизнь и полноценное общение со сверстниками [41].

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 работах Захарова А.И. говорится о том, что максимально представлен страх животных, из сказочных – Змея Горыныча в 5 лет и в 3 года у мальчиков, в 6 лет – у девочек. Из других типичных для возраста страхов следует отметить страх глубины – у мальчиков 6 и 7 лет, у девочек 7 лет; страшных снов – у мальчиков 6 лет, у девочек в 5, 6 и 7 лет; страх огня – у мальчиков в 6 лет, у девочек в 5, 6, 7 и в 9 лет. Нарастает в старшем дошкольном возрасте, сохраняясь на высоком уровне в дальнейшем, страх пожара в 6 и 7 лет у мальчиков и у девочек; страх нападения – в 6 и 7 лет у мальчиков и в 7 лет у девочек; страх войны – в 6 и 7 лет у мальчиков, в 7 лет у девочек[15].

В отличие от мальчиков у девочек в рассматриваемом возрасте подчеркнуты страхи заболеть в 7 лет, наказания в 7 лет, перед засыпанием в 5-8 лет сказочных персонажей в целом в 5 лет.

Страх смерти 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.

Страх смерти чаще встречается у детей, у которых обнаруживаются в 8мес. 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 подходить к открытому окну, не стоять на краю обрыва и т.д. Все это – проявление инстинкта самосохранения, который обостряется у физически, соматически и нервно-ослабленных детей. О том же говорят страхи нападения, болезни, смерти родителей, страшных снов, стихии, огня, пожара и войны. Они связаны со страхом смерти во всем возрастном интервале 3-16 лет, как у мальчиков, так и у девочек.

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. В младшем школьном

возрасте и в начале подросткового на фоне повышенной внушаемости, достигающей максимума в 10 лет, появляются страхи покойников, Вурдалака, Вия, Дракона, Всадника без головы, космических пришельцев, роботов и т.д. Большой частью подобные персонажи аффективно воздействуют на воображение детей перед сном и во время его после чтения книг, просмотра кинофильмов, рассказов сверстников. Таким образом, время перед засыпанием, темнота и сон образуют своего рода замкнутое психологическое пространство, населенное у эмоционально чувствительных и впечатлительных детей пугающими образами из противостоящего жизни мира.

Таким образом, для старшего дошкольного возраста характерны свои страхи, которые необходимо учитывать в процессе формирования личности дошкольника. Анализ научных источников свидетельствует о том, что страх – эффективное (эмоционально заострённое) отражение в сознании человека конкретной угрозы для его жизни и благополучия. Выделяют несколько видов страхов. Существуют неотъемлемые страхи детей старшего дошкольного возраста, связанные с возрастными и социальными особенностями развития детей.

Рассмотрев теоретические основы особенностей проявления страхов у детей старшего дошкольного возраста, имеется необходимость рассмотреть о причинах возникновения страхов.

Страх складывается из определенных и вполне специфических физиологических изменений, экспрессивного поведения и специфического переживания, проистекающего из ожидания угрозы или опасности.

Гарбузов В.И. описывает то, что способствуют возникновению страха некоторые типологические свойства нервной высшей деятельности. Это эмоциональная чувствительность и связанная с ней впечатлительность. Повышенная впечатлительность таких людей выражается в их эмоциональной ранимости и уязвимости, когда они «всё близко принимают к сердцу и легко расстраиваются», будучи неспособными, к агрессивным ответам. Подвер-



женные страхам дети не склонны к внешнему, открытому выражению своих чувств и переживаний – они «всё держат в себе» [7].

Большинство детей проходят в своём психическом развитии ряд возрастных периодов повышенной чувствительности к страхам. Все эти страхи носят переходящий характер, но они способны оживлять аналогичные страхи, сохраняющиеся в памяти тревожных родителей. Страхи взрослых передаются детям в семье. Это наиболее типичный психологический путь передачи страхов. Вероятность появления страхов у детей всегда выше при наличии их у родителей, особенно, если на лицо общие свойства высшей нервной деятельности, а так же, когда родители пользуются у детей авторитетом и когда между ними существует тесный эмоциональный контакт. Большинство страхов передаются детям неосознанно, но некоторые страхи, точнее опасения, могут внушаться детям навязываемой или системной целостностью ориентации, таким образом, наследуется не сами страхи, а некоторые общие свойства реагирования.

В книге Вологодиной Н.Г описывается, что причинами страха могут быть события, условия или ситуации, являющиеся началом опасности. Причиной страха может быть 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 [8].

Врожденные детерминанты страха, которые называются «природными стимулами и их производными». Производные стимулы, по-видимому, скорее подвержены видоизменениям в опыте, чем природные. Природными стимулами страха являются: одиночество, незнакомость, внезапное приближение, внезапное изменение стимула, высота и боль. Стимулы страха включают: темноту, животных, незнакомые предметы и незнакомых людей. Многие авторы показали, что природные стимулы страха связаны с возрастом, т.е. зависят от процессов развития и созревания. Например, ряд исследований

показал, что страх перед незнакомыми людьми не может возникать в первые месяцы жизни потому, что у ребёнка ещё не развилась способность отличать знакомые лица от незнакомых. Эта способность возникает где-то между 6-и – 9-месячным возрастом и именно в этом возрастном периоде отмечается максимальный страх перед чужими.

Более тщательный анализ проблемы изученности причин возникновения страхов прослеживается в теоретическом подходе Боулби. Он перечисляет ряд наблюдаемых экспрессивных и моторных актов, которые, по его мнению, можно рассматривать, как индикаторы страха. «Они включают осторожное всматривание в сочетании с подавлением движений, испуганное выражение лица, а также поиском контакта с кем-либо». Боулби предложил 4 основания для объединения различных форм поведения в поведенческий синдром страха [26]:

- а) многие, если не все, проявления страха имеют тенденцию возникать одновременно или последовательно,
- б) события, которые вызывают одну из них, обычно вызывают и другие,
- в) большинство из них, если не все, выполняют единую биологическую функцию защиты,
- г) при самоотчёте испытуемые указывают на них, как на проявление страха.

Грей разделил все причины страха на 4 категории: интенсивность, новизна, эволюционно выработанные сигналы опасности, причины, возникающие в социальном воздействии.

Боль и громкий звук являются примерами слишком интенсивных стимулов, а незнакомые лица или предметы иногда вызывают страх из-за своей новизны. Грей рассматривал недостаток стимуляции или отсутствия стимула в ожидаемом месте и во времени как определённый вид нового стимула. Любые ситуации, угрожающие значительной части членов вида в течение дли-

тельного времени, являются эволюционно выработанными сигналами опасности [16].

Работа Кагана, посвященная развитию негативного аффекта у детей, даёт более дифференцированный анализ аффектов. Он утверждает, что существует 4 «состояния страдания», которые называются страхом.

По Кагану причинами «состояния страдания» являются [51]:

- а) не ассимилированное расхождение;
- б) предвидение не желаемого события;
- в) непредсказуемость;
- г) признание несоответствия между взглядами и поведением;
- д) признание диссонанса между взглядами.

В принципе любая эмоция может вызвать страх. Сходство нейрофизиологических механизмов эмоций с эмоцией страха приводит к тому, что они часто являются активаторами. Как утверждает Томкинс, внезапное освобождение от длительного и сильного страха, если оно полное, приводит к радости, если неполное к возбуждению. Подтверждение связи между страхом и возбуждением можно найти у Балл в её работе, посвященной гипнотически внушённого страха. Она показала, что испытуемые, переживающие страх, оказались в конфликте между желанием исследовать и желанием спастись. Она рассматривает это как доказательство двойственной природы страха. Теория дифференциальных эмоций интерпретирует конфликтное поведение как результат поведения между страхом и интересом [18].

Когнитивные процессы представляют собой наиболее общий вид причин страха. Например, страх, какого-либо определённого объекта может быть вызван мысленным воспроизведением в памяти или антиципацией. Воспоминание или предвидение страха само по себе является достаточным для того, чтобы вызвать страх.

На основании анализа имеющихся работ можно выделить типы ситуаций, в наибольшей степени провоцирующих страх на разных этапах детства. Это такие ситуации, как расставание с родителями, резкое изменение при-

вычной обстановки: переход в новую группу, неприятие со стороны сверстников, разнообразные оценочные ситуации. В дошкольном возрасте преобладают инстинктивные страхи, связанные с инстинктом самосохранения. Как известно, инстинктивные страхи – это преимущественно эмоциональные формы страха. «Страх и боязнь (устойчивое состояние страха) – это удел преимущественно дошкольного возраста. В интересующем нас старшем дошкольном возрасте страх и боязнь, тревожность и опасения могут быть представлены в одинаковой степени» – подчеркивает А.И. Захаров [16, С.5].

В результате анализа ряда психологических работ, посвященных проблеме страхов, Захаров А.И. выделяет основные его источники, причины возникновения и развития:

1. природные предпосылки, физиологические особенности индивида (ослабленная нервная система);
2. длительная внешняя стрессовая ситуация или посттравматический синдром;
3. внутриличностные особенности человека;
4. межличностные взаимоотношения человека с окружающими (особенно близкими и значимыми) людьми[14].

В заключение приведем основные факторы, указывающие на вероятность возникновения кошмарных снов у детей (по А.И. Захарову):

1. Превышающее характерное для данного возраста количество страхов, прежде всего: нападения, заражения, смерти себя и смерти родителей, животных, стихии, высоты, глубины, огня, пожара, войны.
2. Страхи перед засыпанием, в том числе и триада страхов – одиночества, темноты и замкнутого пространства.
3. Дневные страхи Волка, Бабы Яги, Бармалея, Кощея, Змея Горыныча.
4. Повышенная внушаемость в сочетании с магическим настроением (ребенок быстро переносится в фантазийный мир, создаваемый сказочной атмосферой, и живет там легче, чем в реальности) и низкой самооценкой.

5. Плохая переносимость ожидания, неизвестности; страхи при контактах с незнакомыми людьми, при ответах и выступлениях.

6. Наличие кошмарных страхов у родителей того же пола, особенно у матерей по отношению к дочерям.

7. Невротическое расстройство личности у матерей.

8. Невротическая привязанность (зависимость) детей к чрезмерно опекающей, боязливой и тревожно-мнительной матери, что максимально выражено при недостаточной роли отца в семье и его жестокости.

9. Невротическое расстройство формирующейся личности детей.

10. Затрудненное засыпание с последующим беспокойным сном и плохим самочувствием днем [14].

Говоря о девочках, следует добавить ряд факторов:

1. Токсикозы беременности у матери.

2. Страхи неожиданных, внезапных ситуаций.

3. Открытость в характере.

4. Конфликтные отношения с отцом и физические наказания с его стороны.

Таким образом, у дошкольников страх и тревожность возникает вследствие фрустрации потребности в надежности, защищенности со стороны ближайшего окружения и отражает неудовлетворенность именно этой потребности, которую можно рассматривать в этом возрасте как ведущую. Страх еще не является собственно личностным образованием, он представляет собой функцию неблагоприятных взаимоотношений с близкими взрослыми. В исследованиях А.И. Захарова, Е.В. Новиковой и других ученых было показано, что решающая роль принадлежит семье. От взаимоотношений между взрослым и ребенком, создания нужной психологической атмосферы дома будет зависеть и здоровье ребенка, и его нервная система. Любовь и уважение к детям – одно из главнейших условий их гармоничного развития [16].

### 1.3 Семья как основной фактор возникновения страхов в дошкольном возрасте

Многие исследователи определяют семью как основной фактор в возникновении страхов. Нормальные семейные взаимоотношения базируются на авторитете родителей, т.е. духовном воздействии родителей на формирование сознания и поведения детей, основанном на уважительно-доверительном отношении ребенка к мнению отца и матери.

Понятийный аппарат детско-родительских отношений достаточно широк и многозначен: родительские установки и соответствующие им типы поведения; родительские позиции; типы родительских отношений; типы отношений «мать-ребенок»; типы позитивного и ложного родительского авторитета; типы (стили) воспитания детей; черты патогенных типов воспитания; параметры воспитательного процесса; семейные роли ребенка; стили общения, предлагаемые взрослыми в семье и школе.

Понятие «родительское отношение», как объясняет Андреева Т.В., имеет наиболее общий характер и указывает на взаимную связь и взаимозависимость родителя и ребенка. Родительское отношение включает в себя субъективно-оценочное, сознательно-избирательное представление о ребенке, которое определяет особенности родительского восприятия, способ общения с ребенком, характер приемов воздействия на него. Как правило, в структуре родительского отношения выделяют эмоциональный, когнитивный и поведенческий компоненты. Понятия родительская позиция и родительская установка используются как синонимы родительского отношения, но отличаются степенью осознанности. Родительская позиция скорее связывается с сознательно принятыми, выработанными взглядами, намерениями; установка – менее однозначна [1].

Эйдемиллер, описывает различные варианты родительских позиций, установок, родительского (чаще материнского) отношения:

симбиоз (чрезмерная эмоциональная близость);

авторитарность;  
эмоциональное отвержение («маленький неудачник»);  
поддержка, разрешение;  
приспособление к потребностям ребенка;  
формальное чувство долга при отсутствии подлинного интереса к ребенку;  
непоследовательное поведение;  
сотрудничество, изоляция, соперничество, псевдосотрудничество;  
позиции-шаблоны, калечащие семейные, в том числе и детско-родительские отношения (заискивающий «миротворец»; «обвинитель»;  
расчетливый «компьютер»; сбитый с толку, «отвлекающийся»);  
позитивная модель поведения – гибкая, или уравновешенная, где различные приемы используются не автоматически, а сознательно, с учетом последствий своих действий [48].

Учитывая взаимозависимость отношений в семье, их описывают через те роли, которые выполняет ребенок. По мнению А.С. Спиваковской, роль ребенка можно четко выделить в дисгармоничной семье, где относятся друг к другу шаблонно, стереотипно, годами сохраняя застывшие, ригидные, уже не соответствующие реакциям отношения. Роль – это набор шаблонов поведения по отношению к ребенку в семье, сочетание чувств, ожиданий, действий, оценок, адресованных ребенку взрослыми[38].

Наиболее типичны четыре роли: «козел отпущения», «любимчик», «примиритель», «беби». «Козел отпущения» – это объект для проявления взаимного недовольства супругов-родителей. «Любимчик» заполняет эмоциональный вакуум в супружеских отношениях, забота и любовь к нему чрезмерно преувеличены. Напротив, при сильной близости супругов друг к другу ребенок раз и навсегда остается в семье только ребенком, «беби» с очень ограниченными правами. «Примиритель» вынужден играть роль взрослого, регулировать и устранять супружеские конфликты, и таким образом занимает важнейшее место в структуре семьи.

Выделяются и другие роли: «ребенок-обуза»; «ребенок-раб», «ребенок-любовник» (одинокая, как правило, мать настаивает на «отношениях для двоих», закрепощает ребенка в узах своей любви); «ребенок как оружие» в борьбе с супругом; ребенок – «заместитель мужа» (от него требуют постоянного внимания, заботы, чтобы он был рядом и делился своей личной жизнью).

Спиваковская А.С. выделяет три спектра отношений, составляющих любовь родителей к своему ребенку: симпатия – антипатия, уважение – пренебрежение, близость – дальность [38]. Сочетание этих аспектов отношений позволяет описать некоторые типы родительской любви.

Одним из основных психолого-педагогических понятий для выделения различных типов семейного воспитания является стиль родительского отношения, или стиль воспитания. Чаще всего в психолого-педагогических исследованиях для определения, анализа родительского отношения используются два критерия: степень эмоциональной близости, теплоты родителей к ребенку (любовь, принятие, тепло или эмоциональное отвержение, холодность) и степень контроля за его поведением (высокая – с большим количеством ограничений, запретов; низкая – с минимальными запретительными тенденциями).

Наиболее активно проблема связи стилей воспитания, нарушений родительского отношения и отклонений в психическом развитии и даже здоровье детей исследуется с клинико-психологических позиций; Определен ряд параметров воспитательного процесса:

- Интенсивность эмоционального контакта родителей по отношению к детям: гиперопека, опека, принятие, непринятие.
- Параметр контроля: разрешительный, допускающий, ситуативный, ограничительный.
- Последовательность – непоследовательность.
- Аффективная устойчивость – неустойчивость.
- Тревожность – нетревожность.



Изотова Е.И. описывает, что различные сочетания этих параметров воспитания соотносятся с различными видами неврозов у детей. Например, ограничительство, аффективная неустойчивость со стороны родителей приводят к развитию у ребенка невроза страха. Сверхпринятие, «разрешительство», непоследовательность – к развитию истерического невроза. Выраженное ограничительство – к неврозу навязчивых состояний [20].

Э.Г. Эйдемиллер выделил типы негармоничного семейного воспитания: потворствующая гиперпротекция, доминирующая гиперпротекция, повышенная моральная ответственность, эмоциональное отвержение ребенка, жестокое обращение, гипопротекция [48].

«В реальной жизни, – замечает В.С. Мухина, – все еще более сложно, чем в любой классификации. В семье могут быть представлены одновременно несколько стилей отношения к ребенку: отец, мать, бабушки и дедушки могут конфликтовать друг с другом, отстаивая каждый свой стиль, и т.д. Кроме стилей отношений, обращенных непосредственно к ребенку, на его воспитание оказывает безусловное влияние стиль взаимоотношений взрослых членов семьи» [28, с.25].

Спиваковская А.С. рассматривает семейную обусловленность страхов. Вначале отметим влияние неполной семьи. Значительное увеличение числа страхов в их семьях происходит, прежде всего, у мальчиков в старшем дошкольном возрасте. Отсутствие отца в семье нарушает формирование поведения, соответствующего полу, и психологической защиты от идущих извне угроз. Отчасти это отражается и на девочках, поскольку им также требуется навык защиты себя от опасностей, что наиболее развито в филогенезе у представителей мужского рода [38].

Рассмотрим выраженность страхов в полных семьях. Абсолютное отсутствие страхов представляется, во всяком случае, в дошкольном возрасте, скорее, исключением, чем правилом, и достаточно часто служит проявлением органической расторможенности, не критичности и невысокого интеллектуального уровня. Вологодина Н.Г. отмечает, что у мальчиков, у отцов кото-

рых наблюдается алкоголизм, количество страхов достоверно меньше, чем у мальчиков, отцы которых не злоупотребляют алкоголем. Бесстрашие у этих мальчиков, нередко граничащее с безрассудством и игнорированием опасностей, является в своей совокупности известным барьером невосприимчивости страха как аффективно переживаемой угрозы для жизни и безопасности. Кроме этого, «профилактика» страхов в данном случае происходит и вследствие расторможенного поведения отца, напоминающего в состоянии алкогольного опьянения тех чудовищ, которых обычно боятся дети. Ребенок как бы привыкает к такому поведению и даже в чем-то подражает ему, после чего ему уже не страшны Бармалеи, Кощеи и другие страшные образы [8].

Мальчики и девочки более боязливы, если считают главной в семье мать, а не отца. Работающая и доминирующая в семье мать часто испытывает нервно-психическую перегрузку, что создает дополнительное напряжение в ее отношениях с детьми, вызывая у них ответные реакции беспокойства. Доминирование матери также указывает на недостаточно активную позицию и авторитет отца в семье, что затрудняет ролевую идентификацию с ним мальчиков и увеличивает возможность передачи беспокойства со стороны матери, если оно имеет место.

Вне связи с доминированием матери, если мальчики старшего дошкольного возраста в воображаемой игре «семья» выбирают роль не отца, как это делают большинство сверстников, а матери, то количество их страхов является наибольшим. Как правило, это говорит о наличии невротической, основанной на беспокойстве, привязанности к матери.

Особую чувствительность в плане страхов старшие дошкольники обнаруживают при наличии конфликтных отношений между родителями. Тогда индекс страхов достоверно выше, особенно у девочек, чем когда отношения родителей оцениваются как дружные, хорошие, без ссор.

Заслуживает внимания факт обнаружения у дошкольников из конфликтных семей достоверно более частых страхов животных, стихии, заболевания, заражения и смерти, а также страхов кошмарных снов и родителей.

Все эти страхи являются своеобразными эмоциональными откликами на конфликтную ситуацию в семье, пишет Зубкова А.С. [17].

Маленькие дети «считывают» эмоции родителей и близких им людей с чувствительностью сейсмографа и «записывают» в свое подсознание, если эмоции достаточно сильные и повторяющиеся.

Детские страхи порождает и чрезмерная родительская опека. Ребенку, растущему в тепличных условиях, очень трудно потом приспособиться к жизни без «защитного скафандра», и ему везде начинают мерещиться опасности, а на этой основе возникают страхи.

Безразличие и невнимание к ребенку порождает не меньше детских страхов, чем чрезмерная опека. Это происходит особенно часто в семьях, где ребенка «не ждали» и не были к нему готовы. Или ждали мальчика, а родилась девочка (и наоборот). Предоставленный себе, лишенный эмоционального притяжения, ребенок многое понимает не так, а многого не понимает вообще. Он начинает бояться всего подряд, поскольку живет в каком-то виртуальном мире, который сам себе нафантазировал.

Левис Ш., указывает, что источником страхов может стать неблагополучная обстановка в семье. Под такой обстановкой мы подразумеваем конфликты между родственниками на глазах у детей. Особенно сильная тревожность возникает у детей, выросших в атмосфере недоверия, эмоциональной холодности и отчуждения между окружающими. Например, такая ситуация складывается перед разводом, когда родители только формально вместе, а эмоционально они друг другу чужие. Или в неполной семье, где ребенка воспитывают мать и бабушка, которые до сих пор выясняют отношения друг с другом. Дошкольники более чувствительны к конфликтам в семье и тяжелее страдают от развода, при котором чаще всего остаются без отца. У детей, родители которых развелись, страхов на порядок больше, чем у их ровесников из благополучных семей [26].

Травмирующий личный опыт, ведущий к повышенной тревожности и способствующий появлению, развитию и усилению страхов, ребенок может

получить в период внутриутробного развития или родов. Токсикоз во время беременности, асфиксия приводят к тому, что новорожденный беспокойно спит, просыпаясь от самых тихих звуков и даже шорохов. Во сне он может непроизвольно подергиваться. Дети, появившиеся на свет в результате преждевременных, затяжных или патологических родов, после кесарева сечения, более нервные, психически уязвимые и подвержены страхам. Самая неблагоприятная ситуация складывается, если младенец сразу после родов попадает в больницу и находится отдельно от матери. Иногда это накладывает отпечаток на всю его дальнейшую жизнь. У него несравнимо большее количество страхов по сравнению с другими детьми, может появиться даже заторможенность в развитии.

Статистика, в работе Спиваковской, показывает, что больше всего страхов у единственных детей. Они наиболее подвержены самым разным страхам, в первую очередь, страху одиночества. К тому же у детей, испытавших в детстве одиночество, нередко формируется комплекс неполноценности, они не уверены в себе. Чем больше взрослых вокруг единственного ребенка, тем более вероятно приобретение им этих комплексов. В результате у единственных детей чаще развивается тревожность [38].

Детская душа очень ранима. Самое плохое, что ребенок может быстро об этой ране забыть. И тогда она продолжит жить в нем своей «теневой» жизнью, уходя все глубже и глубже в подсознание, и именно детские травмы и страхи становятся причинами наших «взрослых» проблем и неудач.

Современные родители должны обладать важнейшей способностью к рефлексии на индивидуальные и возрастные особенности ребёнка, готовностью к сознательному поиску наиболее эффективного стиля его индивидуального воспитания. Именно в наше время так много возможностей обучаться и продвигаться в выработке собственного неповторимого стиля, культуры семейного воспитания.

Таким образом, проведенный анализ позволил нам сделать следующие выводы. Страх – эффективное (эмоционально заострённое) отражение в со-

знании человека конкретной угрозы для его жизни и благополучия. Страх – эмоция, возникающая в ситуациях угрозы биологическому или социальному существованию человека и направленная на источник действительной или воображаемой опасности.

Старший дошкольный возраст играет особую роль в психическом развитии ребенка, это период активного развития и становления познавательной деятельности и структур межличностного общения.

Особенности детско-родительских отношений в исследованиях многих психологов и педагогов определяются, как особенно значимые. Эти отношения – обязательная предпосылка становления личности ребёнка. В процессах общения он вырабатывает коммуникативные умения и навыки, формирует знания об окружающих и о собственном «Я».

Среди первопричин, вызывающих страхи, выделяют неправильный подход в процессе воспитания. Проблема влияния семейного окружения на особенности эмоционального развития ребенка представляет большой интерес для исследователей в области психологии развития. Семья играет в развитии ребёнка значительную роль, опосредует взаимодействие с окружающей действительностью. Проведенные исследования по указанной теме, показывают, что психологический аспект семейного воспитания остается важнейшим и составляет основу этого процесса.

## ГЛАВА 2. Эмпирическое изучение роли семьи в возникновении страха у детей старшего дошкольного возраста

### 2.1 Организация и методы исследования

Целью эмпирического исследования является проверка выдвинутой нами гипотезы о том, что выраженность страхов у старших дошкольников определяется разными характеристиками родительского воспитания, а именно, неблагоприятные характеристики воспитания увеличивают выраженность страхов старших дошкольников.

Для достижения поставленной цели необходимо было решить следующие задачи:

1. Изучить характеристики и стили родительского воспитания.
2. Изучить выраженность страхов старших дошкольников
3. Определить характер связи между степенью выраженности страхов у старших дошкольников и разными характеристиками родительского воспитания

Эмпирическое исследование проводилось на базе МБОУ «СОШ № 37», г. Белгород. Было продиагностировано 42 ребенка в возрасте от 5.8 до 6.7 лет. Среди них 27 мальчиков и 15 девочки. Так же было продиагностировано 84 родителя, в возрасте от 24 до 51 лет.

Обозначенная цель данного исследования поставила задачу подобрать необходимый диагностический материал, который должен состоять из двух блоков методик. Методики, направленные на изучение детских страхов и их психоэмоционального состояния, составляют первый блок. Во второй блок вошли методики, позволяющие охарактеризовать отношение родителей к своим детям-дошкольникам. Это отношение напрямую влияет на психоэмоциональный климат, образующийся вокруг ребенка.

1. Для выявления детских страхов была использована методика «Страхи в домиках». (А.И. Захаров и М. Панфилова)

Цель: выявление и уточнение преобладающих видов страхов (страх темноты, одиночества, смерти, медицинские страхи и т.д.) у детей старше 3-х лет.

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

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

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

Анализ полученных результатов заключается в том, что экспериментатор подсчитывает страхи в черном доме и сравнивает их с возрастными нормами. Совокупные ответы ребенка объединяются в несколько групп по видам страхов. Если ребенок в трех случаях из четырех-пяти дает утвердительный ответ, то этот вид страха диагностируется как имеющийся в наличии. Инструкция для ребенка: «В черном домике живут страшные страхи, а в красном – не страшные. Помоги мне расселить страхи из списка по домикам».

Все перечисленные здесь страхи можно разделить на несколько групп:

- медицинские страхи – боль, уколы, врачи, болезни;

- страхи, связанные с причинением физического ущерба – транспорт, неожиданные звуки, пожар, война, стихии;
- страх смерти (своей);
- боязнь животных;
- страхи сказочных персонажей;
- страх темноты и кошмарных снов;
- социально-опосредованные страхи – людей, детей, наказаний, опозданий, одиночества;
- пространственные страхи – высоты, глубины, замкнутых пространств.

Согласно А.И. Захарову, наличие большого количества разнообразных страхов у ребенка – показатель преневротического состояния. Это психические расстройства, характеризующие стадию перехода от состояния психического здоровья к болезни.

Кроме того методика позволяет высчитать индекс тревожности, на основании которого детей можно разделить на пять групп.

Возрастные нормы (по А.И. Захарову): среднее число страхов в дошкольном возрасте: у девочек – 10,3; у мальчиков – 8,2.

В Приложении 1 представлен необходимый методический материал для работы с данной методикой.

## 2. Методика «Стратегии семейного воспитания» (С. Степанов)

Данная методика имеет опросную форму. В ней содержится 10 вопросов и закрытого типа ответы. Испытуемому предлагается выбрать один из предлагаемых вариантов ответа, оценив, таким образом, собственную стратегию семейного воспитания.

После обработки результатов выявляется преобладающий стиль воспитания в семье. Если такового не окажется, это будет означать, что данных родителей выявлен противоречивый стиль воспитания, когда отсутствуют четкие принципы, и поведение родителей диктуется сиюминутным настроением.



В методике выделяются четыре стиля воспитания, чаще всего упоминаемые в научной литературе: авторитетный, авторитарный, либеральный, индифферентный.

Содержание стилей, текст опросника, его инструкция, обработка и интерпретация результатов представлены в Приложении 1.

### 3. Опросник «Взаимодействие родитель-ребенок» (И.М. Марковская)

Цель: изучение различных характеристик взаимодействия родителя с ребенком.

Текст опросника включает 10 шкал – критериев для оценки взаимодействия родителей с детьми. На каждую шкалу опросника приходится равное количество вопросов, кроме двух, которые выделяет большинство исследователей, и которые могут считаться базовыми в детско-родительских отношениях. Это шкалы "автономия-контроль" и "отвержение-принятие", в них вошло по 10 утверждений, а в остальные шкалы — по 5 утверждений. При заполнении опросника родителям предлагается оценить степень согласия с каждым утверждением по 5-балльной системе: 1 балл — совершенно не согласен, это утверждение совсем не подходит; 5 баллов — совершенно согласен, это утверждение абсолютно подходит.

В опроснике "Взаимодействие родитель-ребенок" (ВРР) представлены следующие 10 шкал:

- нетребовательность-требовательность родителя. Данные этой шкалы показывают тот уровень требовательности родителя, который проявляется во взаимодействии родителя с ребенком. Чем выше показания по этой шкале, тем более требователен родитель, тем больше ожидает он высокого уровня ответственности от ребенка.
- мягкость-строгость родителя. По результатам этой шкалы можно судить о суровости, строгости мер, применяемых к ребенку, о жесткости правил, устанавливаемых во взаимоотношениях между родителями и детьми, о степени принуждения детей к чему-либо.

- автономность-контроль по отношению к ребенку. Чем выше показатели по этой шкале, тем более выражено контролирующее поведение по отношению к ребенку. Высокий контроль может проявляться в мелочной опеке, навязчивости; низкий контроль может приводить к полной автономии ребенка, к вседозволенности, которая может быть следствием либо безразличного отношения к ребенку, либо следствием любования. Возможно также, что низкий контроль связан с проявлением доверия к ребенку или стремлением родителя привить ему самостоятельность.
- эмоциональная дистанция-эмоциональная близость ребенка к родителю. Следует обратить специальное внимание, что эта шкала отражает представление родителя о близости к нему ребенка.
- отвержение-принятие ребенка родителем. Эта шкала отражает базовое отношение родителя к ребенку, его принятие или отвержение личностных качеств и поведенческих проявлений ребенка. Принятие ребенка как личности является важным условием благоприятного развития ребенка, его самооценки.
- отсутствие сотрудничества-сотрудничество. Наличие сотрудничества между родителями и детьми как нельзя лучше отражает характер взаимодействия. Сотрудничество является следствием включенности ребенка во взаимодействие, признания его прав и достоинств. Оно отражает равенство и партнерство в отношениях родителей и детей. Отсутствие такового может быть результатом нарушенных отношений, авторитарного, безразличного или попустительского стиля воспитания.
- тревожность за ребенка. Многие авторы обращают внимание на родительскую тревожность за ребенка как на важный фактор для понимания возникновения невротических реакций у детей.
- непоследовательность-последовательность родителя. Последовательность родителя является важным параметром взаимодействия, в этой шкале отражается, насколько последователен и постоянен родитель в своих требованиях, в своем отношении к ребенку, в применении наказаний и поощрений

и т.д. Непоследовательность родителя может быть следствием эмоциональной неуравновешенности, воспитательной неуверенности, отвергающего отношения к ребенку и т.п.

- воспитательная конфронтация в семье. А.И. Захаров выделяет также в качестве черты патогенного, типа воспитания низкую сплоченность и разногласия членов семьи по вопросам воспитания, что может приводить к воспитательной конфронтации внутри семьи.
- удовлетворенность отношениями ребенка с родителем. По данным десятой шкалы можно судить об общей степени удовлетворенности отношениями между родителями и детьми, — как с той, так и с другой стороны. Низкая степень удовлетворенности может свидетельствовать о нарушениях в структуре родительско-детских отношений, возможных конфликтах или об обеспокоенности сложившейся семейной ситуацией.

Данная методика « Взаимодействие родитель – ребёнок » позволила увидеть взаимоотношения родителей к собственным детям. Насколько родители требовательны и строги в воспитании детей; насколько конфликтные или тревожные личности; контролируют своих детей и последовательны в действиях; близки и удовлетворены отношениями; принимают и сотрудничают с детьми.

Содержание опросника, а так же его интерпретация отражены в Приложении 1.

## **2.2 Анализ и интерпретация полученных результатов**

Данное исследование мы начали с проведения методики «Страхи в домиках». На рисунке 2.2.1 представлено распределение старших дошкольников по уровням страхов.



Рис. 2.2.1 Распределение старших дошкольников по уровням страхов, (%).

Как видно на данном рисунке старшие дошкольники распределены в процентном соотношении по уровням, которые соответствуют количеству страхов.

На данной диаграмме мы видим, что наибольший процент (35,7 %), набрали дети с высоким уровнем страхов.

Такие дети чувствуют себя незащищенными, беспомощными, легко ранимы. Они боятся неуспеха, затрудняются в оценке результатов деятельности. Отличаются повышенной утомляемостью вследствие нервного перенапряжения. У одних детей – ярко выраженная агрессия, чувство раздражения, недоброжелательности, зависть к сверстникам, желание досадить, а у других нерешительность, робость, обвинение себя во многих неудачах, настороженность и недоверие. Обычно лишены оптимизма, болезненно реагируют на критику.

Дети со средним уровнем страхов составили 31%. Такие дошкольники не испытывают больших затруднений при общении. Данная группа отличается беспокойством, часто сомневаются при выборе решения, чувствительны к результатам своего труда. В знакомой обстановке активны, уверены, проявляют инициативу.

Группа детей с низким уровнем страхов (33,3%) отличается коммуникабельностью, легко вступают в контакт, активны, жизнерадостны, охотно включаются в новую деятельность. У них, обычно, высокая самооценка (даже завышенная).

На следующем рисунке 2.2.2 представлено распределение старших дошкольников по уровням страхов в гендерном аспекте.

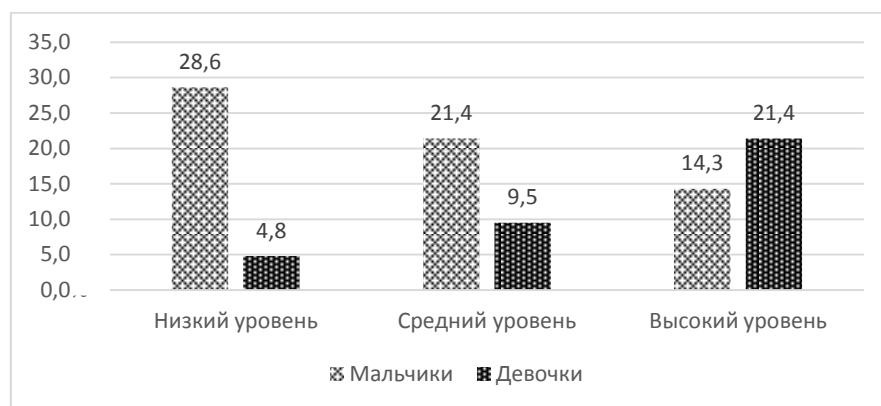


Рис.2.2.2 Распределение старших дошкольников по уровням страхов в гендерном аспекте, %

Как видно из рисунка в исследуемой группе у девочек более высокий средний результат количества страхов по сравнению с мальчиками. Он значительно превышает и нормативный показатель. Это может быть связано с тем, что девочки более опекаемы, меньше самостоятельно контактируют с окружающей средой, меньше ее осваивают.

На следующем этапе исследования мы выяснили выраженность показателей по видам страхов.

На рис. 2.2.3 мы видим, что наиболее выраженными страхами у детей старшего дошкольного возраста являются социальные страхи, это страхи, связанные с людьми, другими детьми, наказаниями, опозданиями, а так же страх одиночества. Социальные страхи приобретаются путем научения в процессе формирования личности, выражая определенные ценности, принятые в той или иной общественной среде. Ближе к 7 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

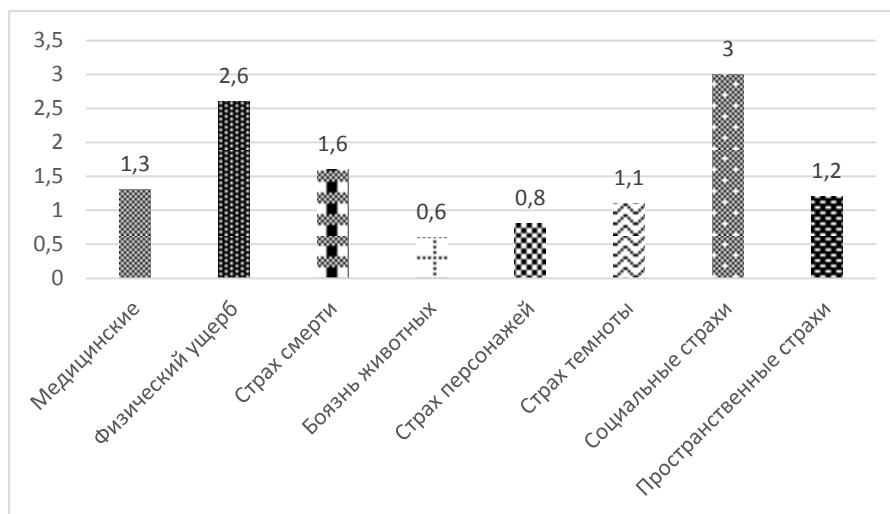


Рис.2.2.3 Выраженность показателей видов страхов старших дошкольников, ср.б.

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.

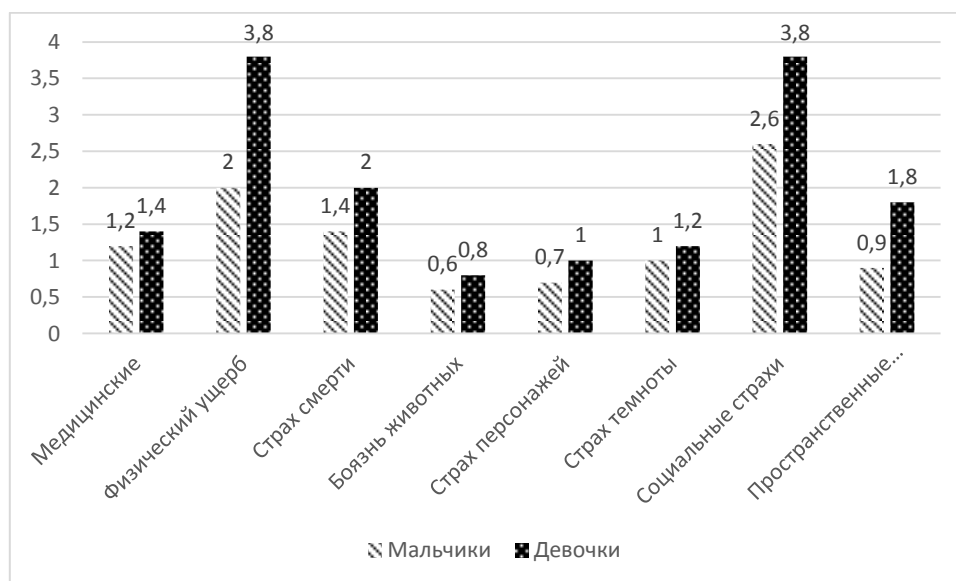


Рис.2.2.4 Выраженность показателей видов страхов старших дошкольников в гендерном аспекте, ср.б.

Далее мы решили изучить выраженность показателей по каждому виду страхов у мальчиков и девочек. С целью выявления статистических различий по показателям видов страхов старших дошкольников между мальчиками и девочками нами был применен непараметрический статистический критерий для двух независимых выборок U-Манна-Уитни (Приложение 3).

В результате были обнаружены статистически значимые различия по следующим показателям: физический ущерб, страх смерти, страх персонажей, социальные страхи, пространственные страхи. Страхи по каждому вышеуказанному показателю у девочек значительно более выражены.

После изучения страхов старших дошкольников, мы перешли к изучению стиля и характеристик родительского воспитания.

После проведения методики «Стратегии семейного воспитания», мы получили результаты, которые представлены на рисунке 2.2.5 .

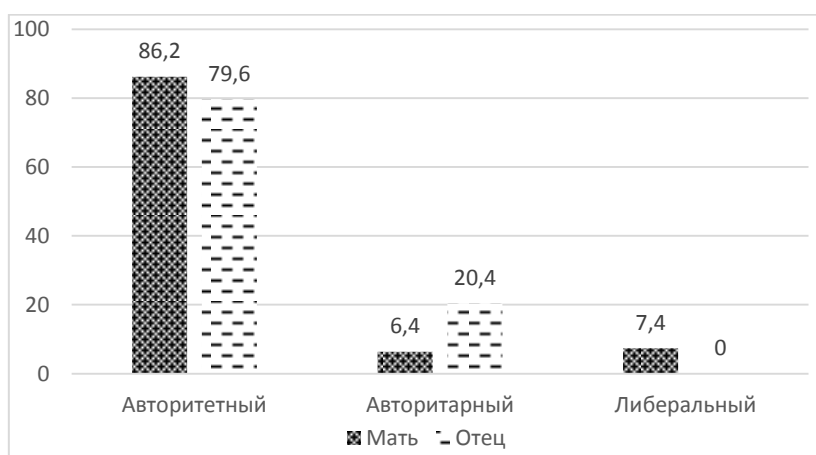


Рис. 2.2.5 Распределение родителей по стилям семейного воспитания, (%)

На данном рисунке мы видим, что наибольший процент как отцов (79,6%), так и матерей (86,2%) предпочитает авторитетный стиль семейного воспитания. Авторитетный стиль является наиболее предпочитаемым в воспитании детей старшего дошкольного возраста. Авторитетный стиль воспитания характеризуется поощрением личной ответственности и самостоятельности детей в соответствии с их возможностями. Родители обучают детей осмысленному поведению, внимательно относятся к их потребностям и при

необходимости помогают в различных жизненных ситуациях. При этом родители проявляют твердость в установленных семейных правилах, отстаивают справедливость и следят за последовательным соблюдением детьми определенной дисциплины. Все это формирует у ребенка адекватное, ответственное социальное поведение. Данный стиль воспитания формирует здоровую, всесторонне развитую и уверенную в себе личность.

Авторитарный стиль выбрали 20,4 % отцов и 6,4% матерей. Данный тип воспитания основан не на поощрении, а на наказании. Авторитарные родители сильно ограничивают самостоятельность ребенка и никогда не обосновывают перед ним свои требования, проводя их под жестким контролем с использованием выговоров, запретов, физиологических наказаний.

Либеральный стиль характерен для 7,4 % матерей. Либеральные родители очень мало требований предъявляют к своим детям. К наказаниям эти родители прибегают редко, потому что они не склонны ожидать от ребёнка самостоятельности суждения и самоконтроля.

При этом никто из родителей не выбрал индифферентный стиль воспитания, который характеризуется практически отсутствием требований, реакции на потребности ребенка и близкого общения с ним.

Для дальнейшего изучения характеристик родительского воспитания нами была проведена методика «Взаимодействие родитель-ребенок».

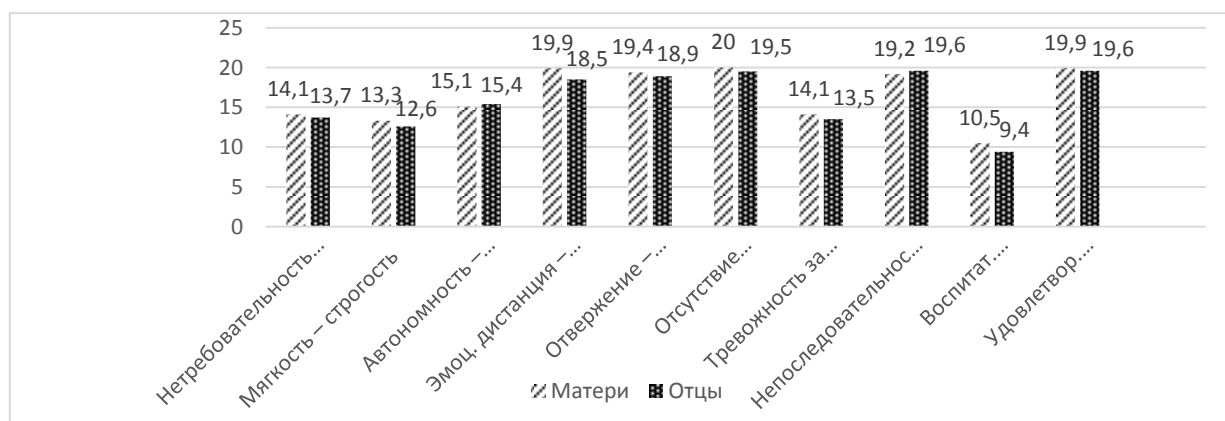


Рис.2.2.6 Выраженность характеристик родительского воспитания, ср.б.



С целью выявления статистических различий по показателям характеристик родительского воспитания у отцов и матерей, нами был применен не параметрический статистический критерий для двух независимых выборок U-Манна-Уитни (Приложение 3), в результате чего были обнаружены статистически значимые различия по шкалам эмоциональная дистанция - близость, отвержение – принятие, при этом показатель близости у матерей по отношению к детям выше, чем у отцов, показатель принятия так же выше у матерей.

Следующим этапом нашего исследования стала проверка нашей гипотезы. Для определения того как неблагоприятные характеристики воспитания влияют на выраженность страхов у старших дошкольников мы использовали корреляционный анализ Спирмена (Приложение 3). Так же были составлены корреляционные плеяды для отцов и матерей.

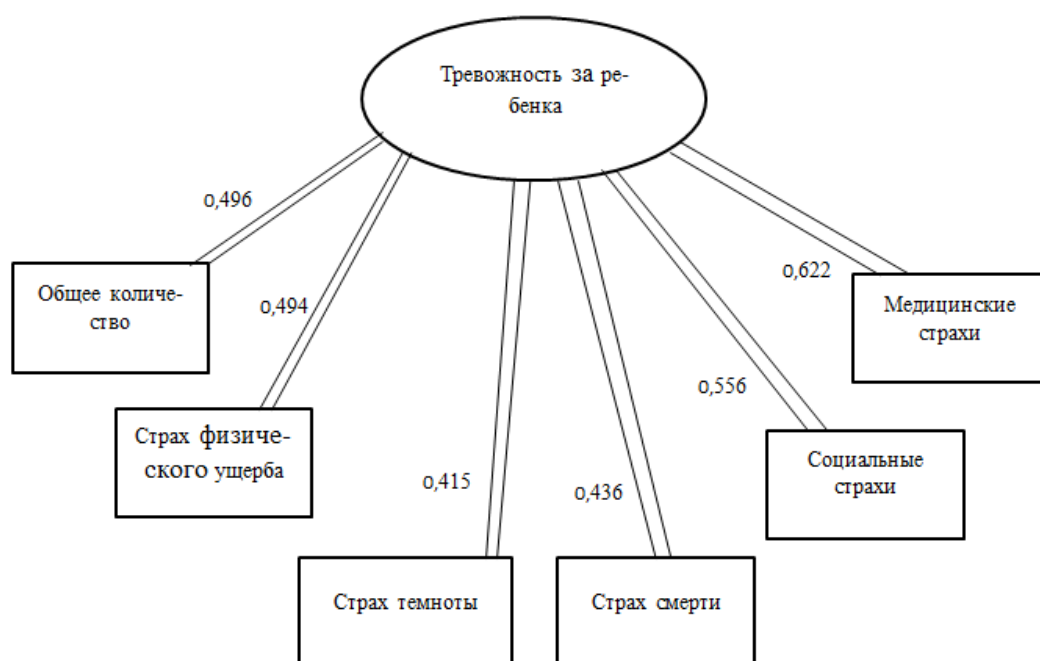


Рис.2.2.7 Корреляционная плеяда связи страхов старших дошкольников с материнской тревожностью за ребенка.

В общем, по всем показателям используемых методик для матерей и старших дошкольников было обнаружено 18 значимых корреляционных связей, из них 11 положительных (прямых) и 7 отрицательных (обратных) корреляционных связей.

Существует значимая корреляционная связь между «тревожностью за ребенка» и «общим количеством страхов ребенка» ( $r=0,496$ ,  $p \leq 0,01$ ), то есть чем больше мать тревожится за ребенка, избыточно предохраняет его от опасностей и изолирует от общения со сверстниками, тем выше вероятность развития большого количества страхов и их более сильной выраженности. Также этот показатель связан со страхом «физического ущерба» ( $r=0,494$ ,  $p \leq 0,01$ ), предостережение от опасности, влечет за собой боязнь неожиданных звуков, транспорта, пожаров, стихий. Внутри методики выявилась значимая связь данной характеристики воспитания со «страхом смерти» ( $r=0,436$ ,  $p \leq 0,01$ ), который характерен для данной возрастной категории. Так же родительская тревожность за ребенка имеет прямую корреляционную связь с «социальными страхами» ( $r=0,556$ ,  $p \leq 0,01$ ), «медицинскими страхами» ( $r=0,622$ ,  $p \leq 0,01$ ), а так же «страхом темноты» ( $r=0,415$ ,  $p \leq 0,01$ ). Исходя из полученных данных мы можем сделать вывод о том, что высокая тревожность матерей повышает выраженность большинства страхов старших дошкольников, то есть является одной из неблагоприятных характеристик родительского воспитания.



Рис.2.2.8 Корреляционная плеяда связи страхов старших дошкольников с материнской эмоциональной дистанцией.

Показатель «эмоциональная близости» имеет высокую значимую обратную связь с «пространственными страхами» ( $r=-0,521$ ,  $p \leq 0,01$ ) чем больше эмоциональная близость, тем меньше пространственный страх. Чем больше роди-

тель рассказывает и доверяет своему ребенку, тем меньше ребенок боится страхов связанных с пространством.



Рис.2.2.9 Корреляционная плеяда связи страхов старших дошкольников с материнским стилем воспитания.

«Стиль воспитания» имеет значимую корреляцию с показателем «медицинские страхи» ( $r=0,423$ ,  $p \leq 0,01$ ), то есть чем более неблагоприятным является стиль воспитания, тем более выражены «медицинские страхи».



Рис.2.2.10 Корреляционная плеяда связи страхов старших дошкольников с воспитательными конфронтациями матерей.

Обратную значимую корреляцию имеют показатель «воспитательные конфронтации в семье» и «социальные страхи» ( $r=-0,491$ ,  $p \leq 0,01$ ), это значит, что чем меньше воспитательных конфронтаций в семье, тем более ребенок не готов претерпевать их в социуме, отсюда и социальные страхи.



Рис.2.2.11 Корреляционная плеяда связи страхов старших дошкольников с отсутствием сотрудничества у матерей.

Также обратную корреляционную связь обнаружена между «отсутствием сотрудничества» и «страхом темноты» ( $r=-0,402$ ,  $p\leq 0,01$ ), чем меньше сотрудничество, тем больше страхов темноты. Возможно авторитарное поведение родителя, негативное реагирование, а не разъяснение на равных, почему не стоит бояться темноты, вызывает большую выраженность страха.



Рис.2.2.12 Корреляционная плеяда связи страхов старших дошкольников с отсутствием сотрудничества у матерей

По всем показателям используемых методик для отцов и старших дошкольников было обнаружено 19 значимых корреляционных связей, из них 14 положительных (прямых) и 5 отрицательных (обратных) корреляционных связей.

На плеяде, изображенной на рисунке 2.2.12 стоит отметить большое количество значимых прямых связей «стиля воспитания» с такими страхами как «физический ущерб» ( $r = 0,353, p \leq 0,05$ ), «страх смерти» ( $r = 0,576, p \leq 0,01$ ), «страх темноты» ( $r = 0,422, p \leq 0,01$ ), «боязнь животных» ( $r = 0,372, p \leq 0,05$ ), «страх персонажей» ( $r = 0,531, p \leq 0,01$ ), «пространственные страхи» ( $r = 0,325, p \leq 0,05$ ), «общее количество» ( $r = 0,414, p \leq 0,01$ ), «социальные страхи» ( $r = 0,387, p \leq 0,01$ ). Исходя из этого можно сделать вывод, что чем более неконструктивен стиль воспитания (в исследовании наиболее неконструктивный стиль - авторитарный), тем больше выраженность и количество страхов.

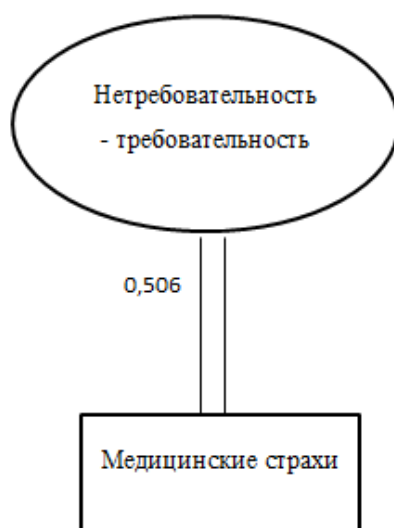


Рис. 2.2.13 Корреляционная плеяда связи страхов старших дошкольников с требовательностью у отцов

Так же существует прямая тесная связь шкалы «Нетребовательность – требовательность» с «медицинскими страхами» ( $r = 0,506, p \leq 0,01$ ). То есть чем больше родитель ожидает и требует от ребенка, тем больше количество медицинских страхов, связанных с уколами, видом врачей и крови.

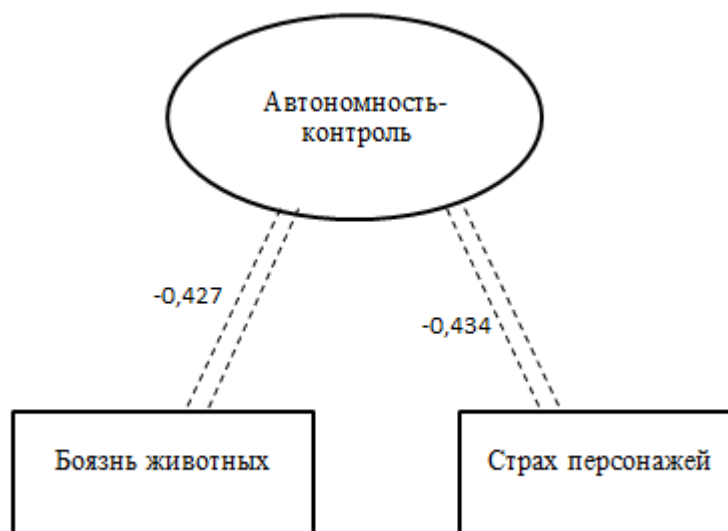


Рис. 2.2.14 Корреляционная плеяда связи страхов старших дошкольников с контролем у отцов

Значимая обратная связь прослеживается между «автономностью - контролем» и страхами «животных» ( $r = - 0,427, p \leq 0,01$ ), а так же «персонажей» ( $r = - 0,434, p \leq 0,01$ ). Чем меньше контроль, тем больше страх животных и персонажей.



Рис. 2.2.15 Корреляционная плеяда связи страхов старших дошкольников с эмоциональной дистанцией

Шкала «Эмоциональная дистанция - близость» так же имеет две тесные обратные связи с «страхом персонажей» ( $r = - 0,526, p \leq 0,01$ ), «простран-

ственными страхами» ( $r = -0,409$ ,  $p \leq 0,01$ ), это значит, что чем больше эмоциональная близость родителей по отношению к старшему дошкольнику тем менее выражены страх персонажей и пространственные страхи. Если родитель часто общается со своим ребенком, делится своим мнением и узнает его мнение, уделяет достаточно внимания, теплоты и заботы, то это повлечет за собой уменьшение выраженности вышеуказанных страхов.



Рис. 2.2.16 Корреляционная плеяда связи страхов старших дошкольников с тревожностью за ребенка и удовлетворенностью отношениями ребенком у отцов

«Тревожность за ребенка» имеет прямую значимую корреляцию с «медицинскими страхами» ( $r = 0,441$ ,  $p \leq 0,01$ ). Если высока тревожность за ребенка, то и медицинский страх будет ярко выражен.

Так же нами была обнаружена прямая значимая зависимость шкалы «удовлетворенность отношениями с ребенком» с такими страхами как «медицинские» ( $r = 0,440$ ,  $p \leq 0,01$ ) и «социальные» ( $r = 0,432$ ,  $p \leq 0,01$ ). Чем больше удовлетворенность отношениями с ребенком, тем больше социальных страхов.

Исходя из проведенного нами анализа, можно сделать вывод, что к основным неблагоприятным характеристикам родительского воспитания, повышающим выраженность страхов старших дошкольников относятся: высо-

кая степень тревожности за ребенка, авторитарный стиль воспитания, эмоциональная дистанция, отсутствие сотрудничества, требовательность, автономность.

### **2.3 Программа коррекции страхов у старших дошкольников и рекомендации по профилактике страхов**

Мы предлагаем проводить работу с родителями для профилактики детских страхов в следующих формах: родительские собрания, индивидуальные беседы, консультации, разработать буклеты.

Работа с родителями должна быть направлена на коррекцию и профилактику травмирующих ребёнка стилей и характеристик воспитания.

Ниже приведены некоторые разработанные нами рекомендации.

1. Отнеситесь к страху ребенка серьезно и адекватно. Избегайте преуменьшения значимости страха и наоборот – преувеличения его значимости. Родители никогда не должны смеяться над признанием ребенка в том, что он чего-то боится, а уж тем более стыдить ребенка за испытываемый им страх. В первом случае ребенок будет испытывать обиду и разочарование в вас, как в родителях, во втором случае из чувства стыда ребенок начинает скрывать свой страх, и страх усиливается.

2. Недооценивайте влияние страха на психику ребенка. Помните, что страх подчиняет себе такие психические процессы, как мышление, воображение, память и речь.

3. Пугающий объект перестает вызывать страх, если с ним поближе познакомиться. Малыши иной раз боятся незнакомых звуков, но, увидев источник этих звуков, тут же перестают обращать на них внимание.

4. Если страх выражен слабо или только что проявил себя, не надо фиксировать внимание ребенка на таком страхе. Займите ребенка интересной для него деятельностью, игрой, отвлеките его. В зависимости от возраста ре-



бенка, через некоторое время можно завести с ребенком разговор о том, что люди испытывают разные чувства: радость, грусть, удивление, страх.

Обсудите с ребенком, все ли чувства приносят пользу человеку.

Сделайте совместный вывод о том, что и страх полезен, он помогает ребенку быть осторожным в некоторых ситуациях, мобилизовать организм на борьбу с неприятелем.

Приведите в пример страх высоты, который помогает держать равновесие, придает удивительную устойчивость ногам, цепкость рукам, заставляет мозг по несколько раз оценивать расстояние между высотой бревна,

5. Первым шагом на пути преодоления страха является рассказ ребенка о страхе. Когда ребенок проговаривает вслух свои переживания, его тревога уменьшается. Задача взрослого – «правильно» послушать малыша, то есть применить навыки активного слушания и эмоционально поддержать его.

6. Рисование страха. Ребенок не всегда может рассказать о своем страхе в силу недостаточного речевого развития (особенно при задержке речевого развития), к тому же страх может вызвать блокировку спонтанной речи ребенка. Рисовать ребенок зачастую начинает раньше, чем хорошо говорить и для него это естественный способ общения с миром. Попросите ребенка нарисовать то, что его напугало. Посредством рисунка ребенок может безболезненно соприкоснуться с пугающими образами и ситуациями, как-то повлиять на них, что значительно снижает детскую тревогу (например, нарисованный страх можно разорвать, сжечь, можно сделать его смешным или жалким). Для вас как для родителя рисунок будет нести информацию о том, с какой сферой жизни ребенка связан страх, с каким объектом он связан и т. д.

7. Проигрывайте страхи. Игра для ребенка является наиболее адекватным способом выражения чувств, познания мира, отношений между людьми. Игра является самой привычной деятельностью для ребенка и несет много информации для наблюдательного взрослого. Игра терапевтична сама по себе, в игре ребенок может стать хозяином положения, устанавливать свои правила, он властелин в этом мире, а значит сильнейший. Играя, ребенок в

условном, символическом смысле переживает травмирующие жизненные обстоятельства, происходит их эмоциональное отреагирование и снижается напряжение. Если у ребенка есть возможность поиграть, он становится сам себе психотерапевтом.

8. Используйте сказки в борьбе со страхами. Язык метафор, встречающийся в сказках, - мощный инструмент воздействия на психику с целью помочь ребенку наладить отношения с окружающим миром. Используйте как готовые сказки, так и сочинять сказки сами. Каждая сказка содержит в себе главную проблему и пути ее решения. Сочиняя сказку, родители должны сделать так, чтобы ребенок отождествил себя с героем сказки, который побеждает свои страхи тем или иным способом. Предложите ребенку несколько сюжетов, чтобы он мог выбрать для себя близкий по духу.

9. Всегда старайтесь найти истинную причину детского страха. Причины могут крыться как в возрастных особенностях ребенка, так и в событиях, происходящих внутри семьи или ближайшем окружении ребенка. Отсутствие должного внимания к причине страха может свести на нет все попытки избавить ребенка от него. Причины страхов могут быть самыми разнообразными: излишняя строгость по отношению к ребенку в семье, внушение страхов взрослыми или сверстниками, испуг, ранняя интеллектуализация ребенка, психотравма (развод родителей, смерть близкого человека, насилие).

10. Детей никогда не следует пугать ради послушания. По мере развития ребенка ему указывают на реальные опасности, но никогда не запугивают мнимыми коллизиями.

11. Не следует оставлять маленького ребенка одного в незнакомой ему обстановке, в ситуации, когда возможно появление чего-то неожиданного для ребенка. Ребенок должен оказаться в неизвестной еще ему ситуации только рядом с взрослым.

12. Не берите с собой ребенка на «взрослые» мероприятия – на стадионы, многочасовые шоу, эмоционально окрашенные зрелища, в гости, где бу-

дет большое скопление людей: чужие эмоции возбуждают и не дают возможности успокоиться.

13. Следите за своим эмоциональным состоянием. Дети с самого рождения очень чувствительны к эмоциональному состоянию мамы и других близких. Ваше раздражение, напряжение, беспокойство легко передается малышу. Даже если причины вашего беспокойства связаны, например, с работой, ребенок просто «считает» эту эмоцию и тоже начнет беспокоиться.

14. Следите за своей речью, за тем, что вы говорите в присутствии ребенка. Многие слова взрослых дети понимают буквально, это связано с особенностями детской психики. Например, девочка четырех лет услышала слова бабушки, которая разговаривала по телефону: «В этом году муравьи на даче просто с ума сошли, пожирают все, что попадает на их пути». У девочки появился панический страх муравьев.

15. Избегайте переноса на ребенка своих страхов и переживаний. Много детских страхов возникает по вине взрослых. Страхами, как и вирусами, можно заразиться от людей, с которыми общаешься очень близко. Как показывает практика психологического консультирования, у детей часто бывают страхи их родителей (страхи, которые у родителей были в детстве и те, которые существуют в настоящий момент). Чаще всего это страхи животных, одиночества, детского сада. Будьте критичны к собственному состоянию и собственным страхам, чтобы оградить детей от переноса на них своих переживаний. Если вы сможете отделять свои чувства от чувств ребенка, этим вы облегчите жизнь и себе и ему.

16. Ребенок должен достаточно (по возрасту) ориентироваться в окружающем его мире. Неведение, низкий уровень ориентации ребенка в окружающем его мире провоцируют многие страхи. С другой стороны, излишняя информация (фильмы, художественные произведения), которую ребенок еще не в силах понять также может стимулировать возникновение страхов.

17. Не стремитесь к ранней интеллектуальной нагрузке ребенка, игнорирующей возрастные нормы восприятия и переработки информации (раннее

чение, письмо, математика): перегрузка, ситуация неуспеха ослабляет психологическую устойчивость и добавляет новые страхи.

18. Обратите особое внимание на развитие самостоятельности ребенка, она напрямую связана с уверенностью ребенка в себе и помогает бороться с робостью и тревожностью.

19. Не допускайте слишком большого напряжения внутрисемейных событий, не увлекайтесь порицаниями на повышенных тонах – это усиливает тревожность ребенка.

Так же нами была разработана **коррекционно-развивающая программа** по преодолению страхов у старших дошкольников.

Цель программы – создание условий для преодоления страхов у детей старшего дошкольного возраста. Психологическая поддержка детей, имеющих различные страхи.

Задачи:

1. Нейтрализовать страхи и эмоционально-отрицательные переживания у детей 6-7 лет.
2. Обучение детей старшего дошкольного возраста игровому проигрыванию своих переживаний.
3. Обучение детей старшего дошкольного возраста адекватной психологической защите.

Оптимальное количество участников: 5 – 7 человек

Продолжительность занятий: 30 минут 2 раза в неделю

Критерии эффективности программы:

- повышение уверенности в себе;
- снижение тревожности;
- снижение количества страхов;

Структура игрового занятия.

Ритуал приветствия – 2 минуты. Разминка - 10 минут.

Коррекционно-развивающий этап- 20 минут

Подведение итогов- 6 минут. Ритуал прощания – 2 минуты

Тематический план занятий указан в табл. 2.3.1.

Таблица 2.3.1

## Тематический план занятий

№	Наименование Тем	Всего часов
1.	Диагностика уровня и количества страхов	3,5 ч. (7 чел. по 30 мин.)
2.	Тема 1. «Я не один»	
	Занятие №1 Тема. Здравствуйте, это я. Цель: повышение позитивного настроения и сплочения детей, эмоциональное и мышечное расслабление.	30 мин.
	Занятие №2 Тема. Мое имя. Цель: раскрытие своего "Я", формирование чувства близости с другими людьми, достижение взаимопонимания и сплочённости .	30 мин.
	Занятие №3. Тема. Не страшно, а смешно! Цель: обеспечить пути поиска преодоления страха; способствовать развитию эмпатии, умению сопереживать другим.	30 мин.
	Тема 3. «Сказочный страх»	
	Занятие №4. Тема. Не боимся паука. Цель: содействовать развитию навыков оценки своего поведения и поведения окружающих, учить справляться со страхами через рисунки.	30 мин.
	Занятие № 5. Тема. Почему грустил трусишка. Цель: формировать навыки выражения эмоционального настроения	30 мин.
	Занятие №6. Тема. Смелость города берет. Цель: способствовать развитию смелости, пре-	30 мин.

	одолению страхов.	
	Занятие №7 Тема: У страха глаза велики. Цель: создать благоприятные условия для активизации детей, способствовать снятию страха.	30 мин.
	Занятие №8. Тема. Страх мой – враг мой. Цель: создавать условия для преодоления у детей чувства страха.	30 мин.
	Тема 4. «Я принимаю решение»	
	Занятие №9. Тема: Смелый трусишка. Цель: совершенствовать пути преодоления страха.	30 мин.
	Занятие №10 Тема: А вкусная была капуста. Цель: способствовать развитию поиска путей для преодоления чувства страха.	30 мин.
	Тема 5. «Отрицательные эмоции»	
	Занятие №11 Тема. Поединок двух страхов. Цель: способствовать развитию смелости, преодолению страхов.	30 мин.
	Тема 6. «Страшный сон»	
	Занятие 12. Тема. Спать пора. Цель: формировать навыки поведения, сравнивать с поведением других.	30 мин.
	Занятие №13 Тема. Моя кровать – моя крепость. Цели: содействовать развитию умения справляться с чувством страха, способствовать развитию эмпатии, умению сопереживать другим.	30 мин.
	Тема 7. «Мой опыт»	
	Занятие 14. Тема. Как побороть страх. Цель: способствовать развитию смелости, преодолению страхов.	30 мин.
3.	Контрольная диагностика	3,5 ч. (7 чел. по 30 мин.)
	Итого	14 час

Содержание коррекционно-развивающей программы изложено в Приложении 4.

В ходе проведенного нами исследования нами были выделены неблагоприятные характеристики родительского воспитания (высокая степень тревожности за ребенка, авторитарный стиль воспитания, эмоциональная дистанция, отсутствие сотрудничества, требовательность, автономность), а также проверена их связь с выраженностью страхов детей старшего дошкольного возраста. Гипотеза о том, что выраженность страхов у старших дошкольников определяется разными характеристиками родительского воспитания, а именно, неблагоприятные характеристики воспитания увеличивают выраженность страхов старших дошкольников, а благоприятные уменьшают, была подтверждена.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В последнее десятилетие интерес российских психологов к изучению страхов существенно усилился в связи с резкими изменениями в жизни общества, порождающими неопределенность и непредсказуемость будущего и, как следствие, переживания эмоциональной напряженности, страха и тревоги. Вместе с тем необходимо отметить, что и в настоящее время в нашей стране страхи исследуются преимущественно в узких рамках конкретных, прикладных проблем.

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, говорят о нервной ослабленности малыша, неправильном поведении родителей.

Проведенный в связи с этим теоретический анализ позволил нам сделать следующие выводы.

Страх – эффективное (эмоционально заострённое) отражение в сознании человека конкретной угрозы для его жизни и благополучия. Страх – эмоция, возникающая в ситуациях угрозы биологическому или социальному существованию человека и направленная на источник действительной или воображаемой опасности.

Старший дошкольный возраст играет особую роль в психическом развитии ребенка, это период активного развития и становления познавательной деятельности и структур межличностного общения.

Особенности детско-родительских отношений в исследованиях многих психологов и педагогов определяются, как особенно значимые. Эти отношения – обязательная предпосылка становления личности ребёнка. В процессах общения он вырабатывает коммуникативные умения и навыки, формирует знания об окружающих и о собственном «Я».



Среди первопричин, вызывающих страхи, выделяют неправильный подход в процессе воспитания. Проблема влияния семейного окружения на особенности эмоционального развития ребенка представляет большой интерес для исследователей в области психологии развития. Семья играет в развитии ребёнка значительную роль, опосредует взаимодействие с окружающей действительностью. Проведенные исследования по указанной теме, показывают, что психологический аспект семейного воспитания остается важнейшим и составляет основу этого процесса.

Нами была выдвинута гипотеза о том, что выраженность страхов у старших дошкольников определяется разными характеристиками родительского воспитания, а именно, неблагоприятные характеристики воспитания увеличивают выраженность страхов старших дошкольников.

Для проверки гипотезы было организовано эмпирическое исследование. Были получены данные, которые в обобщенном виде представлены в следующем виде. Родители испытывают по отношению к ребенку в основном отрицательные чувства: раздражение, злость, досаду, ненависть, считают ребенка неудачником, не верят в его будущее, низко оценивают его способности и третируют ребенка, в результате чего ребенок предоставляется самому себе, вокруг него образуется психотравмирующая ситуация, ведущая к повышенной тревожности, способствует появлению, развитию и усилению страхов.

Наиболее благоприятная ситуация для появления и укрепления страхов возникает, когда родители используют в воспитании авторитарную стратегию. Часто такие родители проецируют агрессивные формы поведения. Поэтому ребенок, подражая им, терпит неудачи в процессе общения, настраивая против себя сверстников, оказываясь, таким образом, в изоляции. Все это способствует возникновению у него большого количества страхов

Изучение характеристик родительского воспитания, что чем выше результаты по неблагоприятным характеристикам, тем выше выраженность страхов у детей старшего дошкольного возраста.

Дальнейшее развитие данной проблемы мы видим в разработке комплексной программы коррекции и профилактики страхов старших дошкольников.

**СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ**

1. Андреева, Т.В. Семейная психология: Учеб. пособие. – СПб.: Речь, 2004. – 244 с.
2. Большой толковый психологический словарь. / Перевод с англ. Ребер Артур. – М.: АСТ, Вече, 2001. – 560 с.
3. Вайзман Н.П. Реабилитационная педагогика – М., 1996. – 247 с.
4. Варга, А.Я. Типы неправильного родительского отношения: Автореф. дис. канд. психол. наук – М., 1987.
5. Введение в психологию. / Под. ред. А.В. Петровского. – М.: Академия, 1998. – 576 с.
6. 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», 2007. – 624 с.
7. Гарбузов В.И. Практическая психотерапия, или как вернуть ребенку и подростку уверенность в себе, истинное достоинство и здоровье. – Санкт-Петербург, АО «Сфера», 1994 -160 с.
8. Вологодина Н.Г. Детские страхи днем и ночью. – Ростов н/Д.: Феникс, 2006 – 342 с.
9. Даль В. Толковый словарь живого великорусского языка. В 4-х кн., кн. 4. – М.: «Русский язык», 1982.
10. Диагностика психических состояний детей дошкольного возраста: Учебно-методическое пособие. /Сост. Велиева С.В. – СПб: Речь, 2005 – 189 с.
11. 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 – 256 с.

12. Дубровина И.В. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми: Учеб. пособие под. ред. Дубровиной И.В. – М.: «Академия», 1998 – 190 с.
13. Ежкова Н.С. Развитие эмоций в совместной с педагогом деятельности: Эмоциональное развитие детей дошкольного возраста // Дошкольное воспитание. – 2012. – №1. – С. 20–27.
14. Захаров А.И. Дневные и ночные страхи у детей. Серия – «Психология ребёнка». – СПб: 2000. – 448 с.
15. Захаров А.И. Как преодолеть страхи у детей. – М.: Педагогика, 1986. – 112 с.
16. Захаров А.И. Как предупредить отклонения в поведении ребенка. – М.: Просвещение, 1993. – 115 с.
17. Зубкова А.С., Зубанова С.Г. Книга для родителей. Детские страхи / А.С. Зубкова, С.Г. Зубанова. – Ярославль.: Академия развития, 2007 – 165 с.
18. Изард К.Э. Психология эмоций. / Перевод с англ. – СПб: Издательство «Питер», 2000. – 464 с.
19. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. – СПб: Питер, 2001. – 752 с
20. Изотова Е.И., Никофорова Е.В. Эмоциональная сфера ребенка: теория и практика: Учебн. Пособие для студентов высших учебных заведений. – М. «Академия». – 2004 – 270 с.
21. Карвасарский Б.Д. Медицинская психология. – М., 1982 – 271 с.
22. Климанова Ю. Нарисуй свой страх: Детские страхи. // Семья и школа. – 1999. – №9. – С. 22 – 24.
23. Клайн В. Как подготовить ребенка к жизни. – М., 1991. – 134 с.
24. Котова, Е.В. Исследование особенностей детско-родительских отношений: Учебное пособие по курсу «Психология семьи и семейное консультирование». – Красноярск: РИО КГПУ, 2003–128 с.
25. Краткий психологический словарь. / Сост. Л.А. Карненко. Ред. А.В. Петровский, М.Г. Ярошевский. – М.: Политиздат, 1985. – 431 с.
26. Левис Ш. Ребёнок и стресс. – СПб., 1997 г. – 320 с.

27. Милюкова, В.И. Экспериментальное исследование специфики материнской и отцовской любви // Сб. научных трудов-аспирантов Курганского университета. – Курган: КГУ, 2014 – С. 64–65.
28. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество: Учебник для студ. Вузов. – 4-е изд., стереотип. – М.: Издательский центр «Академия», 1999. – 456 с.
29. Овчарова Р.В. Практическая психология – М., 1996. – 337 с.
30. Основы психологии семьи и семейного консультирования / под ред. Н.Н. Посысоева. – М.: Владос-Пресс, 2004. – 328 с.
31. 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.
32. Популярная психология: Хрестоматия: Учеб. пособие для студ. пед. институтов. / Сост. В.В. Мираненко. – М.: Просвещение, 1990. – 399 с.
33. Психологический словарь. / Под. ред. Ю.Л. Неймера. – Ростов н/Д.: Феникс, 2003. – 604 с.
34. Рогов Е.И. Настольная книга психолога. М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 1998. – 384 с.
35. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии – СПб, 2003. – 713 с.
36. Синягина, Н.Ю. Психолого-педагогическая коррекция детско-родительских отношений /Н.Ю. Синягина – М.: ВЛАДОС, 2003. – 95 с.
37. Смирнова, Е.В., Быкова М.В. Опыт исследования структуры и динамики родительского отношения / [www.erudition.ru](http://www.erudition.ru)
38. Спиваковская А.С. Психотерапия: игра, детство, семья. Том 2. – ООО Апрель Пресс, ЗАО Изд-во ЭКСМО – Пресс, 2000. – 430 с.
39. Степанов С.А. Стратегии семейного воспитания /С.А. Степанов // Школьный психолог – 2000. – №5. – С. 21–22
40. Татаринцева А.Я., Григорчук М.Ю. Детские страхи: куклотерапия в помощь детям. СПб.: Речь, 2007 – 135 с.

41. Урунтаева Г.А. Дошкольная психология. М.: Академия, 1997. – 332 с.
42. Фрейд З. Страх // Введение в психоанализ. Лекции. – М., 1989. – С. 250–263;
43. Фрейд З. Психология бессознательного. – М., 1989. – 296 с.
44. Фромм А. Азбука для родителей или как помочь ребенку в трудной ситуации, – Екатеринбург: Изд-во АРД ЛТД., 1997. – 250 с.
45. Шишова Т.Л. Как помочь ребенку избавиться от страхов. Страхи – это серьезно. – СПб.: Речь, 2007 – 195 с.
46. Щербатых Ю.В. Психология страха: Популярная энциклопедия. – М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2007 – 342 с.
47. Эберлейн Г. Страхи здоровых детей. / Пер. с нем. Ю. Лукоянова. – М.: Знание, 1981 – 192 с.
48. Эйдемиллер, Э.Г. Психология и психотерапия семьи/ Э.Г. Эйдемиллер, В. Юстицкис. – СПб.: Питер, 2000 – 656 с.
49. Эмоции, страх, стресс // Вопросы психологии - 2016 , – №4, стр. 13–23 с.
50. Эмоциональное развитие дошкольника / Под ред. Кошелевой. – М.: Просвещение, 1987. – 264 с.
51. Эмоции, страх, стресс. // Вопросы психологии. – 2016. – №4. – С. 12 – 16.
52. Юрчук В.В. Современный словарь по психологии. – Мн.: Элайда, 2000 – 704 с.

## ПРИЛОЖЕНИЯ

### Приложение 1.

#### Диагностические методики

##### 1. Методика выявления детских страхов "Страхи в домиках"

Авторы методики: А.И. Захаров и М. Панфилова

Цель: выявление и уточнение преобладающих видов страхов (страх темноты, одиночества, смерти, медицинские страхи и т. д.) у детей старше 3-х лет. Прежде чем помочь детям в преодолении страхов, необходимо выяснить, весь спектр страхов и каким конкретно страхам они подвержены.

Данная методика подходит в тех случаях, когда ребенок еще плохо рисует или не любит рисовать (хотя такое задание даже не интересующиеся рисованием дети принимают обычно с удовольствием). Взрослый рисует контурно два дома (на одном или на двух листах) : черный и красный. И потом предлагает расселить в домики страхи из списка (взрослые называют по очереди страхи). Записывать нужно те страхи, которые ребенок поселил в черный домик, т.е. признал, что он боится этого. У детей постарше можно спросить: "Скажи, ты боишься или не боишься ...".

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

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

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

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

#### Страхи

Ты боишься:

1. когда остаешься один;
2. нападения;
3. заболеть, заразиться;
4. умереть;
5. того, что умрут твои родители;
6. каких-то детей;
7. каких-то людей;
8. мамы или папы;
9. того, что они тебя накажут;
10. Бабы Яги, Кощея Бессмертного, Бармалея, Змея Горыныча, чудовища. (У школьников к этому списку добавляются страхи невидимок, скелетов, Черной руки, Пиковой Дамы -вся группа этих страхов обозначена как страхи сказочных персонажей);
11. перед тем как заснуть;
12. страшных снов (каких именно);



13. темноты;
14. волка, медведя, собак, пауков, змей (страхи животных);
15. машин, поездов, самолетов (страхи транспорта);
16. бури, урагана, наводнения, землетрясения (страхи стихии);
17. когда очень высоко (страх высоты);
18. когда очень глубоко (страх глубины);
19. в тесной маленькой комнате, помещении, туалете, переполненном автобусе, метро  
(страх замкнутого пространства);
20. воды;
21. огня;
22. пожара;
23. войны;
24. больших улиц, площадей;
25. врачей (кроме зубных);
26. крови (когда идет кровь);
27. уколов;
28. боли (когда больно);
29. неожиданных, резких звуков, когда что-то внезапно упадет, стукнет  
(боишься,  
вздрагиваешь при этом);
30. сделать что-либо не так, неправильно (плохо - у дошкольников);
31. опоздать в сад (школу);

Все перечисленные здесь страхи можно разделить на несколько групп:

- медицинские страхи- боль, уколы, врачи, болезни;
- страхи, связанные с причинением физического ущерба - транспорт, неожиданные
- звуки, пожар, война, стихии;
- страх смерти (своей);
- боязнь животных ;

- страхи сказочных персонажей;
- страх темноты и кошмарных снов;
- социально-опосредованные страхи - людей, детей, наказаний, опозданий, одиночества;
- пространственные страхи - высоты, глубины, замкнутых пространств;

Наличие большого количества разнообразных страхов у ребенка - это показатель преневротического состояния .

Так, присущие детям средней группы (4-5 лет), наиболее выраженные страхи:

выраженные страхи

у девочек у мальчиков

страх одиночества в 100% случаев 90%

страх смерти родителей 100% 70%

страх умереть 100% 30%

страх родителей 60% 90%

страх снов 100% 80%

страх войны 70% 90%

страх темноты 90% 60%

страх перед животными 90% 70%

страх чудовищ 40% 60%

страх высоты 70% 40%

страх глубины 30% 30%

страх замкнутого пространства 30% 40%

страх огня и пожара 100% 70%

страх перед врачами 20% 20%

страх крови 50% 30%

страх перед уколами 50% 30%

страх боли 40% 50%

страх резких звуков 30% 30%

Для детей подготовительной группы (5-7 лет ) характерны такие страхи:

выраженные страхи

у девочек у мальчиков

страх перед нападением 70% 90%

страх умереть 100% 50%

страх смерти родителей 100% 60%

страх перед папой и мамой 90% 90%

страх наказания 70% 100%

страх чудовищ 50% 80%

страх глубины 90% 40%

страх перед стихией 80% 60%

страх высоты 90% 40%

страх пожара 100% 60%

боязнь врачей и боли 80% 50%

боязнь крови 100% 20%

боязнь уколов 90% 40%

страх перед неожиданными звуками 100% 60%

страх темноты 60% 40%

страх увидеть страшные сны 70% 40%

страх замкнутого пространства 70% 20%

страх войны 70% 60%

страх огня 60% 60%

страх больших улиц 20% 20%

Возрастные особенности появления страхов

Младший дошкольный возраст

Боязнь сказочных персонажей, уколов, боли, крови, высоты, неожиданных звуков, одиночества, темноты, замкнутого пространства.

Старший дошкольный возраст

Страх смерти, смерти родителей, страх животных, сказочных персонажей, глубины, страшных снов, огня, пожара, нападения, страх войны.

Младший школьный возраст

Страх опоздания в школу, порицания, сделать что-нибудь не так, страх несчастья

(магические представления).

Подростковый возраст

Страх смерти родителей, страх войны.

Возрастные нормы

(по А. И. Захарову)

Среднее число страхов

В дошкольном возрасте: — у девочек = 10,3; - у мальчиков — 8,2;

В школьном возрасте: — у мальчиков = 6,9; - у девочек = 9,2.

Среднее число страхов у детей (по полу и возрасту)

Возраст	Мальчики	Девочки
3	9	7
4	7	9
5	8	11
6	9	11
7д	9	12
7ш	6	9
8	6	9
9	7	10
10	7	10
11	8	11
12	7	8
13	8	9
14	6	9
15	6	7

## 2. Опросник С. Степанова "Стили родительского поведения"

С помощью этого нехитрого теста попробуйте оценить свою собственную стратегию семейного воспитания. Из четырех вариантов ответа выберите самый для вас предпочтительный.

1. Чем, по вашему мнению, в большей мере определяется характер человека — наследственностью или воспитанием?

А. Преимущественно воспитанием.

Б. Сочетанием врожденных задатков и условий среды.

В. Главным образом врожденными задатками.

Г. Ни тем, ни другим, а жизненным опытом.

2. Как вы относитесь к мысли о том, что дети воспитывают своих родителей?

А. Это игра слов, софизм, имеющий мало отношения к действительности.

Б. Абсолютно с этим согласен.

В. Готов с этим согласиться при условии, что нельзя забывать и о традиционной роли

родителей как воспитателей своих детей.

Г. Затрудняюсь ответить, не задумывался об этом.

3. Какое из суждений о воспитании вы находите наиболее удачным?

А. Если вам больше нечего сказать ребенку, скажите ему, чтобы он пошел умыться (Эдгар Хоу)

Б. Цель воспитания — научить детей обходиться без нас (Эрнст Легове)

В. Детям нужны не поучения, а примеры (Жозеф Жубер)

Г. Научи сына послушанию, тогда сможешь научить и всему остальному (Томас Фуллер)

4. Считаете ли вы, что родители должны просвещать детей в вопросах пола?

А. Меня никто этому не учил, и их сама жизнь научит.

Б. Считаю, что родителям следует в доступной форме удовлетворять возникающий у детей интерес к этим вопросам.

В. Когда дети достаточно повзрослеют, необходимо будет завести разговор и об этом. А в школьном возрасте главное — позаботиться о том, чтобы оградить их от проявлений безнравственности.

Г. Конечно, в первую очередь это должны сделать родители.

5. Следует ли родителям давать ребенку деньги на карманные расходы?

А. Если попросит, можно и дать.

Б. Лучше всего регулярно выдавать определенную сумму на конкретные цели и контролировать расходы.

В. Целесообразно выдавать некоторую сумму на определенный срок (на неделю, на месяц), чтобы ребенок сам учился планировать свои расходы.

Г. Когда есть возможность, можно иной раз дать ему какую-то сумму.

6. Как вы поступите, если узнаете, что вашего ребенка обидел одноклассник?

А. Огорчусь, постараюсь утешить ребенка.

Б. Отправлюсь выяснять отношения с родителями обидчика.

В. Дети сами лучше разберутся в своих отношениях, тем более что их обиды недолги.

Г. Посоветую ребенку, как ему лучше себя вести в таких ситуациях.

7. Как вы отнесетесь к сквернословии ребенка?

А. Постараюсь довести до его понимания, что в нашей семье, да и вообще среди порядочных людей, это не принято.

Б. Сквернословие надо пресекать в зародыше! Наказание тут необходимо, а от общения с невоспитанными сверстниками ребенка впредь надо оградить.

В. Подумаешь! Все мы знаем эти слова. Не надо придавать этому значения, пока это не выходит за разумные пределы.

Г. Ребенок вправе выражать свои чувства, даже тем способом, который нам не по душе.

8. Дочь-подросток хочет провести выходные на даче у подруги, где соберется компания сверстников в отсутствие родителей. Отпустили бы вы ее?

А. Ни в коем случае. Такие сборища до добра не доводят. Если дети хотят отдохнуть и повеселиться, пускай делают это под надзором старших.

Б. Возможно, если знаю ее товарищей как порядочных и надежных ребят.

В. Она вполне разумный человек, чтобы самой принять решение. Хотя, конечно, в ее отсутствие буду немного беспокоиться.

Г. Не вижу причины запрещать.

9. Как вы отреагируете, если узнаете, что ребенок вам солгал?

А. Постараюсь вывести его на чистую воду и пристыдить.

Б. Если повод не слишком серьезный, не стану придавать значения.

В. Расстроюсь

Г. Попробую разобраться, что его побудило солгать.

10. Считаете ли вы, что подаете ребенку достойный пример?

А. Безусловно.

Б. Стараюсь.

В. Надеюсь.

Г. Не знаю.

Обработка результатов

Отметьте в таблице выбранные вами варианты ответов и определите их соответствие одному из типов родительского поведения. Чем больше преобладание одного из типов ответов, тем более выражен в вашей семье определенный стиль воспитания.

Если среди ваших ответов не преобладает какая-то одна категория, то речь, вероятно, идет о противоречивом стиле воспитания, когда отсутствуют четкие принципы, и поведение родителей диктуется сиюминутным настроением. Постарайтесь понять, каким же вы все-таки хотите видеть своего ребенка, а также самого себя как родителя.

Авторитетный стиль. Самый оптимальный тип воспитания! Вы осознаете свою важную роль в становлении личности ребенка, но и за ним самим признаете право на саморазвитие.

Трезво понимаете, какие требования необходимо диктовать, какие об-суждать. В разумных пределах готовы пересматривать свои позиции.

Авторитарный стиль. Вы хорошо представляете, каким должен вырасти ваш ребенок, и прилагаете к этому максимум усилий. В своих требованиях вы, вероятно, очень категоричны и неуступчивы. Неудивительно, что ребенку порой неуютно под вашим контролем.

Либеральный стиль. Вы высоко цените своего ребенка, считаете про-стительными его слабости. Легко общаетесь с ним, доверяете ему, не склон-ны к запретам и ограничениям. Однако стоит задуматься: по плечу ли ребен-ку такая свобода?

Равнодушный стиль. Проблемы воспитания не являются для вас перво-степенными, поскольку у вас иных забот немало. Свои проблемы ребенку в основном приходится решать самому. А ведь он вправе рассчитывать на большее участие и поддержку с вашей стороны!

Бланк ответов (тест «Стили воспитания в семье»)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
А	б	в	в	г	в	г	а	б	г	б
Авт	а	а	г	в	б	б	б	а	а	а
Л	в	б	б	б	а	а	г	в	в	в
Р	г	г	а	а	г	в	в	г	б	г

3. Опросник «Взаимодействие родитель-ребенок» (И.М. Марковская)  
Практическая работа с родителями показала недостаточность средств, которые могут быть использованы для диагностики роди-тельско-детских отношений и взаимодействия. Оказалось важным знать не только оценку одной стороны – родителей, но и видения этого взаимодействия со стороны детей. В качестве оснований для



шкал опросника автором были взяты следующие параметры, выделяемые в ряде исследований по данной проблеме: автономия-контроль (Е.С.Шеффер, Р.К.Белл); отвержение-принятие (А.И.Захаров, А.Я.Варга); требовательность (О.Коннер); степень эмоциональной близости (В.Шутц, Г.Т.Хоментаскас); строгость (П.Слатер); непоследовательность-последовательность (А.И.Захаров); сотрудничество (Р.Ф.Бейлз); согласие (Р.Ф.Бейлз); авторитетность (И.Марковская); удовлетворенность (И.Марковская). Взрослый и детский варианты опросника включают по 60 вопросов и имеют аналогичную структуру.

Вариант для родителей дошкольников и младших школьников.

Инструкция. Отметьте степень согласия со следующими утверждениями по 5-балльной системе. Оцените утверждения отдельно для каждого ребенка в бланке ответов.

5 – несомненно, да (очень сильное согласие);

4 – вобщем, да;

3 – и да, и нет;

2 – скорее нет, чем да;

1 – нет (абсолютное несогласие)

1. Если уж я чего-то требую от него (нее), то обязательно добьюсь этого.
2. Я всегда наказываю его (ее) за плохие поступки.
3. Он (а) сам (а) обычно решает, какую одежду надеть.
4. Моего ребенка смело можно оставлять без присмотра.
5. Сын (дочь) может рассказать мне обо всем, что с ним (ней) происходит.
6. Думаю, что он (а) ничего не добьется в жизни.
7. Я чаще говорю ему (ей) о том, что мне в нем не нравится, чем о том, что нравится.

8. Часто мы совместно справляемся с домашней работой.
9. Я постоянно беспокоюсь за здоровье ребенка.
10. Я чувствую, что непоследователен (льна) в своих требованиях.
11. В нашей семье часто бывают конфликты.
12. Я бы хотел (а), чтобы он (а) воспитал (а) своих детей так же, как я его (ее).
13. Он (а) редко делает с первого раза то, о чем я прошу.
14. Я его (ее) очень редко ругаю.
15. Я стараюсь контролировать все его (ее) действия и поступки.
16. Считаю, что для него (нее) главное – это слушаться меня.
17. Если у него (нее) случается несчастье, в первую очередь он (а) делится со мной.
18. Я не разделяю его (ее) увлечений.
19. Я не считаю его (ее) таким умным и способным, как мне хотелось бы.
20. Могу признать свою неправоту и извиниться перед ним (ней).
21. Я часто думаю, что с моим ребенком может случиться что-то ужасное.
22. Мне трудно бывает предсказать свое поведение по отношению к нему (ней).
23. Воспитание моего ребенка было бы гораздо лучше, если бы другие члены семьи не мешали.
24. Мне нравятся наши с ним (ней) отношения.
25. Дома у него (нее) больше обязанностей, чем у большинства его (ее) друзей.
26. Приходится применять к нему (ней) физические наказания.
27. Ему (ей) приходится поступать так, как я говорю, даже если он (а) не хочет.
28. Думаю, я лучше него (нее) знаю, что ему (ей) нужно.
29. Я всегда сочувствую своему ребенку.

30. Мне кажется, я его (ее) понимаю.
31. Я бы хотел (а) в нем (в ней) многое изменить.
32. При принятии семейных решений всегда учитываю его (ее) мнение.
33. Думаю, что я тревожная мама (тревожный папа).
34. Мое поведение часто бывает для него (нее) неожиданным.
35. Бывает, что, когда я наказываю ребенка, мой муж (жена, бабушка и т.п.) начинает упрекать меня в излишней строгости.
36. Считаю, что в целом правильно воспитываю своего сына (дочь).
37. Я предъявляю к нему много требований.
38. По характеру я мягкий человек.
39. Я позволяю ему (ей) гулять одному во дворе дома.
40. Я стремлюсь оградить его (ее) от трудностей и неприятностей жизни.
41. Я не допускаю, чтобы он (а) подмечал (а) мои слабости и недостатки.
42. Мне нравится его (ее) характер.
43. Я часто критикую его (ее) по мелочам.
44. Всегда с готовностью его (ее) выслушиваю.
45. Считаю, что мой долг – оградить его (ее) от всяких опасностей.
46. Я наказываю его (ее) за такие поступки, которые совершаю сам (а).
47. Бывает, я невольно настраиваю ребенка против других членов семьи.
48. Я устаю от повседневного общения с ним (ней).
49. Мне приходится заставлять его (ее) делать то, что он (она) не хочет.
50. Я прощаю ему (ей) то, за что других наказали бы.
51. Мне хотелось бы знать о нем (ней) все: о чем он (а) думает, как относится к своим друзьям и т.д.
52. Он (а) сам (а) выбирает, чем заниматься дома в свободное время.
53. Думаю, что для него (нее) я самый близкий человек.
54. Я приветствую его (ее) поведение.

55. Я часто высказываю свое недовольство им (ею).
56. Принимаю участие в делах, которые придумывает он (а).
57. Я часто думаю, что кто-то может обидеть его (ее).
58. Бывает, что упрекаю и хвалю его (ее), в сущности, за одно и то же.
59. Случается, что если я говорю ему (ей) одно, то муж (жена, бабушка и т.п.) специально говорит наоборот.
60. Мне кажется, мои отношения с ребенком лучше, чем в семьях большинства моих знакомых.

Подсчет и обработка результатов опросника ВРР. Все три формы опросника (детская и взрослые) обрабатываются по сходной схеме. Подсчитывается общее количество баллов по каждой шкале, при этом учитывается, прямые это утверждения или обратные. Обратные утверждения переводятся в балы таким образом: ответы 1 2 3 4 5 баллы 5 4 3 2 1 В бланках-ключах обратные вопросы обозначены звездочками, поскольку шкалы 3 и 5 содержат по 10 утверждений, а не по 5, как в остальных, то арифметическая сумма баллов по этим шкалам делится на 2. суммарная оценка проставляется в последнем столбце регистрационного бланка. Каждая строка бланка для ответов принадлежит одной шкале (см. ключ). Например, к 1-й шкале относятся утверждения 1, 13, 25, 37, 49; к 10-й шкале – 12, 24, 36, 48, 60; к 3-й шкале – 3, 4, 15, 16, 27, 28, 39, 40, 51, 52 и т.д

	Баллы		Баллы		Баллы		Баллы		Баллы	Сумма по каждой шкале
1		13	***	25		37		49		1.
2		14	***	26		38	***	50	***	2.
3	***	15		27		39	***	51		3.
4	***	16		28		40		52	***	/2
5		17		29		41	***	53		4.
6	***	18	***	30		42		54	***	5.
7	***	19	***	31	***	43	***	55		/2
8		20		32		44		56		6.
9	***	21		33		45		57	***	7.
10	***	22	***	34	***	46	***	58	***	8.
11		23		35		47		59		9.
12		24		36		48	***	60		10.

1. Нетребовательность – требовательность.
2. Мягкость – строгость.
3. Автономность – контроль.
4. Эмоциональная дистанция – близость.
5. Отвержение – принятие.
6. Отсутствие сотрудничества – сотрудничество.
7. Тревожность за ребенка.
8. Непоследовательность – последовательность.
9. Воспитательная конфронтация в семье.
10. Удовлетворительность отношениями с ребенком.

## Сводные таблицы данных

Таблица 1.

Сводная таблица данных по видам и количеству страхов у старших дошкольников.

(б.)

№п/п	пол	медицинские страхи-боль, уколы, врачи, болезни;(5)	страхи, связанные с причинением физического ущерба — транспорт, неожиданные звуки, пожар, война, стихии;(7)	страх смерти (2)	боязнь животных (1)	страхи сказочных персонажей(1)	
1		2	1	5	2	1	1
2		2	0	0	2	1	1
3		2	2	1	2	0	0
4		1	1	2	2	0	1
5		2	5	5	2	1	1
6		1	3	5	2	1	1
7		2	0	0	0	0	1
8		2	1	0	0	0	0
9		2	0	0	1	0	0
10		2	0	4	2	1	1
11		1	3	5	2	1	1
12		1	0	4	2	1	1
13		2	2	3	2	1	1
14		1	0	3	2	1	1
15		2	1	5	2	1	1
16		2	0	0	2	1	1
17		2	2	1	2	0	0
18		1	1	2	2	0	1
19		2	5	5	2	1	1
20		1	3	5	2	1	1
21		2	0	0	0	0	1
22		2	1	0	0	0	0
23		2	0	0	1	0	0
24		2	0	4	2	1	1
25		1	3	5	2	1	1
26		1	0	4	2	1	1
27		2	2	3	2	1	1
28		1	0	3	2	1	1
29		2	1	5	2	1	1
30		2	0	0	2	1	1
31		2	2	1	2	0	0
32		1	1	2	2	0	1
33		2	5	5	2	1	1
34		1	3	5	2	1	1
35		2	0	0	0	0	1
36		2	1	0	0	0	0
37		2	0	0	1	0	0
38		2	0	4	2	1	1
39		1	3	5	2	1	1
40		1	0	4	2	1	1
41		2	2	3	2	1	1
42		1	0	3	2	1	1

Таблица 1.(продолжение)

Сводная таблица данных по видам и количеству страхов у старших дошкольников. (б.)

№п/п	страх темноты и кошмарных снов(3)	социально-опосредованные страхи — людей, детей, наказаний, опозданий, одиночества;(8)	пространственные страхи — высоты, глубины, замкнутых пространств(4)	Общее количество	Уровень выраженности страхов	Стиль воспитания матери	Стиль воспитания отца
1	1	4	3	18	3	4	4
2	0	1	1	6	1	4	4
3	1	4	0	10	2	4	4
4	1	4	1	12	2	4	4
5	3	8	2	27	3	4	4
6	2	7	4	25	3	4	4
7	1	0	1	3	1	3	4
8	0	0	0	1	1	4	3
9	0	0	0	1	1	4	4
10	1	3	0	12	2	4	4
11	1	3	1	17	3	4	4
12	1	4	3	16	3	2	4
13	2	3	1	15	2	4	4
14	1	1	0	9	1	4	4
15	1	4	3	18	3	4	4
16	0	1	1	6	1	4	4
17	1	4	0	10	2	4	4
18	1	4	1	12	2	4	4
19	3	8	2	27	3	4	4
20	2	7	4	25	3	4	4
21	1	0	1	3	1	3	4
22	0	0	0	1	1	4	3
23	0	0	0	1	1	4	4
24	1	3	0	12	2	4	4
25	1	3	1	17	3	4	4
26	1	4	3	16	3	2	4
27	2	3	1	15	2	4	4
28	1	1	0	9	1	4	4
29	1	4	3	18	3	4	4
30	0	1	1	6	1	4	4
31	1	4	0	10	2	4	4
32	1	4	1	12	2	4	4
33	3	8	2	27	3	4	4
34	2	7	4	25	3	4	4
35	1	0	1	3	1	3	4
36	0	0	0	1	1	4	3
37	0	0	0	1	1	4	4
38	1	3	0	12	2	4	4
39	1	3	1	17	3	4	4
40	1	4	3	16	3	2	4
41	2	3	1	15	2	4	4
42	1	1	0	9	2	4	4

Сводная таблица данных по видам и характеристикам материнского воспитания. (б.)

мать	1.Нетребовательность – требовательность.	2.Мягкость – строгость.	3.Автономность – контроль.	4. Эмоциональная дистанция – близость	5.Отвержение – принятие	6.Отсутствие сотрудничества – сотрудничество.
1	12	10	15,5	15	19	21
2	16	16	15,5	18	19	21
3	18	16	13,5	20	18	20
4	12	15	19	22	22	19
5	16	14	13	22	20	20
6	17	13	13,5	18	19,5	18
7	15	18	13	16	19,5	20
8	11	6	19	24	21	21
9	15	13	19	19	15	19
10	12	11	12	23	19	24
11	15	13	19,5	22	20	22
12	15	17	10	19	20	20
13	11	15	18	19	20	17
14	13	9	11,5	21	19,5	20
15	12	10	15,5	15	19	21
16	16	16	15,5	18	19	21
17	18	16	13,5	20	18	20
18	12	15	19	22	22	19
19	16	14	13	22	20	20
20	17	13	13,5	18	19,5	18
21	15	18	13	16	19,5	20
22	11	6	19	24	21	21
23	15	13	19	19	15	19
24	12	11	12	23	19	24
25	15	13	19,5	22	20	22
26	15	17	10	19	20	20
27	11	15	18	19	20	17
28	13	9	11,5	21	19,5	20
29	12	10	15,5	15	19	21
30	16	16	15,5	18	19	21
31	18	16	13,5	20	18	20
32	12	15	19	22	22	19
33	16	14	13	22	20	20
34	17	13	13,5	18	19,5	18
35	15	18	13	16	19,5	20
36	11	6	19	24	21	21
37	15	13	19	19	15	19
38	12	11	12	23	19	24
39	15	13	19,5	22	20	22
40	15	17	10	19	20	20
41	11	15	18	19	20	17
42	13	9	11,5	21	19,5	20



Таблица 2. (продолжение)

Сводная таблица данных по видам и характеристикам материнского воспитания. (б.)

7.Тревожность за ребенка	8.Непоследовательность – последовательность.	9.Воспитательная конфронтация в семье	10.Удовлетворительность отношениями с ребенком.	Стиль воспитания
13	20	10	19	4
12	19	12	18	4
16	22	8	21	4
15	20	8	21	4
20	23	5	21	4
15	17	12	20	4
11	17	13	18	3
12	23	5	19	4
15	17	17	21	4
16	15	9	17	4
16	18	12	20	4
12	20	10	24	2
14	17	13	18	4
12	21	13	22	4
13	20	10	19	4
12	19	12	18	4
16	22	8	21	4
15	20	8	21	4
20	23	5	21	4
15	17	12	20	4
11	17	13	18	3
12	23	5	19	4
15	17	17	21	4
16	15	9	17	4
16	18	12	20	4
12	20	10	24	2
14	17	13	18	4
12	21	13	22	4
13	20	10	19	4
12	19	12	18	4
16	22	8	21	4
15	20	8	21	4
20	23	5	21	4
15	17	12	20	4
11	17	13	18	3
12	23	5	19	4
15	17	17	21	4
16	15	9	17	4
16	18	12	20	4
12	20	10	24	2
14	17	13	18	4
12	21	13	22	4
13	20	10	19	4
12	19	12	18	4
16	22	8	21	4
15	20	8	21	4
20	23	5	21	4
15	17	12	20	4
11	17	13	18	3
12	23	5	19	4
15	17	17	21	4
16	15	9	17	4
16	18	12	20	4
12	20	10	24	2
14	17	13	18	4
12	21	13	22	4

Таблица 3.

водная таблица данных по видам и характеристикам отцовского воспитания.  
(б.)

отец	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Стиль воспитания
1	12	11	15,5	19	18,5	22	14	20	10	19	4
2	9	19	13,5	15	19	18	13	21	6	17	4
3	18	16	15,5	20	17,5	21	15	21	9	21	4
4	15	16	20	16	20,5	18	14	24	8	21	4
5	15	15	12	16	18	20	15	20	7	21	4
6	17	11	20	18	18,5	18	13	17	9	20	4
7	15	13	13	18	19	20	13	18	14	18	4
8	11	6	19	24	23	25	12	23	5	19	3
9	15	13	19	19	15	13	15	16	17	21	4
10	13	13	14,5	21	18	22	11	19	9	16	4
11	17	12	15	20	20	18	16	18	12	21	4
12	10	14	9,5	18	20	22	9	20	5	22	4
13	11	7	14,5	19	21	18	14	21	6	21	4
14	14	11	14	16	17,5	18	15	17	14	17	4
15	12	11	15,5	19	18,5	22	14	20	10	19	4
16	9	19	13,5	15	19	18	13	21	6	17	4
17	18	16	15,5	20	17,5	21	15	21	9	21	4
18	15	16	20	16	20,5	18	14	24	8	21	4
19	15	15	12	16	18	20	15	20	7	21	4
20	17	11	20	18	18,5	18	13	17	9	20	4
21	15	13	13	18	19	20	13	18	14	18	4
22	11	6	19	24	23	25	12	23	5	19	3
23	15	13	19	19	15	13	15	16	17	21	4
24	13	13	14,5	21	18	22	11	19	9	16	4
25	17	12	15	20	20	18	16	18	12	21	4
26	10	14	9,5	18	20	22	9	20	5	22	4
27	11	7	14,5	19	21	18	14	21	6	21	4
28	14	11	14	16	17,5	18	15	17	14	17	4
29	12	11	15,5	19	18,5	22	14	20	10	19	4
30	9	19	13,5	15	19	18	13	21	6	17	4
31	18	16	15,5	20	17,5	21	15	21	9	21	4
32	15	16	20	16	20,5	18	14	24	8	21	4
33	15	15	12	16	18	20	15	20	7	21	4
34	17	11	20	18	18,5	18	13	17	9	20	4
35	15	13	13	18	19	20	13	18	14	18	4
36	11	6	19	24	23	25	12	23	5	19	3
37	15	13	19	19	15	13	15	16	17	21	4
38	13	13	14,5	21	18	22	11	19	9	16	4
39	17	12	15	20	20	18	16	18	12	21	4
40	10	14	9,5	18	20	22	9	20	5	22	4
41	11	7	14,5	19	21	18	14	21	6	21	4
42	14	11	14	16	17,5	18	15	17	14	17	4

## Результаты математико-статистической обработки данных

С целью выявления статистических различий по показателям видов страхов старших дошкольников между мальчиками и девочками нами был применен непараметрический статистический критерий для двух независимых выборок U-Манна-Уитни

Критерий Манна-Уитни				
Ряды				
пол		N	Средний ранг	Сумма рангов
медицин	1,00	15	23,00	345,00
	2,00	27	20,67	558,00
	Всего	42		
физ_ущерб	1,00	15	27,80	417,00
	2,00	27	18,00	486,00
	Всего	42		
страх_смерти	1,00	15	26,00	390,00
	2,00	27	19,00	513,00
	Всего	42		
боязнь_жив	1,00	15	24,80	372,00
	2,00	27	19,67	531,00
	Всего	42		
персонажи	1,00	15	26,00	390,00
	2,00	27	19,00	513,00
	Всего	42		
темнота	1,00	15	24,50	367,50
	2,00	27	19,83	535,50
	Всего	42		
соц_страхи	1,00	15	26,30	394,50
	2,00	27	18,83	508,50
	Всего	42		
пространств	1,00	15	26,30	394,50
	2,00	27	18,83	508,50
	Всего	42		
общее_кол	1,00	15	26,90	403,50
	2,00	27	18,50	499,50
	Всего	42		

	медицин	физ_ущерб	страх_смерти	боязнь_жив	персонажи	темнота	соц_страхи	пространств	общее_кол
U Манна-Уитни	180,000	108,000	135,000	153,000	135,000	157,500	130,500	130,500	121,500
W Вилкоксона	558,000	486,000	513,000	531,000	513,000	535,500	508,500	508,500	499,500
Z	-.621	-2,549	-2,476	-1,565	-2,492	-1,320	-1,935	-1,986	-2,136
Асимптотическая значимость (2-сторонняя)	,535	,011	,013	,118	,013	,187	,053	,047	,033

С целью выявления статистических различий по показателям характеристик родительского воспитания у отцов и матерей, нами был применен непараметрический статистический критерий для двух независимых выборок U-Манна-Уитни

Критерий Манна-Уитни				
Ряды				
группы		N	Средний ранг	Сумма рангов
М_нетреб	1,00	42	44,75	1879,50
	2,00	42	40,25	1690,50
	Всего	84		
М_мягкость	1,00	42	45,29	1902,00
	2,00	42	39,71	1668,00
	Всего	84		
М_автоном	1,00	42	40,46	1699,50
	2,00	42	44,54	1870,50
	Всего	84		
М_эмоцд	1,00	42	49,04	2059,50
	2,00	42	35,96	1510,50
	Всего	84		
М_отверж	1,00	42	47,43	1992,00
	2,00	42	37,57	1578,00
	Всего	84		
М_сотрудн	1,00	42	45,50	1911,00
	2,00	42	39,50	1659,00
	Всего	84		
М_тревож	1,00	42	45,29	1902,00
	2,00	42	39,71	1668,00
	Всего	84		
М_непослед	1,00	42	40,25	1690,50
	2,00	42	44,75	1879,50
	Всего	84		
М_восп_кон	1,00	42	46,68	1960,50
	2,00	42	38,32	1609,50
	Всего	84		
М_удовлетв	1,00	42	43,57	1830,00
	2,00	42	41,43	1740,00
	Всего	84		
М_стиль	1,00	42	40,89	1717,50
	2,00	42	44,11	1852,50
	Всего	84		

Статистические критерии <sup>a</sup>											
	М_нетреб	М_мягкость	М_автоном	М_эмоцд	М_отверж	М_сотрудн	М_тревож	М_непослед	М_восп_кон	М_удовлетв	М_стиль
U Манна-Уитни	787,500	785,000	796,500	607,500	675,000	756,000	785,000	787,500	706,500	837,000	814,500
W Вилкоксона	1690,500	1668,000	1699,500	1510,500	1578,000	1659,000	1668,000	1690,500	1609,500	1740,000	1717,500
Z	-,859	-1,056	-,770	-2,483	-1,870	-1,149	-1,063	-,856	-1,581	-,414	-1,126
Асимптотическая значимость (2-сторонняя)	,390	,291	,442	,013	,061	,251	,288	,392	,114	,679	,260

a. Группирующая переменная: группы





Коррекционно-развивающая программа по преодолению страхов у старших  
дошкольников

Цель программы – создание условий для преодоления страхов у детей старшего дошкольного возраста. Психологическая поддержка детей, имеющих различные страхи.

Задачи:

1. Нейтрализовать страхи и эмоционально-отрицательные переживания у детей 6-7 лет.
2. Обучение детей старшего дошкольного возраста игровому проигрыванию своих переживаний.
3. Обучение детей старшего дошкольного возраста адекватной психологической защите.

Оптимальное количество участников: 5 – 7 человек

Продолжительность занятий: 30 минут 2 раза в неделю

Критерии эффективности программы:

- повышение уверенности в себе;
- снижение тревожности;
- снижение количества страхов;

Структура игрового занятия.

Ритуал приветствия – 2 минуты. Разминка - 10 минут.

Коррекционно-развивающий этап- 20 минут

Подведение итогов- 6 минут. Ритуал прощания – 2 минуты

Тематический план занятий указан в табл. 1.

Таблица 1.

Тематический план занятий





	<p>Занятие №8. Тема. Страх мой – враг мой. Цель: создавать условия для преодоления у детей чувства страха.</p>	30 мин.
	Тема 4. «Я принимаю решение»	
	<p>Занятие №9. Тема: Смелый трусишка. Цель: совершенствовать пути преодоления страха.</p>	30 мин.
	<p>Занятие №10 Тема: А вкусная была капуста. Цель: способствовать развитию поиска путей для преодоления чувства страха.</p>	30 мин.
	Тема 5. «Отрицательные эмоции»	
	<p>Занятие №11 Тема. Поединок двух страхов. Цель: способствовать развитию смелости, преодолению страхов.</p>	30 мин.
	Тема 6. «Страшный сон»	
	<p>Занятие 12. Тема. Спать пора. Цель: формировать навыки поведения, сравнивать с поведением других.</p>	30 мин.
	<p>Занятие №13 Тема. Моя кровать – моя крепость. Цели: содействовать развитию умения справиться с чувством страха, способствовать развитию эмпатии, умению сопереживать другим.</p>	30 мин.
	Тема 7. «Мой опыт»	
	<p>Занятие 14. Тема. Как побороть страх. Цель: способствовать развитию смелости, преодолению страхов.</p>	30 мин.
3.	Контрольная диагностика	3,5 ч. (7 чел. по 30 мин.)
	Итого	14 час

## ЗАНЯТИЕ 1.

### " САМОПРЕЗЕНТАЦИЯ"

Цель: знакомство участников друг с другом, повышение позитивного настроения и сплочения детей, эмоциональное и мышечное расслабление.

Ритуал начала занятия: сидящие в кругу дети берутся за руки, смотрят соседу в глаза и молча улыбаются друг другу.

Игра «Паровозик с именем».

Паровозик у нас будет необычный, у каждого вагона — свое имя. Сначала у паровоза не будет вагонов, и тот из вас, кого мы выберем паровозиком, будет «ездить» по кругу, хлопать в ладоши и называть свое имя. Потом паровозик соскучится и подъедет к любому мальчику или девочке со словами: «Паровозик, чух-чух-чух» и назовет свое имя. Тот ребенок, к которому подъедет паровозик, в ответ назовет свое имя и станет новым паровозиком, а первый — его вагоном. Теперь они едут вместе и называют имя нового паровозика. (Игра продолжается до тех пор, пока в «паровозик» не будут включены все дети.)

Итак, мы приехали в сказочную Страну Имен (появляются две куклы). Перед вами жители этой страны. Они хотят с вами познакомиться. Они назовут вам свои имена, а мы назовем им свои.

«Потерялся ребенок».

Итак, мы с вами гуляли по лесу, слушали пение птиц, собирали ягоды и грибы. Но вдруг один из вас потерялся. Мы очень обеспокоены и громко, ласково по очереди зовем его, например: «Ау, Сашенька!» «Потерявшегося» мы поставим стеной к группе, и он будет угадывать, кто же его позвал. А звать будет тот, до кого я дотронусь.

Саша, ты сейчас в лесу.

Мы зовем тебя: «Ау!»

Ну-ка, глазки закрывай, не робей.

Кто зовет тебя — узнай поскорей.

Рисование самого себя.

Психолог предлагает нарисовать себя в трёх зеркалах: в зелёном- такими какими они представляются себе; в голубом – какими они хотят быть; в красном – какими их видят друзья.

Ритуал окончания занятия «Эстафета дружбы»

Взяться за руки и передавать, как эстафету, рукопожатие. Начинает воспитатель: «Я передам вам свою дружбу, и она идет от меня к Маше, от Маши к Саше и т. д. и, наконец, снова возвращается ко мне. Я чувствую, что дружбы стало больше, так как каждый из вас добавил частичку своей дружбы. Пусть же она вас не покидает и греет. До свидания!»

## ЗАНЯТИЕ 2.

### "МОЁ ИМЯ"

Цель: раскрытие своего "Я", Формирование чувства близости с другими людьми, достижение взаимопонимания и сплочённости.

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

Ритуал начала занятия: сидящие в кругу дети берутся за руки, смотрят соседу в глаза и молча улыбаются друг другу.

Упражнение "Узнай по голосу"

Дети встают в круг, выбирают водящего. Он встаёт в центр круга и старается узнать детей по голосу.

Упражнение: «Мое имя» Психолог задаёт вопросы; дети по кругу отвечают.

Тебе нравится твоё имя?

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

При затруднении в ответах психолог называет ласкательные производные от имени ребёнка, а тот выбирает понравившееся.

Психолог говорит: "Известно ли вам, что имена растут вместе с людьми? Сегодня вы маленькие и имя у вас маленькое. Когда вы подрастёте, и

имя подрастёт вместе с вами и станет полным, например: Маша – Мария; Дима – Дмитрий. т.д.

Психолог. Сегодня мы говорили про ваши имена, вы слышали много вариантов вашего имени, эти знания пригодятся вам. Сейчас мы оформим личную визитную карточку. Здесь должны быть красиво написаны имя, фамилия и что-нибудь важное о вас (при помощи психолога).

Например:

Аня Соловьева, девочка из группы «Гномик»

Визитку можно украсить узорами по краю листа.

Ритуал окончания занятия «Эстафета дружбы»

Взяться за руки и передавать, как эстафету, рукопожатие. Начинает воспитатель: «Я передам вам свою дружбу, и она идет от меня к Маше, от Маши к Саше и т. д. и, наконец, снова возвращается ко мне. Я чувствую, что дружбы стало больше, так как каждый из вас добавил частичку своей дружбы. Пусть же она вас не покидает и греет. До свидания!»

### ЗАНЯТИЕ 3.

#### "НЕ СТРАШНО, А СМЕШНО"

Цель: обеспечить пути поиска преодоления страха; способствовать развитию эмпатии, умению сопереживать другим.

Материалы для занятия: магнитофон, спокойная музыка, краски, альбомные листы;

Упражнение "Возьми и передай"

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

Упражнение "Неваляшка"

Дети делятся по три человека. Один из них неваляшка, двое других раскачивают эту неваляшку.

Упражнение "Превращения"

Психолог предлагает детям: нахмуриться как... осенняя туча; рассерженный человек; позлиться как... злая волшебница; два барана на мосту; голодный волк; ребёнок, у которого отняли мяч; испугаться как ... заяц, увидевший волка; птенец, упавший из гнезда;

улыбнуться как ... кот на солнышке; само солнышко; хитрая лиса; Рисование на тему "Моё настроение" После выполнения рисунков дети рассказывают, какое настроение они изобразили.

Упражнение "Закончи предложение" Детям предлагается закончить предложение:

Взрослые обычно боятся....; дети обычно боятся....; мамы обычно боятся....; папы обычно боятся....

Упражнение «Насос и мяч» на расслабление мышц

Взрослый предлагает детям разделить на пары. Один ребенок изображает мяч, другой — насос; каждый ребенок выполняет движения в соответствии с полученной ролью.

«Мяч сдутый» — ребенок сидит на корточках.

«Насос надувает мяч» — ребенок делает соответствующие движения руками, сопровождая их звуками: с-с-с...

«Мяч становится все больше» — ребенок постепенно встает, надувает щеки, поднимает руки вверх.

«Насос прекращает работу» — ребенок делает вид, что выдергивает шланг.

«Мяч вновь сдувается» — ребенок медленно садится, выпускает воздух из щек, опускает руки.

#### ЗАНЯТИЕ 4.

#### "НЕ БОИМСЯ НИЧЕГО"

Цель: содействовать развитию навыков оценки своего поведения и поведения окружающих, учить справляться со страхами через рисунки.

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

Упражнение – приветствие «Здравствуйте все те, кто сегодня весел, ждет с нетерпением прогулки и т.д. ....»

### Упражнение "Расскажи свой страх"

Психолог рассказывает детям о своих собственных страхах, тем самым показывая, что страх - нормальное человеческое чувство и его не надо стыдиться. Затем дети сами рассказывают что они боялись, когда были маленькими.

Этюд «Что в углу»

Садитесь поудобнее. Я вам прочитаю одну стихотворную историю.

Что в углу?

Что виднеется в углу

С черной тенью на полу,

Непонятное, немое,

Не пойму и сам какое,

Человек или предмет?

Ах, скорей зажгите свет!

Вдруг оно сейчас подскочит,

Утащить меня захочет?

Вдруг, издав ужасный стон,

Побежит за мной вдогон?

Схватит? Стащит одеяло?

Свет зажгли — мне стыдно стало.

Я ошибся. Виноват.

Это — дедушкин халат!

(А. Кушнир)

Что значит выражение «У страха глаза велики»? Проигрывается в ролях.

Рисование на тему "Чего я боялся, когда был маленьким. "Дети рисуют свои страхи, не показывая никому.

Упражнение "Чужие рисунки" Детям по очереди показывают рисунки "страхов", только что нарисованных, все вместе придумывают, чего боялись эти дети и как им можно помочь.

Все страхи остаются в кабинете у психолога. Листочки с рисунками закрываются на замок (складываем лист – рисуем замок) или разрываются.

Ритуал окончания «Солнечные лучики»

Протянуть руки вперед и соединить их в центре круга. Тихо так постоять, пытаясь почувствовать себя теплым солнечным лучиком.

## ЗАНЯТИЕ 5.

### "ПОЧЕМУ ГРУСТИЛ ТРУСИШКА"

Цель: формировать навыки выражения эмоционального настроения

Материал к занятию: магнитофон, спокойная музыка; краски, ватман; мел.

Ритуал начала «Волшебный Клубочек»

Дети сидят на стульях или на ковре по кругу. Воспитатель передает клубок ниток ребенку, тот наматывает нить на палец и при этом говорит ласковое слово, или доброе пожелание, или ласково называет рядом сидящего ребенка по имени, или произносит «волшебное вежливое слово» и т.п.

Затем передает клубок следующему ребенку, пока не дойдет очередь до воспитателя

Упражнение "Злые и добрые кошки"

Чертим ручеёк. По обе стороны ручейка находятся злые кошки . Они дразнят друг друга , злятся друг на друга. По команде встают в центр ручейка и превращаются в добрых кошек ласкают друг друга, говорят ласковые слова. Далее анализируем возникшие чувства.

Игра "На что похоже моё настроение?"

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

### Этюд «Ночные звуки»

Утенок убежал с птичьего двора. Ночь застаёт его в лесу. Идет дождь, завывает ветер. Деревья громко скрипят и гнутся под напором ветра почти до земли, а утенку кажется, что его хватают большие темные и мокрые лапы. Перекликаются филины, а утенок думает, что это кто-то кричит от б. л.; Мечется утенок по лесу, пока не находит себе местечко в маленькой пещерке (под столом), где можно спрятаться Он собирается в комочек и дрожит. (все это показывается на примере игрушечного мягкого утенка)

Пока звучит музыка Ф. Бургмюллера «Баллада», дети, не сходя со своих мест, принимают угрожающие позы и издают громкие, пугающие звуки: завывают, ухают и т. п.

Когда перестает звучать музыка, включают свет. Этюд закончен.

### «Конкурс "боюсек"»

Цель: предоставить детям возможность актуализировать свой страх и поговорить о нем.

Дети быстро передают друг другу мячик. Получивший его должен назвать тот или иной страх человека, например, боязнь темноты, боязнь одному оставаться дома, боязнь вампиров и т. п. Выглядит это так: ребенок, получивший мяч, называет какой-нибудь страх, например: «Дети боятся оставаться одни», после чего передает мяч другому ребенку. Тот говорит свою фразу, например: «Дети боятся спать одни», и передает мяч следующему и т. п. Повторяться нельзя. Кто не может быстро придумать страх, выбывает из игры. В конце определяется победитель конкурса — это ребенок, который назовет как можно больше «боюсек».

### «Больница»

Цель: вызвать у детей сопереживание объектам страха.

Детей просят закрыть глаза и представить какое-либо странное существо, которого обычно боятся все дети. После этого предлагают нарисовать того, кого они представили. Затем психолог сообщает, что у страшного су-



щества очень болят зубы, распухла щека. Каждому ребенку нужно нарисовать на его лице страдание (слезы, повязку и т. п.). Затем взрослый рассказывает, что это существо очень боится идти к врачу, оно, так же как дети, не любит лечить зубы. Ребенку нужно превратиться в доброго и внимательного врача, которого никто не боится, и «вылечить» это страшное существо — нарисовать его заново, но уже веселым и счастливым.

#### Упражнение "Ласковый мелок"

Дети разбиваются на пары. По очереди рисуют на спине друг другу различные предметы. Тот, кому рисуют должен угадать, что нарисовано. Анализируем чувства и ощущения.

### ЗАНЯТИЕ 6.

#### "СМЕЛОСТЬ ГОРОДА БЕРЕТ"

Цель: способствовать развитию смелости, преодолению страхов.

Материалы к занятию: магнитофон, спокойная музыка, краски, альбомные листы, задорная музыка.

#### Волшебный Клубочек

Дети сидят на стульях или на ковре по кругу. Воспитатель передает клубок ниток ребенку, тот наматывает нить на палец и при этом говорит ласковое слово, или доброе пожелание, или ласково называет рядом сидящего ребенка по имени, или произносит «волшебное вежливое слово» и т.п.

Затем передает клубок следующему ребенку, пока не дойдет очередь до воспитателя.

#### Упражнение "Смелые ребята"

Дети выбирают ведущего – он страшный дракон. Ребёнок становится на стул и говорит грозным голосом: "Бойтесь, меня бойтесь!" Дети отвечают: "Не боимся мы тебя!" Так повторяется 2-3 раза. От слов детей дракон постепенно уменьшается (ребёнок спрыгивает со стула), превращается в маленького воробушка. Начинает чирикать, летать по комнате.

### Упражнение "Азбука страхов"

Детям предлагается нарисовать различных, страшных героев на отдельных листах и дать им имена. Далее дети рассказывают о том, что нарисовали. Далее каждому ребёнку предлагается превратить страшных героев в смешных, дорисовав их.

### Упражнение "Страшная сказка по кругу"

Дети и взрослый сочиняют вместе страшную сказку. Они говорят по очереди, по 1-2 предложения каждый. Сказка должна нагромоздить так много страшного, чтобы это страшное превратилось в смешное.

### Упражнение "На лесной полянке"

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

Звучит музыка, дети превращаются в лесных жителей. Выполняют задания, соответственно каждому персонажу (кузнечик, бабочке, муравью и т. д.)

### Упражнение "Я тебя не боюсь"

Один ребёнок стоит перед психологом, остальные дети начинают его пугать по очереди. Ребёнок громким уверенным голосом говорит: "Я тебя не боюсь!"

### Ритуал окончания «Солнечные лучики»

Протянуть руки вперед и соединить их в центре круга. Тихо так постоять, пытаясь почувствовать себя теплым солнечным лучиком.

## ЗАНЯТИЕ 7.

### "У СТРАХА ГЛАЗА ВЕЛИКИ"

**ЦЕЛЬ:** Создать благоприятные условия для активизации детей, способствовать снятию страхов.

Дети встают в круг, берутся за руки и приветствуют друг друга, глядя в глаза и с доброй улыбкой.

### Этюд “У страха глаза велики”

Ход упражнения. Психолог вместе с детьми встает в круг (На расстоянии вытянутых рук друг от друга) и предлагает всем представить, что у них большой, огромный страх. (Широко разводит руки в стороны.) “У всех, кто боится, от страха большие глаза”, – добавляет психолог. (Изображает большие, круглые глаза при помощи рук.) Дети повторяют движения вслед за педагогом. “Но теперь страх уменьшается”, – говорит он и делает вновь руками соответствующие движения, предлагая детям повторить его за ним.

Выполняя с детьми упражнение, психолог подводит их к тому, что страх постепенно уменьшается, а затем совсем исчезает. (Пожимают плечами и в недоумении разводят руками.) В конце упражнения психолог предлагает детям посмотреть друг на друга и убедиться, что ни у кого из них нет больше “больших глаз” и, следовательно, они ничего не боятся, так как страх исчез.

### Ролевая игра “У страха глаза велики”

В густом лесу жила-была заячья семья: папа Заяц, мама Зайчиха и (Пусть малыш сам придумает сколько) детей. У всех, конечно, были имена (Какие? Пусть скажут), но одного зайчишку по имени никто не звал, потому что однажды с ним произошел случай, после которого ему дали прозвище Зайчишка-Трусишка и напрочь позабыли его настоящее имя. А дело было так...

Прыгал Зайчишка по лесу, но не так, как другие – весело, резво, а робко, боязливо. Прыгнет и съезжится (Пусть покажет это и куклой, и, как говорят артисты, “в живом плане”). И по сторонам озирается – нет ли чего страшного? Зайчишка-то уродился такой робкий, что даже зайцы удивлялись: и в кого он такой? Что называется, от собственной тени шарахался (Показать посмешнее).

Ну, пока он прыгал по солнечной лужайке, все еще было ничего. Но потом Зайчишка вдруг очутился под большой, раскидистой елкой. Как это получилось, он и сам не понял. Наверное, загляделся на пеструю Бабочку,

которая порхала над ним и почему-то норвила сесть ему на ухо. (Бумажную бабочку можно прикрепить к нитке или к проволочке).

– Эй, Бабочка! Ты где? – пискнул Зайчишка. Играть с Бабочкой ему понравилось, это было совсем не страшно. Он сделал еще несколько прыжков, надеясь снова увидеть свою подружку, но вместо нее увидел какое-то чудовище. Оно притаилось под еловыми лапами и грозно темнело, подстерегая добычу. Из пасти чудовища валил пар, глаза зловеще сверкали... больше, правда, Зайчишка не успел ничего заметить, потому что дал стрекоча. Он мчался к своей норе и истошно вопил: “Змей-Горыныч! Змей-Горыныч!” Все звери, конечно, переполошились. (Пусть разные игрушки расспрашивают Зайчишку, что случилось, а он, дрожа от ужаса, все твердит про Змея-Горыныча. Вообще показывать страх надо как можно карикатурнее, но при этом не забывать вслух жалеть Зайчишку).

Ну, звери снарядили целое лесное войско и направились к старой ели. Пришли. Что такое? Где Змей-Горыныч? Где огнедышащий дракон? А никакого Змея нет, лежит под веткой коряга, никого не трогает.

Тут все как расхохочутся!

– Это ж надо! Корягу за Змея-Горыныча принял!

– Да, но ведь я видел! — оправдывался Зайчишка. — Я, честное слово, видел и пасть, и большущие глаза...

А звери еще громче хохочут-заливаются.

– Да это у страха глаза велики! У твоего страха!

С тех пор беднягу и прозвали Зайчишка-Трусишка.

(Постарайтесь, однако, не заканчивать игру на грустной ноте. Скажите, что окружающие иногда делают поспешные выводы. И вообще, каждый может испугаться. Это еще не беда).

Игра-инсценировка “Зайчики и волк”

Цель. Игра учит детей выражать свое эмоциональное состояние, используя мимику и выразительные движения пальцев рук.

Ход игры. Психолог рассказывает сказку и показывает движения, а дети имитируют их.

В лесу в домике жила зайчиха с зайчатами. Как-то утром зайчата взяли свои барабаны и побежали в лес играть. Прибежали они на поляну и стали громко, на весь лес барабанить.

(Фигура зайца: указательный и средний пальцы выпрямлены и разведены в стороны – уши, остальные пальцы собраны в кулак- туловище. Зайцы барабанят – мизинец и безымянный пальцы согнуты, по очереди ударяют в подушечку большого пальца. Ушки подняты вверх и прижаты друг к другу.)

И надо ж было беде случиться: около тех мест голодный рыскал волк. Услышал он шум и выскочил на полянку.

(Волк – раскрытые ладони обеих рук прижаты друг к другу, пальцы направлены вперед. Большие пальцы подняты вверх и разведены – уши волка. Указательные пальцы согнуты, соединены внешней стороной верхних фаланг – лоб волка. Прямые средние и безымянные пальцы сгруппированы – нос волка. Прижатые друг к другу мизинцы отведены вниз – пасть волка. И все это шевелится: волк поводит ушами, принюхивается, открывает и закрывает пасть.)

Бедные зайчики побросали барабаны и прижались к березе. Их и незаметно, только уши мелко-мелко трепещут от страха. (Дети прижимают зайцев к себе, ушки у зайчат выполняют колебательные движения – трепещут.)

Растерялся волк: “Где же зайчата? Они только что тут были, и вдруг исчезли. (У волка в движении уши, нос, пасть.) Ох, и хитрые, опять провели старого волка! Ну, зайцы, погодите! Найду на вас управу!” Порычал волк и исчез.

Зайчата выскочили, забыли свои страхи и стали смеяться друг над другом. Один говорит: “Ты так испугался волка, что у тебя ушки кланялись до земли!” – “Нет, мои ушки не кланялись, а вот твои приседали до земли!” – ответил второй.

(Эти и последующие движения один из зайцев показывает, а второй с недоверчивыми репликами, как бы машинально, начинает повторять. Но, спохватившись, тут же опровергает “обвинение”. Все движения выполняют уши – поднятые вверх указательный и средний пальцы.)

– Нет, мои ушки не приседали от страха, а вот твои ушки прятались друг за дружку!

– Нет, мои ушки не прятались друг за дружку, а вот твои ушки бегали друг по дружке сверху вниз и снизу вверх!

– Нет, мои ушки не бегали, а твои ушки от страха стучали друг о дружку!

– Нет, мои ушки не стучали друг о дружку, а зато твои ушки, как ножницы, стригли!

– Нет, мои ушки не ножницы, а вот твои ушки падали то вправо, то влево!

– Нет, мои ушки не падали вправо и влево, а зато твои ушки вот такие круги рисовали!

– Да? Не рисовали они такие круги, а вот твои ушки цеплялись друг за дружку!

– А у тебя одно ушко обвивалось вокруг другого.

И так зайчата расшалились, раскричались, что встали на ушки, и испачкали их. Пришли домой, а мама-зайчиха и говорит: “Что такое? Опять ушки грязные. Ну-ка, быстро чистить лапками свои ушки!” Стали зайчата чистить свои ушки (лапки – большой, безымянный пальцы и мизинец). Потом они помыли лапки, и мама пригласила их к столу обедать.

Релаксация “Разговор с лесом”

Цель. Упражнение развивает творческую фантазию, умение расслабляться.

Ход упражнения. Психолог сообщает детям о том, что их ожидает необычное путешествие. Вначале им предлагается мысленно перенестись в лес. Дети закрывают глаза, кладут мягкие, расслабленные руки на колени. Психолог

лог называет то, что находится вокруг них в лесу: деревья, кустарники, травы, цветы, птицы, поляна и др. Перечисляет, всевозможный живой и неживой мир леса. Психолог предлагает детям “пообщаться” с лесом: мысленно по-трогать листочки, траву, понюхать цветы, воздух, подставить лицо Свежему ветерку и пр. Можно попросить детей прислушаться к лесным звукам. Дети молча (1 – 2 мин.) слушают. Затем психолог предлагает им поделиться своими

## ЗАНЯТИЕ 8.

### "СТАХ МОЙ – ВРАГ МОЙ"

Цель: создание условия для преодоления у детей чувства страха.

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

Ритуал начала «Дружба начинается с улыбки».

Сидящие в кругу дети берутся за руки, смотрят соседу в глаза и молча улыбаются друг другу.

#### Игра "Сказочная шкатулка"

Психолог сообщает детям, что Фея сказок принесла свою шкатулку – в ней спрятались герои сказок. Далее он говорит: "Вспомните своих любимых сказочных героев и скажите, какие они, чем они вам нравятся, как они выглядят. Далее с помощью волшебной полочки все дети превращаются в сказочных героев.

Упражнение "Конкурс боюсек" Дети по кругу передают мяч. Получивший должен назвать тот или иной страх, произнося при этом громко и уверенно "Я..... этого не боюсь!"

#### Игра "Принц и принцесса"

Дети стоят по кругу. В центр ставится стул – это трон. Кто сегодня будет Принцем (Принцессой)? Ребёнок садится по желанию на трон. Остальные оказывают ему знаки внимания, говорят что-то хорошее.

Психолог читает ребятам начало детской страшной сказки. Необходимо придумать смешное продолжение и окончание.

## Рисование на тему "Волшебные зеркала"

"Психолог предлагает нарисовать себя в трёх зеркалах, но не простых, волшебных: в первом - маленьким и испуганным; во-втором – большим и весёлым; в третьем - не боящимся ничего и сильным.

После задаются вопросы: какой человек симпатичнее? На кого ты сейчас похож? В какое зеркало ты чаще смотришься?

### Ритуал окончания «Доброе Животное»

Участники встают в круг и берутся за руки. Воспитатель тихим голосом говорит: «Мы — одно большое доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит!» Все прислушиваются к своему дыханию, дыханию соседей. «А теперь послушаем вместе!»

Вдох — все делают шаг вперед, выдох — шаг назад. «Так не только дышит животное, так же ровно бьется его большое доброе сердце. Стук — шаг вперед, стук — шаг назад и т.д

## ЗАНЯТИЕ 9

### «СМЕЛЫЙ ТРУСИШКА»

Цель: развитие умения передавать своё эмоциональное состояние через художественный образ, совершенствовать пути преодоления страха.

Материалы к занятию: магнитофон, спокойная музыка, краски, ватман.

### Приветствие Ритуал начала «Комплименты»

Сидя в кругу, все берутся за руки. Глядя в глаза соседу, надо сказать ему несколько добрых слов, за что-то похвалить. Принимающий комплимент кивает головой и говорит: «Спасибо, мне очень приятно!» Затем он произносит комплимент своему соседу. При затруднении воспитатель может сделать комплимент или предложить сказать что-то «вкусное», «сладкое», «цветочное».

Во время ритуала воспитатель находится в кругу вместе с детьми, показывает пример, подсказывает, подбадривает, настраивает детей.

Упражнение "За что меня любит мама...папа...сестра...и т. д."



Детям предлагается сказать, за что их любят взрослые и за что они любят взрослых.

Этюд «Страшный зверь»

Ведущий читает стихотворение В. Семерина «Страшный зверь».

Прямо в комнатную дверь  
 Проникает страшный зверь!  
 У него торчат клыки  
 И усы топорщатся,  
 У него горят зрачки —  
 Испугаться хочется!  
 Хищный глаз косится,  
 Шерсть на нем лоснится...  
 Может, это львица?  
 Может быть, волчица?  
 Глупый мальчик крикнул:  
 — Рысь!!  
 Храбрый мальчик крикнул:  
 — Брысь!!

Дети, получившие роли кошки, глупого и храброго мальчиков, действуют согласно тексту. (Модификация игры: подключаются все дети — все вместе изображают персонажей стихотворения.)

«Страшно веселая история» – сочинение рассказа по серии картинок В. Сутеева. Проигрывание.

Игра "Тропинка"

Дети выстраиваются в затылок и идут змейкой по воображаемой тропинке. По команде психолога по команде они преодолевают воображаемые препятствия. "Спокойно идём по тропинке ... Вокруг кусты , деревья, зелё-

ная травка... Вдруг на тропинке появились лужи ...Одна...Вторая...Третья.. Спокойно идём по тропинке... Перед нами ручей. Через него перекинут мостик. Переходим по мостику, держась за перила. Спокойно идём по тропинке... и т. д..

Коллективный рисунок по сочинённой общей истории на тему: "Волшебный лес" Психолог предлагает детям представить тот лес, по которому шли по тропинке.

Далее обсуждаем, что получилось, что удалось нарисовать вместе.

## ЗАНЯТИЕ 11

### «ПОЕДИНОК ДВУХ СТРАХОВ»

Цель: способствовать развитию смелости, преодолению страхов

«Мяч в кругу» - преодоление торможения при внезапных обращениях и ответах. Избыток отрицательных оценочных суждений в адрес детей («Ты опять не поймал», «Увалень», «Ничего не можешь», «Бестолочь»).

Ход: бросание мяча друг другу в кругу. Прежде чем кинуть мяч, нужно поймать взгляд другого участника игры и сказать любое пришедшее в голову слово: «На, держи», «поймай, зайчик» и т. д..

### Сценка по произведению К.И. Чуковского «Тараканище»

Развитие умения выражать различные эмоциональные состояния, имитация преувеличенного чувства страха. Ведущий предлагает детям исполнить сценки, где звери пугались «страшного» и усатого тараканища, используя при этом выразительные движения: задрожать от страха, спрятаться, убежать и т.д. По окончании инсценировки ведущий просит объяснить пословицу: «У страха глаза велики».

Рисование Тараканище (каким он казался зверям и какой был на самом деле»)

### «Парикмахерская»

Цель: снизить степень страха через придание объектам страха несвойственных им, непривычных характеристик.

Ведущий просит детей закрыть глаза и представить себе какое-нибудь страшное существо, которого обычно боятся все дети. Затем они рисуют то, что представили. После этого взрослый рассказывает, что это существо — девушка, которая собирается выйти замуж. Поэтому ей необходимо посетить парикмахерскую, где ей сделают красивую прическу. Ребенок выступает в роли парикмахера, а затем визажиста, то есть рисует ей красивую прическу, подкрашивает глаза, надевает серьги и т. п. Если это существо мужского пола, то можно сделать красивую стрижку, нарисовать модный галстук, пиджак и т. п.

Ритуал окончания «Солнечные лучики»

Протянуть руки вперед и соединить их в центре круга. Тихо так постоять, пытаясь почувствовать себя теплым солнечным лучиком.

ЗАНЯТИЕ 12.

"СПАТЬ ПОРА"

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

Материалы к занятию: магнитофон, спокойная музыка.

Ритуал начала «Волшебный Клубочек»

Дети сидят на стульях или на ковре по кругу. Воспитатель передает клубок ниток ребенку, тот наматывает нить на палец и при этом говорит ласковое слово, или доброе пожелание, или ласково называет рядом сидящего ребенка по имени, или произносит «волшебное вежливое слово» и т.п.

Затем передает клубок следующему ребенку, пока не дойдет очередь до воспитателя.

Игра "Путаница"

Выбирается один водящий. Остальные дети запутываются, не расцепляя руки. Водящий должен распутать клубок.

Игра "Кораблик"

Матрос – один из детей, остальные дети – кораблик в бушующем море. Матрос, находящийся на корабле должен перекричать бурю : "Я не боюсь бури, я самый сильный матрос!"

Игры на снятие эмоциональных переживаний от кошмарных снов «Мне приснилось», «Я справился»

Упражнение "Волшебный сон»

Все дети отдыхают и всем снится один и тот же сон, который рассказывает психолог.

Рисуем , что увидели во сне .

Каждый ребёнок вспоминает , что он увидел во сне и рисует эту картинку.

Упражнение "Волшебники"

Один из детей превращается в волшебника. Ему завязывают глаза и предлагают догадаться, кто будет к нему подходить; он ощупывают кисти рук.

### ЗАНЯТИЕ 13

#### «МОЯ КРОВАТЬ – МОЯ КРЕПОСТЬ»

Цель: содействовать развитию умения справляться с чувством страха, способствовать развитию эмпатии, умению сопереживать другим.

Ритуал начала «Волшебный Клубочек»

Страх перед засыпанием и во время сна.

Ход: объединяется одним игровым сюжетом. Родители укладывают спать беспокойного ребенка, которому ночью являются различные чудовища, представленные остальными участниками игры. «Спящий» дает отпор, чудовища уходят на пенсию, а пришедшие утром родители застают не плачущего, а жизнерадостного ребенка, одержавшего победу над силами зла.

«Лепим веселый страх».

Каждый ребенок всем рассказывает свои ощущения, почему его страх повеселел.

Ритуал окончания «Солнечные лучики»

Протянуть руки вперед и соединить их в центре круга. Тихо так постоять, пытаясь почувствовать себя теплым солнечным лучиком.

#### ЗАНЯТИЕ 14.

##### "КАК ПОБОРОТЬ СТРАХ"

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

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

Упражнение "Росточек под солнцем"

Упражнение "Неоконченные предложения"

Детям предлагается предложения, которые нужно закончить.

"Я люблю...", "Меня любят...", "Я не боюсь...", "Я верю..", "В меня верят...", "Обо мне заботятся..."

Игра "Баба- Яга"

По считалке выбирается Баба- Яга. В центре комнаты рисуем круг. Баба- Яга берёт веточку- помело и становится в круг. Дети бегают вокруг Бабы - Яги и дразнят её. "Баба-Яга, костяная нога. С печки упала, ногу сломала . Пошла в огород, испугала весь народ. Побежала в баньку испугала зайку! "Баба-Яга выпрыгивает из круга и старается коснуться ребят помелом.

Игра «Смелый Капитан»

Из играющих, выбирается «смелый капитан».

Ведущий говорит: « Представьте себе, что мы находимся на корабле в море, Капитан стоит на мостике корабля и смотрит вперед». Ребенок-« капитан» делает выразительные движения: спина прямая, ноги расставлены, взгляд устремлен вперед, иногда может подносить к глазам, воображаемый бинокль. Остальные дети изображают погоду. « Капитан не боится бури. Он чувствует себя сильным, смелым, уверенным. Он доведет свой корабль до порта назначения».

При словах: «Буря!», все дети изображают бурю: кричат, стучат, топают ногами и т. п. «Капитан» должен прокричать: «Я смелый капитан, я могу побороть бурю!» Как только, «капитан» прокричал свои слова, «буря» должна сразу стихнуть.

В начале игры на роль капитана выбирается ребенок с более низким уровнем тревожности. Затем выбираются все желающие.

#### Игра "Комплименты"

Стоя в кругу, все берутся за руки. Глядя в глаза соседа, ребёнок говорит: "Мне нравится в тебе..." Принимающий кивает головой и отвечает: "Спасибо, мне очень приятно!" Упражнение продолжается по кругу. Далее обсуждаем чувства, которые испытали дети при выполнении данного задания.

#### Упражнение "В лучах солнышка"

Психолог рисует солнышко, в лучах которой находятся фотографии детей. По сигналу психолога дети по очереди называют понравившиеся качества данного ребёнка, которые он показал на занятиях.

#### Упражнение "Солнце в ладошке"

Психолог зачитывает стихотворение, затем дети рисуют и дарят подарки (рисунки) друг другу.

Солнце в ладошке, тень на дорожке,  
Крик петушиный, мурлыканье кошки,  
Птица на ветке, цветок у тропинки,  
Пчела на цветке, муравей на травинке,  
И рядышком - жук, весь покрытый загаром.-  
И всё это - мне, и всё это - даром !  
Вот так – ни за что! Лишь бы жил я и жил,  
Любил этот мир и другим сохранил

Ожидаемыми результатами являются:

1.Коррекционно-развивающая работа направлена не только на преодоление страхов, но и на развитие коммуникативных навыков, на повышение представлений о собственной ценности, на развитие уверенности в собственных силах, а также способности наиболее успешно реализовать себя в поведении и взаимодействии с окружающими людьми.

2.Снижение уровня тревожности. Осознание проблемы тревожных детей (необходимо вовремя распознать проявления тревожности и помочь детям стать увереннее в себе, научили управлять собой в различных ситуациях.)

3 Снижение количества страхов и их интенсивности

4.Усиление способности социальной адаптации и стрессоустойчивости людей в современных быстроменяющихся условиях.