

Кононыхина Евангелина Сергеевна

бакалавр, студентка

ФГБОУ ВО «Тульский государственный педагогический университет им. Л.Н. Толстого»

г. Тула, Тульская область

КОРРЕКЦИЯ СТРАХОВ У ДОШКОЛЬНИКОВ С НАРУШЕНИЕМ ЗРЕНИЯ В УСЛОВИЯХ СЕМЬИ

Аннотация: в данной статье говорится о том, что, хотя биологически осмысленный страх выполняет в жизни защитную и адаптивную функции, он может и не иметь данных позитивных функций, и тогда это становится сигналом личностного неблагополучия. А у большинства детей с нарушением зрения отмечается повышенный уровень страха. Описываются коррекционные технологии и способы по борьбе со страхами в условиях семьи.

Ключевые слова: страхи, дошкольники с нарушением зрения, семья, родители.

Проблема страхов актуальна в любое время. Страх – это эмоция, возникающая в ситуациях угрозы биологическому или социальному существованию индивида и направленная на источник действительной или воображаемой опасности [4, с. 386]. Несмотря на свою отрицательную окраску, страх выполняет разнообразие функций в психической жизни человека. Страх предупреждает человека об опасности. Организм человека при этом мобилизуется, он готов защищаться. В этом состоит ценность страха, его основная защитная функция [3, с. 2]. Однако, следует отметить, что страхи могут и не иметь данных позитивных функций, и тогда они становятся сигналами личностного неблагополучия.

В каждом возрасте проявляются разные страхи. Среди страхов дошкольников выделяют следующие: страх животных, страх темноты, страх сказочных персонажей, страх высоты, страх смерти [2, с. 93–102].

Проблема борьбы со страхами приобретает особую актуальность. Дети с нарушением зрения требуют особого внимания. Сравнение детей с нарушенным

зрением и с нормой развития говорит о том, что у первых наблюдаются нарушенное развитие психологического опыта, вызванное ограниченным сенсорным опытом, отставание в сроках формирования психических функций и качественные отклонения в развитии психической деятельности в целом.

Сложившаяся экономическая и социальная ситуация в нашей стране обусловила повышение уровня тревожности и страхов как у взрослых, так и у детей. Особенно к этому чувствительны дети, имеющие затруднения в своем развитии, как психологические, так и физические. Частичная сенсорная изоляция, безусловно, сказывается на эмоциональном развитии слабовидящего ребенка. У большинства детей с нарушением зрения отмечается повышенный уровень страха.

Коррекционная работа по борьбе со страхами должна проводиться не только на уровне взаимодействия со специалистами, но и в условиях семьи. Одним из основополагающих принципов здесь является принцип привлечения родителей ребенка со страхами к коррекционной работе в качестве важнейших партнеров, поскольку именно они проводят с ребенком большую часть времени и могут взаимодействовать с ним на основе выработанных принципов обучения и помогать ему обобщить все навыки, которые он получает в процессе работы со специалистами.

Для избавления детей от страха в условиях семьи могут использоваться следующие технологии и способы.

Родители могут использовать музыку как эффективный способ в коррекции страхов, возникших у детей по разным причинам. Музыка помогает ребенку расслабиться. Специально подобранные мелодии помогают ему сосредоточиться на создаваемых образах, почувствовать мышечное расслабление, синхронизировать дыхание. Расслабившись, ребенок выстраивает с помощью взрослых приятные ему образы, «оживляет» позитивные воспоминания, которые помогут ему справиться с имеющимися страхами или напряжением по какому-либо поводу.

Одним из средств, с помощью которых преодолеваются страхи, является творчество. Воздействие на страхи через искусство основано на простой закономерности: страх можно победить, работая с ним символично – нарисовав его, изобразив его с помощью действий, составив его из деталей и т. п. Творчество естественно вплетается в жизнь ребенка, являясь неотъемлемой частью его развития. В творчестве отражается то, что волнует ребенка, то, что для него важно, поэтому арт-технология может быть прекрасным оружием в борьбе с детскими страхами в условиях семьи.

Родители могут предложить ребенку нарисовать свой страх, а затем подумать и изобразить на обратной стороне этого же листа, как он не боится данного страха. Таким образом, бессознательный страх выводится на уровень сознания, и, размышляя над своим страхом, ребёнок может от него избавиться. Если же дети отказываются рисовать на обратной стороне листа, говоря, что страх очень сильный и он не знает, как от него избавиться, то можно взять лист и разорвать его, сказав при этом: «Вот видишь, от чудища осталась лишь небольшая кучка пепла. Сейчас мы ее сдуем, и от него вообще ничего не останется».

Можно проделать и другие манипуляции с пугающим ребенка страхом. Дорисовать «смешной» элемент, защитного объекта, дать страшилке сюрприз, превратить страшилку в доброго чудика, исправив некоторые элементы. Можно его скомкать, разрезать, выбросить.

Игры также могут отлично использоваться для работы с детскими страхами в условиях семьи. Игра для ребенка – это движение, радость общения, проигрывание различных сюжетов и моделей поведения, а также многократное их переживание. В играх можно снять ту скованность, которая возникла под воздействием страха.

Для снятия и устранения страхов отлично подходят такие игры, как:

– игра «Пятнашки», которая служит своеобразной разминкой к последующим играм и устраняет такие страхи, как страх боли, уколов и физических наказаний;

- игра «Прятки», которая позволит устранить страх темноты;
- игра «Кочки», устраняющая страх глубины, воды, чудовищ и кикимор, живущих на болотах [1, с. 50–54].

В целях профилактики и коррекции страхов можно предложить ребенку посмотреть следующие мультфильмы: «Бегемотик, который боялся прививок», «Доктор Айболит», «Котенок по имени Гав», «Лунтик» (серия о страхах), «Про Суслика и Хому», «Крошка Енот», «Добрыня Никитич и Змей Горыныч», «Подарок для самого слабого».

Список литературы

1. Ветошева В.И. Рекомендации по борьбе со страхами и оптимизации тревожного состояния детей дошкольного возраста / В.И. Ветошева, Т.М. Третьякова, А.А. Макарова. – Сыктывкар: ГОУДПО «КРИПО», 2020. – 156 с.
2. Ильин Е.П. Психология страха / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2017. – 252 с.
3. Попова Л.Г. Страхи первоклассников: диагностика и коррекция / Л.Г. Попова, А.А. Замятина // Психологический вестник Уральского государственного университета. – 2002 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru> (дата обращения: 25.11.2021).
4. Психология. Словарь / под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. – М.: Политиздат, 1990. – 494 с.