

Фидченко Ольга Сергеевна

студентка

ФГБОУ ВО «Армавирский государственный педагогический университет»

г. Армавир, Краснодарский край

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ СТРАХОВ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

***Аннотация:** в статье представлены результаты психолого-педагогической коррекции страхов у детей старшего дошкольного возраста. В ходе работы нами был использован самый продуктивный метод педагогического исследования – педагогический эксперимент. Проведение данного эксперимента предполагает три основных этапа работы: I этап: констатирующий (проведение диагностики наличия страхов у детей, подсчёт результатов); II этап: формирующий (знакомство с классификацией техник коррекции детских страхов Л.Д. Лебедовой, разработка календарно-тематического планирования); III этап: контрольный (проведение вторичной диагностики, подведение итогов). В данном эксперименте приняла участие старшая группа детей (5–6 лет) в количестве 15 человек: из них 7 мальчиков и 8 девочек на базе МАДОУ «Д/С №25» г. Армавир.*

***Ключевые слова:** психология, педагогика, детские страхи, старший дошкольный возраст, коррекция детских страхов.*

Как часто мы задумываемся над тем, какую роль с нашей жизни играют страхи? К сожалению, страх тормозит благополучное развитие личностных качеств ребёнка, даже может повернуть этот процесс в сторону деградации. В связи с этим, зарубежные и отечественные психологи, такие как: А.И. Захаров, Б.Г. Херсонский, С.Г. Файберг, С.В. Дворяк и другие, уделяют проблеме изучения и коррекции детских страхов особое внимание в своих трудах [3, с. 6].

Для каждого возрастного периода психического развития ребёнка характерны своеобразные страхи. Так, возраст 6–7-ми лет считается наиболее благоприятным для формирования страхов. Поэтому, проведение диагностики нали-

чия страхов в данном возрасте очень важно, чтобы в дальнейшем формирование личности дошкольника проходило полноценно [1, с. 278].

В рамках данного исследования нами был использован самый продуктивный метод педагогического исследования – педагогический эксперимент.

Педагогический эксперимент – это исследовательская деятельность, осуществляемая с целью изучения причинно-следственных связей в педагогических явлениях. В рамках педагогического эксперимента используется комплекс тестов, методик и методов [2, с. 135].

Проведение психолого-педагогического эксперимента предполагает три *основных этапа работы*: I этап: констатирующий, II этап: формирующий, III этап: контрольный.

В данном эксперименте приняла участие старшая группа детей (5–6 лет) в количестве 15 человек: из них 7 мальчиков и 8 девочек на базе МАДОУ детский сад №25 «Берёзка» г. Армавир.

В ходе констатирующего этапа педагогического эксперимента, нами было проведено первичное диагностическое исследование наличия страхов у старших дошкольников с использованием следующих методик: тест «Страхи в домиках», авторы А.И. Захаров и М. Панфилова [6], проективный тест «Сказка «Страхи» [4], автор Л. Дюсс. Цель данных методик – выявить наличие страхов у дошкольников. Проанализировав результаты констатирующего этапа педагогического эксперимента, мы сделали вывод, что дошкольники имеют много страхов и, к сожалению, большинство страхов напрямую взаимосвязаны с детско-родительскими отношениями в семье, из 15 дошкольников – 9 детей имеют количество страхов, превышающее норму для их возраста (из них 4 мальчика и 5 девочек). Страхам больше подвержены девочки. Также присутствуют страхи, которые у детей повторяются.

На основе полученных данных был проведён формирующий этап педагогического эксперимента, направленный на коррекцию выявленных страхов у дошкольников. В ходе данного этапа, мы ознакомились с классификацией техник психолого-педагогической коррекции детских страхов Л.Д. Лебедевой. По

мнению, автора все предлагаемые методики по борьбе с детскими страхами можно разделить на три группы. 1. Игры со страхом (игры, моделирующие проблемную ситуацию, игры с водой и песком). 2. Вербализация страха (сказкотерапия). 3. Рисование страха (дорисовка «защитного объекта», закрашивание страшного объекта, скомкать, порвать и выбросить беспокоящий объект, дорисовать детали, видоизменить рисунок, превращая страшное в смешное, украсить пугающее красивым и другие) [5, с. 583].

Опираясь на результаты эмпирического исследования, анализ теоретико-методологического литературы, а также в согласовании с воспитателем детского сада МАДОУ №25 «Берёзка» г. Армавир, нами было разработано календарно-тематическое планирование (КТП) по коррекции детских страхов, рассчитанное на 2 месяца работы со старшими дошкольниками. Данное КТП применялось в работе с детьми совместно с основной рабочей программой дошкольного образования. Перейдём к представлению календарно-тематического планирования (см. таблицу 1).

Таблица 1

Календарно-тематическое планирование, направленное на коррекцию страхов у детей старшего дошкольного возраста

Месяц	Номер занятия	Тема и цель коррекционного занятия	Содержание коррекционного занятия
	1	«Мои страхи» Цель: Осознание и принятие собственных страхов	Разминка: приветствие, знакомство с педагогом, дошкольники передают друг другу в хаотичном порядке клубочек, задерживают нить, рассказывают о себе и своём страхе, затем передают клубок следующему ребёнку в круге, таким образом создаётся паутинка, которая показывает ребятам, что они между собой связаны, что они большая команда. Если выпадет из паутинки хотя бы один человек, то паутинка порвётся. Педагог даёт детям понять, что вместе они большая сила и каждый должен помочь своему товарищу в преодолении страхов. Основная часть: упражнение «Мои страхи», дошкольники рисуют свои страхи на листе бумаги и подробно рассказывают о своих страхах. Заключительная часть: рефлексия, релаксация
	2	«Скульптура страхов»	Разминка: приветствие, упражнение «Дотронься до...». Дошкольникам предлагается игра, в которой им

		Цель: разделение страхов на реальные и невротические, изменение негативных образов и явлений в позитивные	необходимо стать в круг. Один ребёнок становится в центр круга, педагог завязывает ему глаза и крутит его три раза вокруг себя. Затем дошкольнику даётся задание дотронуться до определённой части тела (руки, ноги, живот, голова) ребёнка, стоящего напротив и попробовать определить, кто из ребят стоит напротив. Основная часть: упражнение «Где живёт мой страх?». Дошкольникам даётся задание слепить фигурку себя из пластилина, используя разные цвета. Выбор цвета зависит от страха, который живёт в той или иной части тела у ребёнка. Заключительная часть: рефлексия, релаксация
3	«Страх, исчезни!» Цель: устранение негативного эмоционального состояния		Разминка: приветствие, упражнение «Передай мяч тому, кто боится...». Дошкольники встают в круг и передают мяч по очереди тем, к кому относится названный страх. Основная часть: упражнение «Закапываем страх». В коробку с песком помещаются детские страхи, дети закапывают страхи и накрывают коробку крышкой. На крышке или коробке рисуется сторож, который не позволит закопанным страхам сбежать. Коробку нужно либо спрятать в шкаф или закрыть на ключ. Заключительная часть: рефлексия, релаксация
4	«Прощание со страхом» Цель: снижение эмоционального напряжения, коррекция страхов		Разминка: приветствие, дыхательная гимнастика Основная часть: упражнение «Я отпускаю страх». Педагог раздаёт дошкольникам надутые шарики. Дети либо пишут, либо наклеивают свои страхи на эти шарики. Затем отпускают шарики в небо приговаривая стишок: «Шар воздушный, улетай, страх собой забирай» Заключительная часть: рефлексия, релаксация
5	«Нестрашная сказка» Цель: снижение эмоционального напряжения, коррекция страхов		Разминка: приветствие, Основная часть: упражнение «Нестрашная сказка». Педагог предлагает детям придумать сказку, в которой будет волшебный сундучок. В данном сундучке лежит то, что сможет победить любой страх. Что это может быть? Можно попросить детей нарисовать это. Заключительная часть: рефлексия, релаксация
6	«Преобразование страхов» Цель: работа с предметом своего страха		Разминка: приветствие, упражнение «Мы смелые и дружные». Дети встают в круг, берутся за руки и повторяют за педагогом следующие строки из стихотворения «Мне ничего не страшно с другом Ни темнота, ни волк, ни вьюга, Ни прививки, ни собака, Ни мальчишка-забияка. Вместе с другом я сильней, Вместе с другом я смелей. Мы друг друга защитим И все страхи победим! В конце каждой строчки дети поднимают руки. Основная часть: «Письмо волшебнику». Дошкольникам

		предлагается нарисовать свой страх на листе бумаги. Затем дети преобразуют свой страх в позитивную, смешную и радостную картинку, дорисовывая различные детали, добавляя яркие цвета. Пишут письмо волшебнику с просьбой превратить страх в то, что у них получилось на окончательных рисунках. Письма и рисунки складываются в конверты и «отправляются к волшебнику». Заключительная часть: рефлексия, релаксация
7	«Страх мне больше не помеха» Цель: снятие эмоционального напряжения, повышение эмоциональной устойчивости	Разминка: приветствие, «Выбрасываем страх». Дошкольникам предлагается скатать шарики из пластилина, в центр этих шариков поместить свой страх, залепить его и выбросить в мусорное ведро. Основная часть: упражнение «Кляксы». Дошкольникам предлагается взять на кисточку немного краски того цвета, который им хочется, затем плеснуть «кляксу» на лист бумаги и сложить лист вдвое, чтобы клякса отпечатать на другой стороне листа. Затем дети разворачивают лист и стараются понять, что за образ получился, дорисовывают детали. Заключительная часть: рефлексия, релаксация
8	«Кто притаился в темноте?» Цель: формирование позитивного восприятия окружающей реальности	Разминка: приветствие, упражнение «Спокойствие и только спокойствие». Дошкольникам предлагается выбрать стихотворение или песню и постараться спеть или прочитать текст максимально спокойно. Вокруг дошкольника будет происходить что-то страшное и неожиданное, искусственно созданное педагогом и другими детьми. Основная часть: упражнение «Кто притаился в темноте?». Дошкольникам предлагается лечь на два стула, словно на кровать. Далее дети закрывают глаза. Педагог рассказывает страшную историю, описывает страшный образ и подносит к детям разные по ощущениям предметы. Дети пугаются, находятся в напряжении. Затем педагог даёт дошкольникам команду «Открыть глаза!». Дети открывают глаза и видят перед собой различные игрушки, предметы быта и канцелярии. Педагог объясняет, что не всегда то, что нам кажется- оказывается правдой. Некоторые страхи мы придумываем сами. Заключительная часть: рефлексия, релаксация
9	«Смелый человек» Цель: формирование позитивной Я-концепции и уверенности в себе	Разминка: приветствие, упражнение «Шарик». Дошкольникам предлагается сесть на коврик и скрестить ноги. Педагог показывает детям дыхательное упражнение и произносит следующие слова: «Вот так шарик надуваем и рукою проверяем. Шарик лопнул, выдыхаем, наши мышцы расслабляем. Дышится легко, ровно, глубоко». Основная часть: упражнение «Смелый человек». Дошкольникам предлагается нарисовать портрет смелого человека и рассказать, почему он смелый и как он поборол свои страхи.

			Заключительная часть: рефлексия, релаксация
10	«Защитный амулет» Цель: формирование уверенности в себе и своих возможностях		Разминка: приветствие, упражнение «Ты мой друг». Дошкольники становятся в круг, далее им необходимо соседу справа сказать следующую фразу «Ты мой друг, я защищу тебя.....». Ребёнку нужно продолжить фразу (от чего, от кого, в какой момент и почему он готов его защитить). А ребёнок, которому была адресована фраза благодарит товарища и жмёт ему руку. Упражнение выполняется в две стороны (по часовой стрелки и против часовой стрелки). Основная часть: упражнение «Защитный амулет». Дошкольникам предлагается сделать свой личный амулет, из различных творческих материалов. Данный амулет будет их защищать от страхов. Вопросы для дошкольников: Ты представил свой амулет? Как он будет действовать? Какими свойствами он обладает? Как он будет выглядеть? Как он поможет тебе справиться со страхами? Заключительная часть: рефлексия, релаксация

На основании вышеизложенного, календарно-тематическое планирование было реализовано с ноября по декабрь 2023 года в рамках воспитательно-образовательного процесса дошкольного образовательного учреждения. Коррекционная деятельность была организована и проведена в полном объёме, старшие дошкольники с удовольствием посещали занятия, активно выполняли задания и упражнения. Отлично коммуницировали с педагогом и между собой.

Опираясь на результаты реализации КТП, нами был проведён контрольный этап педагогического эксперимента, на котором мы провели повторную диагностику наличия страхов у старших дошкольников. В диагностике использовалось следующее методическое обеспечение: тест «Страхи в домика» (А.И. Захаров, М.А. Панфилова) [6], тест тревожности (Р. Тэмпл, В. Амен, М. Доркин) [7].

Остановимся на интерпретации и сравнении полученных данных по методике «Страхи в домика» (А.И. Захаров, М.А. Панфилова) в процентном соотношении (см. таблица 2).

Таблица 2

**Сравнительные результаты диагностического исследования
наличия страхов у старших дошкольников**

Вид диагностики	Превышение возрастной нормы	Актуальные страхи на момент диагностирования
Первичная диагностика	Мальчики: 4 из 7 Девочки: 5 из 8	Страх смерти Страх перед сказочным персонажем Страх врачей Страх уколов Страх темноты и страшных снов Страх животных Страх природных катаклизмов Страх остаться одному дома
Вторичная диагностика	Мальчики: 0 из 7 Девочки: 0 из 8	Страх смерти Страх животных (волк, собака) Страх природных катаклизмов

Таким образом, мы видим, что среди старших дошкольников выявлена меньшая избирательность страхов, количество страхов у детей не превышает установленную норму для их возраста. Ведущими видами страхов стали: страх смерти (8), страх животных (7) и страх природных катаклизмов (6), по сравнению с первичной диагностикой даже их процентный показатель стал меньше.

Рассмотрим результаты проведения диагностической методике тревожности (Р. Тэмпл, В. Амен, М. Доркин), (см. таблица 3):

Таблица 3

Результаты диагностики уровня тревожности у старших дошкольников

Уровень тревожности	Процент от общего количества старших дошкольников в группе
Высокий уровень	0
Средний уровень	26
Низкий уровень	74

Таким образом, по результатам вторичной диагностики мы можем сделать вывод, что большинство старших дошкольников имеют низкий уровень тревожности (74%), остальная часть обследуемых имеет средний уровень тревожности (26%). Количество страхов у дошкольников значительно сократилось. Старшие дошкольники во время реализации календарно-тематического планирования в своих работах использовали яркие и позитивные цвета, применяли

попытки трансформации страшного в красивое и доброе, помогали друг другу, активно принимали участие в обсуждениях. Невротические страхи, такие как: страх темноты, сказочных персонажей, глубины и так далее) и вовсе потеряли свою актуальность среди дошкольников, так как у них повысилась самооценка, появилась уверенность в себе, своём окружении и своих действиях.

Данные показатели и результаты доказывают эффективность разработанного нами календарно-тематического планирования по коррекции страхов у старших дошкольников в рамках основного образовательного процесса дошкольного учреждения.

Список литературы

1. Абрамкина С.Н. Психолого-педагогическая коррекция страхов у дошкольников / С.Н. Абрамкина // Научно-методический электронный журнал Концепт. – 2015. – Т. 10. – С. 276–280. – EDN TSJQNT
2. Бавина Т.В. Детские страхи. Решение проблемы в условиях детского сада / Т.В. Бавина. Е.И. Агоркова. – М.: АРКТИ, 2016. – С. 135.
3. Кочетова Ю.А. Психологическая коррекция детских страхов / Ю.А. Кочетова // Психологическая наука и образование. – 2012. – №1. – С. 1–14.
4. Дюсс Л. Проективный тест «Сказка» / Л. Дюсс // Справочник от авторов 24 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://clck.ru/3FTcTz> (дата обращения: 26.09.2023).
5. Нурия Р. Детские страхи / Р. Нурия. – М.: Мнемозина, 2019. – С. 583.
6. Панфилова М.А. Страхи в домиках. Диагностика страхов у детей и подростков / М.А. Панфилова // Школьный психолог. – 1999. – №8. – С. 10–12. – EDN VFBCSM
7. Тэммл Р. Проективный тест тревожности / Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен // Психология счастливой жизни [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://clck.ru/3FTcZd> (дата обращения: 25.10.2023).