

**Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»
БАЛАШОВСКИЙ ИНСТИТУТ (ФИЛИАЛ)**

Кафедра дошкольного и начального образования

АВТОРЕФЕРАТ ДИПЛОМНОЙ РАБОТЫ

**ПРЕОДОЛЕНИЕ ДЕТСКИХ СТРАХОВ
В УСЛОВИЯХ ДОУ**

студентки 5 курса 52 группы
направления подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование,
профиля «Психология и педагогика дошкольная»
факультета естественно-научного и педагогического образования
Холуяновой Любови Владимировны

Научный руководитель
доцент кафедры ДиНО,
кандидат психологических наук,
доцент _____

Т.Н. Акулова

(подпись)

Зав. кафедрой ДиНО
кандидат педагогических наук,
доцент _____

Е.А. Казанкова

(подпись)

Балашов 2018

Введение. В ситуации социальной нестабильности на современного ребенка обрушивается множество неблагоприятных факторов, способных не только затормозить развитие потенциальных возможностей личности, но и повернуть процесс ее развития вспять. Поэтому большое внимание проблеме страха уделяется в работах отечественных психологов и психотерапевтов, которые отмечают рост числа детей с разнообразными страхами, повышенной возбудимостью и тревожностью.

Проблема детских страхов является одной из наиболее актуальных исследований в психологической науке и практике. Связано это с тем, что наличие страха у ребенка влияет на его психическое, личностное и социальное развитие, тормозит и деформирует эти процессы, приводит к трудностям в адаптации, общении со сверстниками и взрослыми, а также обуславливает проблемы в школьном обучении. Анализ научной литературы показывает, что для психологической теории проблема страхов не нова. Однако эмоциональная сфера ребенка, в том числе особенности страхов, механизмы и причины их возникновения недостаточно изучены.

Детские страхи могут получить отголоски и во взрослой жизни. Поэтому задача каждого родителя, воспитателя, психолога вовремя помочь ребенку, независимо от природы и специфики проявления страхов. Родители по большей части объясняют тревожное состояние своих детей разными причинами: кого-то напугал фильм или книга, кого-то собака на улице и т.д. Для ребенка страх - это самая сильная эмоция. Чаще всего первыми «симптомами» детских страхов выступает фрустрация и тревожность, а также агрессия, которая является защитной реакцией малыша. А самыми распространенными причинами детских страхов выступают проблемы взаимоотношений в семье, в которой растет и развивается ребенок.

Проблема возникновения страхов нередко осложняется тем, что многие родители не знают, как правильно реагировать на те или иные проявления эмоционального неблагополучия ребенка. Поэтому изучение особенностей детских страхов у дошкольников, а также возможных причин их

возникновения справедливо можно считать актуальной темой исследования, важной и с точки зрения науки, и с точки зрения практики.

Для детей с трудностями контакта характерны переживания, тревога, страх или гнев. Основным условием переживаний этих состояний во всех случаях является высокая чувствительность даже к слабым сигналам опасности. Чувство безопасности в настоящем и уверенности в безопасном будущем у ребенка заменяется состоянием низкой чувствительности к опасности.

Поэтому, наиболее актуальной для практической психологии и педагогики, выступает задача поиска эффективных путей диагностики и преодоления эмоционального нарушения у ребёнка. Если ребенок не знает, как найти выход из сложной ситуации и это останется без внимания, то в будущем, это неблагоприятно отразится на его психологическом здоровье. Важным моментом при коррекции страхов является то, что ребенку необходимо не давать подсказок, а направлять таким образом, чтобы он почувствовал, что сам нашел выход [1].

Страхи, эмоциональные нарушения поддаются коррекции и без последствий проходят у детей до десяти лет. Поэтому чрезвычайно важно своевременно обращаться к специалисту, принять меры по преодолению фобий у ребёнка. В связи с этим, наиболее актуальной для практической психологии и педагогики, является задача поиска наиболее эффективных путей выявления и преодоления психического неблагополучия ребёнка.

Цель исследования: изучение причин страхов детей в период старшего дошкольного возраста и путей их коррекции в условиях ДОО.

Объект исследования: психофизиологические особенности проявления страхов у детей.

Предмет исследования: психологические условия преодоления страхов у детей старшего дошкольного возраста.

Гипотеза исследования: внедрение системы занятий, направленной на формирование положительных эмоций, снятие эмоционального

напряжения, снижение тревожности способствует преодолению страхов у детей в период дошкольного возраста.

Задачи исследования:

1. Рассмотреть основные подходы к проблеме.
2. Изучить классификацию страхов и особенности их проявления у детей старшего дошкольного возраста.
3. Выделить причины и методы преодоления возникновения страхов у дошкольников
4. Разработать методические рекомендации по преодолению страхов в период старшего дошкольного возраста.

Методологическая основа исследования: теоретические положения, выдвинутые в работах российских учёных А.И.Божович, Л.С. Выготского, А.И. Леонтьева, А.В. Запорожец, Л.А. Петровской, Т.М. Мишиной, А.С. Спиваковской, К.Д. Ушинским, А.Т. Лидерс, К.Изард, исследующих эмоционально-личностную сферу, тревожность и страхи у детей. Использовался опыт зарубежных авторов З.Фрейда, А.Адлера, К.Хорни, Ч.Спилбергера, Ф.Перлза, Э.Фромма, Дж.Уотсона, Г.С. Салливан, В.Э. Гибзаттель, занимающихся проблемой фобий и их влиянием на формирующуюся личность ребёнка.

Методы исследования: анализ научной и научно-методической литературы по проблеме исследования, обобщение теоретического и практического материала, наблюдение, беседа с детьми и педагогами в условиях ДОУ.

Теоретическая и практическая значимость исследования: более детально изучены особенности проявления страхов в период дошкольного возраста, разработанная система занятий для детей, направленных на развитие социального доверия, внутренней свободы и преодоление негативных переживаний, связанных с состоянием страха может быть использована родителями, воспитателями и психологами ДОУ.

Структура работы: работа состоит из введения, двух глав, выводов по главам, заключения, списка использованных источников и приложений.

Основное содержание работы. В первой главе исследования «ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АСПЕКТ ИЗУЧЕНИЯ СТРАХА В СТРУКТУРЕ ЛИЧНОСТИ» были рассмотрены основные подходы к проблеме, определены причины, классификация и специфика проявления страхов у детей старшего дошкольного возраста, а также пути и средства преодоления страхов у дошкольников.

Понятие страха разрабатывалось многими исследователями и имеет разные толкования.

По мнению Артура Ребера, страх - это 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.

Согласно Р.Ф.Овчаровой страх – это эффективное (эмоционально заострённое) отражение в сознании человека конкретной угрозы для его жизни и благополучия».З. Фрейд определял страх как состояние аффекта, объединение определенных ощущений ряда удовольствия-неудовольствие с соответственными иннервациями разрядки напряжения и их восприятие, а также, вероятно, и отражение определенного значимого события. В состоянии страха, преимущественно невротического, может усматриваться репродукция травмы рождения.В работах Дж. Уотсона «страх - это фундаментальная, врожденная эмоция, стоящая в ряду первичных (гнев, любовь), появляющаяся с момента рождения.»

Среди причин или активаторов страха Томкинс выделяет эмоции и когнитивные процессы. К.Э. Изард говорит так же и о естественных активаторах страха: боль, одиночество, внезапное изменение стимуляции, стремительное приближение объекта.Страх выполняет функцию защиты нас от опасности, заставляет учитывать возможный риск, и это благоприятно для

человека, так как способствует его адаптации и дальнейшему благополучию. Страх выполняет социальную функцию, он мотивирует человека искать помощь, объединяет людей, а также страх выполняет важные адаптивные функции.

В психологической литературе старший дошкольный возраст называется периодом наибольшей выраженности страхов, что связано не столько с эмоциональным, сколько - с когнитивным развитием дошкольников. В этот период резко возрастает понимание детьми опасности. Так, в работе В.М. Минаевой (2000) было отмечено важное эмоциональное новообразование 7-ми лет - способность детей обобщать негативные и позитивные эмоциональные переживания.

В старшем дошкольном возрасте, указывает А.И. Захаров, количество страхов у детей возрастает, особенно у девочек. Так, "средний балл или индекс страхов", по данным автора составляет: у мальчиков в 5 лет - 8 страхов, в 6-7 лет - 9 страхов, а у девочек в 5 лет - 11 страхов, в 6-7 лет - 11-12 страхов. По мнению О.В. Талипиной (2002), наибольшая чувствительность к страхам проявляется у детей к 7 годам, не обучающимся в школе. В исследовании Ю.М. Миланич (1998) возраст 6-7 лет назван кризисным периодом развития детей, характеризующимся наибольшей чувствительностью психики.

Среди причин возникновения страхов у детей А.И. Захаров выделяет социально-культурные и психологические предпосылки, и кроме того – биологические предпосылки возникновения страхов.

согласно А.И. Захарову, для старших дошкольников характерны как социально опосредованные, так и инстинктивно опосредованные страхи. Это сочетание страхов несоответствия общепринятым нормам и страхов смерти родителей на фоне формирующегося чувства ответственности, мистического настроения и выраженной в этом возрасте внушаемости. На психологическое здоровье ребенка оказывает влияние социокультурная ситуация, в первую

очередь отношения родителей к ребенку, а так же отношения супругов друг к другу.

В современном обществе достаточно много детей, у которых наблюдается повышенное беспокойство, неуверенность, эмоциональная неустойчивость. Тревожные дети проявляют специфическое отношение к успеху, неудаче, оценке и результату, они чрезвычайно чувствительны к плодам собственной деятельности, болезненно боятся и избегают неудач. В этом случае психологи выделяют в качестве методов коррекции тревожности игротерапию и арттерапию.

Вторая глава работы "ПРАКТИЧЕСКИЙ АСПЕКТ ПРЕОДОЛЕНИЯ СТРАХОВ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА" представлена экспериментальным исследованием, направленным на выявление и снижение страхов у детей старшего дошкольного возраста.

На первом этапе исследования с помощью методик: «Нарисуй свой страх» А.И.Захарова и «Сказка» Луизы Дюсс мы выявили наличие страхов у детей старшего дошкольного возраста. Результаты констатирующего эксперимента свидетельствуют о достаточно высоком уровне тревожности и страхов у детей экспериментальной группы. Однако следует помнить, что в дошкольном возрасте страхи наиболее успешно подвергаются психологическому воздействию, поскольку они пока больше обусловлены эмоциями, чем характером, и во многом носят возрастной переходящий характер. Если в этом возрасте не будет сформировано умение оценивать свои поступки с точки зрения социальных предписаний, то в дальнейшем это будет весьма трудно сделать, так как упущено благоприятное время для формирования чувства ответственности. Учитывая результаты исследования и особенности возраста, возникла необходимость проведения работы с детьми по коррекции страхов в экспериментальной группе.

Формирующий эксперимент нашего исследования представлен программой, направленной на преодоление страхов детей в период старшего дошкольного возраста. Программа направлена не только на преодоление

страхов, но и на развитие коммуникативных навыков, на формирование уверенности в собственных силах и способности успешно реализовать себя во взаимодействии с окружающими людьми. Также она способствует снижению уровня тревожности.

Программа представлена системой занятий, цель которых – преодоление страхов у детей дошкольного возраста, таких как боязнь темноты, животных, сказочных героев, транспорта, падения, неожиданности, одиночества и многие другие. Ее реализация позволила добиться значительного снижения проявления страхов у испытуемых экспериментальной группы, что в конечном итоге мы и получили.

По мере осуществления программы в поведении дошкольников наблюдались положительные изменения. Если в начале у участников группы наблюдались признаки неуверенности и тревоги, проявлялся страх самораскрытия: дети не проявляли инициативы участвовать в ролевых играх, закрывали друг от друга свои рисунки, стеснялись проговаривать свои чувства. То по мере прохождения занятий дети становились более раскрепощенными и инициативными. Появилось доверие к психологу и друг к другу. Дети начали сами проявлять активность и изъявляли желание участвовать в разыгрывании страшных сказок, участвовали в обсуждении сказок, овладевали умением уверенно высказывать свое мнение.

На этапе контрольного эксперимента мы определяли какие виды страхов присутствуют у дошкольников, применяя уже знакомый нам набор методик. По результатам исследования видно, проявление страхов у детей значительно меньше, чем на этапе констатирующего эксперимента. У дошкольников наблюдается положительная динамика в снижении страха.

Следовательно, формирующий эксперимент, представленный программой, способствующей нейтрализации страхов и эмоционально-отрицательных переживаний, позитивно влияет на дошкольников.

Заключение. Проблеме детских страхов уделяется много внимания, в виду их довольно широкого распространения среди детей. В работах отечественных и зарубежных психологов проблема страха занимает особое место (В.И. Гарбузов, А.И. Захаров, В.С. Мухина, В.Д. Зеньковский, А.С. Спиваковская, К. Изард, Г. Эберлейн, Дж. Уотсон, Й. Раншбург, П. Поппер и др.). Одни авторы определяют страх как специфическую эмоцию или как душевное явление (В.Д. Зеньковский, Д. Айке, Ч. Райкрофт и др.), другие считают, что страх - это эмоциональное состояние (А. О. Прохоров, З. и А. Фрейд, Й. Раншбург, Э. Эриксон и др.).

Страх считается наиболее сильной и опасной из всех эмоций, оказывающей значительное воздействие на психическое развитие ребенка (В.И. Гарбузов, А.И. Захаров, В.В. Лебединский, О.С. Никольская, К. Изард и др.).

В нашей работе в качестве теоретического и рабочего определения принята модель К. Изарда, где страх определяется как очень сильная эмоция, переживаемая как тревожное предчувствие, беспокойство. Человек испытывает все больше неуверенности в собственном благополучии, страх переживается как чувство абсолютной незащищенности и неуверенности в собственной безопасности. У человека возникает ощущение, что ситуация выходит из под контроля. Он ощущает угрозу своему физическому и/или психологическому «Я», а в экстремальных случаях - даже угрозу своей жизни.

Достаточно часто страх проявляется в период дошкольного возраста. Дошкольное детство – это период развития детей от 3 до 7 лет. Ведущей деятельностью в этом возрасте является сюжетно-ролевая игра. Именно у дошкольников закладываются основы мировоззрения; поведение становится произвольным, появляется внутренняя позиция. Социальная ситуация развития в дошкольном возрасте - общение дошкольников с взрослыми и сверстниками.

Большинство психологов считают, что психологическое здоровье или нездоровье ребенка неразрывно связано с атмосферой или климатом семьи и зависит от характера взаимоотношений в семье. Страхи у детей не возникают, если в семье ребенка царит доброжелательность, любовь, родители отзывчивы к его нуждам и запросам, просты и непосредственны в общении и действуют согласованно в вопросах воспитания, принимая во внимание интересы ребенка. И, наоборот, в атмосфере холодного отчуждения и постоянных конфликтов вырастают дети с психическими расстройствами и личностными проблемами.

По мнению К. Изарда, причины страха могут быть разделены на четыре класса: 1) внешние события или процессы; 2) влечения и потребности; 3) эмоции; 4) когнитивные процессы субъекта. Причины, относящиеся к каждому из этих классов, могут быть врожденными или приобретенными.

Детские страхи - явление обычное для детского развития.

В.В.Лебединский подчеркивает, что каждый страх или вид страхов появляется только в определенном возрасте, т.е. у каждого возраста есть «свои» страхи, которые в случае нормального развития со временем исчезают. Появление определенных страхов совпадает во временном отношении со скачком в психомоторном развитии ребенка. Детские страхи в случае нормального развития являются важным звеном в регуляции поведения ребенка и, в целом, имеют положительный адаптационный смысл.

Л.С.Выготский обращает внимание на то, что необходимо отделять патологический страх, требующий коррекции, от нормального, возрастного, с тем, чтобы не нарушить развитие ребенка.

Л.В.Венгер справедливо заметил, что с приходом умения планировать свои действия и предвидеть действия других, появления способности к сопереживанию, чувством стыда, вины, гордости и самолюбия, усложняется и психологическая структура страхов.