Оглавление

Введение…….....3

1Психолого-педагогическое обоснование проявления страхов у детей младшего школьного возраста.....7

1.1 Страх как психологическая категория…….....7

1.2 Причины возникновения детских страхов……....13

1.3 Виды страхов и их характеристика……...….18

1.4 Психологические методы коррекции страхов у детей младшего школьного возраста……...24

2 Опытно-педагогическая работа по снижению уровня страхов детей 1 класса МКОУ « Беловская СОШ»……30

2.1 Организация и методы исследования…….……...……30

2.2 Анализ результатов исследования…….…36

Заключение……...……..……44

Список использованных источников…….…..47

Приложения

Введение

Гармоничное развитие личности ребёнка возможно при наличии здоровья, определяемого Всемирной организацией здравоохранения как состояние физического, психического и социального благополучия человека. Ключевым для педагогов и психологов будет понятие психического здоровья, включающее благополучие в эмоциональной и познавательной сфере, развитии характера и формировании личности, нервно-психическом состоянии детей и подростков. Те или иные сдвиги в психическом здоровье могут быть следствием как врожденных, так и приобретенных аномалий психического развития, нервно-психических заболеваний, органических нарушений (изменений) головного мозга.

В наше неспокойное время с его стремительным ритмом жизни, с новыми требованиями, предъявляемыми к личности человека, с активным внедрением во все сферы жизни новинок технического прогресса, становится всё труднее сохранить равновесие, особенно в плане психического здоровья.

Если мы, будучи детьми, боялись прививок и Бабы Яги, то у современных детей куда более серьёзные поводы для волнений. И все их многочисленные переживания нередко перерастают в страхи.

Страх – это психологическое состояние, связанное с выраженным проявлением астенических чувств – тревоги, беспокойства и других, в ситуации угрозы биологическому или социальному существованию индивида и направленное на источник действительной или воображаемой опасности [3; с.15 - 16].Так по полученным данным количество детей младшего школьного возраста с устойчивыми страхами в 1995 – 2005 годы составило 80 % в сравнении с 1980 – 1983 годами, где таких детей было от 12 % до 16 %, в 1990 – 1993 годы - 70 % - 72%. Это свидетельствует о том, что число детей, подверженных страхам, увеличивается.

Как известно, страх проявляется на поведенческом, телесном уровнях, на уровне переживаний. По сравнению с другими эмоциями, страх оказывает наиболее сдерживающее влияние:

а) ограничивается восприятие;

б) мышление замедляется, становится более узким по объему и более ригидным по форме;

в) мускулы напрягаются;

г) сокращается число степеней свободы в поведении. Переживание страха сопровождается чувством неуверенности, незащищенности, невозможности контролировать ситуацию.

Подавляющее большинство страхов в той или иной степени обусловлены возрастными особенностями и имеют временный характер.

Детские страхи, если к ним правильно относиться, понимать причины их появления, чаще всего исчезают бесследно. Если же они болезненно заострены или сохраняются длительное время, то это служит признаком неблагополучия, говорит о нервной ослабленности ребенка, неправильном поведении родителей, незнании ими психических и возрастных особенностей ребенка, наличии у них самих страхов, конфликтных отношений в семье [8; с. 3 - 4].

Основные страхи у детей младшего школьного возраста связаны с изменением социальной ситуации развития, поступлением ребенка в школу. Не случайно появился термин "школьная фобия", обозначающий большое количество страхов, вызванных различными ситуациями школьного взаимодействия (страх ответа у доски, страх сделать ошибку, страх проверки знаний и т.д.).

Практически каждый ребенок в начальной школе требует психологической поддержки.

Младший школьный возраст является этапом существенных изменений в психическом развитии. Полноценное проживание ребенком данного возрастного периода возможно лишь при определяющей и активной роли взрослых, основной задачей которых является создание оптимальных условий для раскрытия и реализации потенциальных возможностей младших школьников с учетом индивидуальных особенностей каждого ребенка. Из вышесказанного, выбор данной темы можно обосновать следующими причинами:

1. Резкий рост страхов у детей младшего школьного возраста.

2. Изменение качества страхов.

3. Отсутствие специальной работы со стороны учителей, направленной на снижение уровня страхов у учащихся.

4. Слабая разработанность данной проблемы в области особенностей младших школьников. Рассматривая данную проблему в своей работе, мы опираемся на понятие страха из психолого-педагогического словаря под редакцией Северной А.А., Толстых Н.Н.

Страх – это психологическое состояние, связанное с выраженным проявлением астенических чувств - тревоги, беспокойства и других, в ситуации угрозы биологическому или социальному существованию индивида и направленное на источник действительной или воображаемой опасности [31; с. 45 - 46].

Страх – это реакция на угрозу человеку как существу биологичному, когда опасности подвергается жизнь человека, его физическая цельность.

Проблемой возникновения и коррекции страхов занимались как в отечественной, так и в зарубежной психологии. Важнейший вклад в развитие данной проблемы внесла доктор медицины из Австралии Гизела Эберлейн. Она рекомендует аутогенную релаксацию, которая в последнее время получила широкое признание в качестве одного из лучших методов коррекции эмоциональной сферы.

Но эффективность её практического применения мало известна. Г. Эберлейн также предлагает суггестивную терапию внушения.

В отечественной психологии широко представлены исследования врача-терапевта, доктора психологических наук А.И. Захарова. В своей книге «Дневные и ночные страхи» он предложил два основных метода - игровая коррекция и коррекция рисованием.

По аналогии с А.И. Захаровым Р.В. Овчарова считает, что преодолению страхов способствует использование рисования и игровой терапии. Данная программа представлена в её книге «Практическая психология в начальной школе». М.И. Чистякова использует психогимнастику в качестве коррекции страхов.

Проблема исследования заключается в выявлении условий эффективной коррекции страхов детей младшего школьного возраста.

Объект исследования: особенности проявления страхов в младшем школьном

возрасте.

Предмет исследования: способы коррекции страхов детей младшего школьного возраста.

Цель исследования: выявить психолого-педагогические условия, при которых коррекция страхов детей будет эффективной ; апробировать эти условия опытно-педагогическим путем.

Гипотеза исследования: степень выраженности и количество страхов можно сократить при соблюдении следующих условий:

1. Своевременное выявление уровня страхов у детей.

2. Изучение причины их появления.

3.Систематическое и целенаправленное проведение коррекционно – развивающей работы с учётом индивидуально - возрастных психологических особенностей.

Задачи исследования:

1. Систематизировать и обобщить основные теоретические положения по проблеме страхов детей.

2. Выявить причины возникновения страхов.

3. Составить программу по коррекции страхов у младших школьников и апробировать её на практике.

В качестве **методов исследования** были использованы:

1. Высокоформализованные методы: тесты.

2. Малоформализованные методы: беседа, наблюдение.

3. Метод качественного и количественного анализа результатов.

Глава 1 Психолого - педагогическое обоснование проявления страхов у детей младшего школьного возраста

1.1 Страх как психологическая категория

Страх - это специфическое острое эмоциональное состояние, особая чувственная реакция, проявляющаяся в опасной ситуации [4; с. 67 - 68]. Страх вызывается всегда конкретной и близкой, уже наступившей опасности.

Страх – аффективное (эмоциональное заострённое) отражение в сознании конкретной угрозы для жизни и благополучия человека.

Р. В. Овчарова считает, что страх основан на инстинкте самосохранения, имеет защитный характер и сопровождается определёнными физиологическими изменениями высшей нервной деятельности, что отражается на частоте пульса и дыхания, показателях артериального давления, выделении желудочного сока.

Согласно З. Фрейду, страх – это - состояние аффекта,объединение определённых ощущений ряда удовольствия - неудовольствие с соответствующими иннервациями, разрядки напряжения и их восприятие, а также, вероятно, и отражение определённого значимого события.

А. Адлер считал, что страх протекает от подавления агрессивного влечения, играющего главную роль в обыденной жизни и в неврозе.

Уильям Джеймс и Карл Ланге независимо друг от друга пришли к выводу о том, что переживаемое соматическое состояние и есть эмоция: мы боимся, потому что дрожим. Начиная с середины 1950-го года когнитивные психологи бросили вызов этой теории Джеймса-Ланге, продемонстрировав, что уже сами мысли могут вызвать такие же физиологические изменения, которые можно наблюдать в реальной ситуации опасность. В начале XX столетия Джон Б. Уотсон экспериментально продемонстрировал условно-рефлекторные или приобретённые аспекты страха.

Еще М. А. Кузьмина сказала: «Мы обещаем согласно своим надеждам, а

поступаем согласно своим страхам» [6; с. 89].

По мнению А.И. Захарова: «Лично обусловленный страх предопределён характером человека, например, его повышенной мнительностью, и способен появляться в новой обстановке или при контактах с незнакомыми людьми» [3, с. 89 - 90].

Страх обычно характеризуется внутренним, субъективным переживанием очень сильного возбуждения, желания бежать или нападать и рядом симптомических реакций. Страх часто различается с тревогой по одному из двух оснований:

а) страх рассматривается как включающий определённые объекты или события, в то время как тревога считается более общим эмоциональным состоянием;

б**)** страх - это реакция на присутствующую в данный момент опасность, тревога на ожидаемую или предполагаемую.

Страх - это эмоциональное состояние, возникающее в присутствии или предвосхищении опасного и вредного стимула.

Нелегко найти человека, который бы никогда не испытывал чувство страха. Беспокойство, тревога, страх - такие же эмоционально неотъемлемые проявления нашей психической жизни, как и радость, восхищение, гнев, удивление, печаль. Но при чрезмерной податливости к страхам, зависимости от них меняется поведение человека вплоть до «эмоционального паралича».

В свою очередь страх можно рассматривать как выражение тревоги в конкретной форме, если предчувствия не пропорциональны опасности и тревога принимает затяжное течение. В некоторых случаях страх представляет своеобразный канал для выхода лежащей под ним тревоги. Страх и тревога - два понятия, объединяемые одними авторами и разделяемые другими авторами. Условно различия между тревогой и страхом можно представить следующим образом:

1. Тревога-сигнал опасности, а страх-ответ на неё.

2. Тревога скорее предчувствие, а страх-чувство опасности.

3. Тревога обладает в большей степени возбуждающим, а страх тормозящим воздействием.

4.Тревога более характерна для лиц с холерическим, а страх- с флегматическим темпераментом.

5. Стимулы тревоги имеют общий, неопределённый, абстрактный характер, страх - определённый и конкретный характер, образуя психически замкнутое пространство.

6. Тревога, как ожидание опасности проецирована в будущее, а страх, как воспоминание об опасности, имеет своим источником, главным образом, прошлый травмирующий опыт.

7. Несмотря на свою неопределённость, тревога в большей степени рациональный, а страх – эмоциональный феномен.

8. Тревога – социально, а страх – инстинктивно обусловленные формы психического реагирования при наличии угрозы.

Если человек начинает бояться самого факта возникновения страха (страх страха), то здесь на лицо высокий уровень тревоги, поскольку он боится, а точнее опасается всего, что может даже косвенно угрожать его жизни и благополучию. Если источник опасности является неопределенным или неосознанным, возникающее состояние называется тревогой. Функционально страх служит предупреждению субъекта о предстоящей опасности, позволяет сосредоточить внимание на ее источнике, побуждает искать пути ее избегания. В случае, когда страх достигает силы аффекта (панический страх, ужас), он способен навязать стереотипы поведения (бегство, оцепенение, защитная агрессия). В социальном развитии человека страх выступает как одно из средств воспитания: например, сформированный страх осуждения используется как фактор регуляции поведения. Неадекватные реакции наблюдаются при различных психических заболеваниях [23; с.130].

Поскольку в условиях общества индивид пользуется защитой правовых и других социальных институтов, повышенная склонность к страху лишается приспособительного значения и традиционно оценивается негативно.

Сформированные реакции страха сравнительно стойки и способны сохраняться даже при понимании их бессмысленности. Поэтому воспитание устойчивости к страху обычно направлено не на избавление от него, а на выработку умений владеть

собой при его наличии. Неадекватные реакции страха наблюдаются при различных психических заболеваниях (фобия) [21; с. 14].

Страх возникает из либидо, служит самосохранению и является сигналом новой, обычно внешней опасности.

Происхождение страха двояко:

1) как прямое следствие травматического фактора;

2) как сигнал о возникновении угрозы повторения этого фактора.

Страх осуществляет вытеснение и соответствует вытесненному желанию, но не эквивалентен ему.

Выделяются три основных вида страха: страх реальный, страх невротический и страх совести. Единственное место сосредоточения страха - Я.

Согласно Адлеру, страх происходит от подавления агрессивного влечения, играющего главную роль в обыденной жизни и в неврозе.

В психоанализе особо выделяются такие формы:

1) страх свободный — общая неопределенная боязливость;

2) многообразные фобии, когда страх накрепко связывается с определенными содержаниями представлений;

3) спонтанные приступы страха, проявляющиеся при истерии и других формах тяжелых неврозов, а также в любых условиях возбуждения, в виде аффекта страха или приступа страха свободного, которые или сопровождают симптомы, или же выступают независимо от каких-либо условий и без видимой обусловленности внешней опасностью [13; с. 36].

Страх реальный - рациональное выражение инстинкта самосохранения как нормальная реакция на восприятие внешней опасности.

Страх свободный — общая неопределенная боязливость, готовая на время привязаться к любой появившейся возможности и выражающаяся в состоянии "страха ожидания" или "боязливого ожидания". Страх беспредметный, не связанный с каким-либо объектом, вызывающим этот страх [14; с. 84].

Итак, страх - реальная часть жизни человека. Эта эмоция возникает, когда прогнозируется что-то неприятное, когда человек воспринимает ситуацию как уг-

рожающую его спокойствию и безопасности, а он при этом не может защититься, избавиться от угрозы, убежать. Страх всегда есть сигнал и предупреждение об опасности, но он также содержит и импульс к преодолению этой опасности. Страх выполняет позитивную функцию, делая человека более осторожным и осмотрительным.

Само по себе переживание страха пугает человека. Видов страха человека бесконечное множество. Один страх парализует, другой активизирует. Страх индивидуален и отражает личностные особенности каждого человека, он может быть вызван как физической, так и психологической угрозой [17; с. 32].

Естественные сигналы опасности, на которые человек биологически предрасположен реагировать страхом, - это боль (ожидание боли), одиночество, внезапное изменение стимуляции, стремительное приближение объекта, высота, нечто незнакомое.

Есть и приобретенные активаторы страха: присутствие чего-то угрожающего, отсутствие того, что обеспечивает безопасность, события, которые происходят в ожидаемом месте и в ожидаемое время, контекст события, индивидуальные различия, страдание. Страх увеличивается, когда наш образ жизни и деятельности изменяется вопреки нашему желанию. Мы испытываем страх, что можем лишиться собственных сил. Страх возникает в тех случаях, когда мы оказываемся в неразрешимой, на наш взгляд, ситуации. Все новое, неизвестное, впервые случившееся, также сопровождается страхом.

Страх как реакция на угрозу или опасность – обоснован и естественен. Абсолютное отсутствие страха - болезнь, психическое расстройство.

В самом общем виде страх условно делится на ситуативный и личностный. Ситуативный страх возникает в необычной, крайне опасной или шокирующей взрослого человека или ребенка обстановке, например, при стихийном бедствии, нападении собаки и т.д. Часто он проявляется в результате психического заражения паникой в группе людей, тревожных предчувствий, тяжелых испытаний, конфликтов и жизненных неудач.

Личностно обусловленный страх предопределен характером человека,

например, его повышенной мнительностью, и способен появляться в новой обстановке или при контактах с незнакомыми людьми. Ситуативно и личностно обусловленные страхи часто смешиваются и дополняют друг друга [8; с.10]. 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 избегать посещения ряда мест, разговоров и книг на определенную тему, смущение и застенчивость при общении [8; с.11].

1.2 Причины возникновения детских страхов

В зависимости от причины, вызывающей чувство страха, выделяют следующие группы: биологический, общественный, моральный и разобщённый страхи. При этом проявления боязни могут быть одинаковыми вне зависимости от причин ее возникновения. Остановимся на биологических причинах возникновения страха.

Биологический страх возникает, когда существует угроза жизни или продолжению вида. Угроза может исходить извне или изнутри организма.

Когда угроза исходит извне, она ясно осознается. Интенсивность испытываемого страха зависит от возможности человека действовать. Любое возможное действие – бегство, драка, и даже возможность самому лишить себя жизни – уменьшает интенсивность испытываемого страха.

Парадоксально, но страх, как правило, исчезает, когда мы непосредственно находимся перед лицом опасности. Природа поставила человеку предохранитель – страх, чтобы мы не подвергали себя лишнему риску. Но природа, же и позаботилась, чтобы страх не мешал борьбе за жизнь.

В общих чертах это выглядит так: страх растет по мере приближения к источнику опасности, причем из-за эмоционального напряжения кажется, что время тянется невообразимо медленно, а расстояние постоянно удлиняется. В момент, когда происходит встреча с источником опасности, чувство страха внезапно слабеет, разряжается в действии (бегстве или борьбе).

Чувство страха на самом деле как бы подготавливает человека к встрече с грозящей ему опасностью, а когда момент наступает, страх не нужен, он теряет свой смысл. Когда угроза миновала – человек испытывает, как минимум облегчение, что на этот раз удалось выпутаться, а как максимум - чувство восторга по поводу победы.

Этот цикл - "ожидание – разрядка – покой" - наблюдается во всех ситуациях, связанных с сильными переживаниями.

Относительно общественного страха**,** известно, что человек - единственный

представитель животного мира, который рождается совершенно не приспособленным к самостоятельному выживанию. И во взрослом состоянии человек зависит от общества. Общество – это зеркало, которое отражает наше поведение. Видя, как окружающие люди реагируют на тот или иной поступок, человек может вносить коррективы в свое поведение. Человек никогда не сможет избавиться от общественного влияния. Основа связи с окружающим миром закладывается в раннем детстве, и если эта связь нарушается – возникают угроза и, следовательно, страх.

Моральный страх возникает при дальнейшем развитии общественного страха. Обратная связь с окружением становится своеобразным внутренним судьей, голосом совести. Человек начинает принимать мнение окружающих о себе за свое собственное. Таким образом, все то, что было снаружи, когда ребенок учился основным нормам общества, поселилось у него внутри, в качестве критерия «правильности» собственного поведения. При этом часто возникает конфликт потребностей человека с его понятием о долге, морали. Так, по мнению З. Фрейда, возникает страх моральный.

Эгоцентрические, основанные на инстинкте самосохранения страхи, дополняются социально-опосредованными, затрагивающими жизнь и благополучие других. Рассмотренный процесс дифференциации страха в историческом и личностном аспектах — это путь от страха к тревоге, о которой можно уже говорить в старшем дошкольном возрасте и которая как социально-опосредованная форма страха приобретает особое значение в школьном возрасте.

Во многих цивилизациях дети в своем развитии испытывают ряд общих страхов: в дошкольном возрасте — страх отделения от матери, страх животных, темноты, в 6-8 лет — страх смерти. Это служит доказательством общих закономерностей психического развития, когда созревающие психические структуры под влиянием социальных факторов становятся основой для проявления одних и тех же страхов. Насколько будет выражен тот или иной страх и будет ли он выражен вообще, зависит от индивидуальных особенностей психического развития и конкретных социальных условий, в которых проходит формирование личности

ребенка.

Л. Г. Скоробогатова выделяет следующие причины возникновения страхов:

Первая причина - это некое вполне конкретное событие, случай, реально произошедший с ребенком. Например, ребенок боится заходить в лифт (или в другое замкнутое пространство), потому что в нем ранее застревал, испытав при этом ощущение беспомощности, страха, ужаса. Страх может быть связан с объектами, лицами. Сюда относятся страхи собак, отрицательных персонажей и … "нехороших" людей. Такого рода страхи легче других поддаются коррекции и если неприятные события не повторяются, то нередко проходят сами собой.

Вторая причина - не все дети приобретают страхи в результате травмирующих событий. Многое зависит от особенностей характера ребенка, от степени его эмоциональной чувствительности и восприимчивости, тревожности.

Третья причина - это запугивание в воспитании.

Так, дети-дошкольники из конфликтных семей более часто, чем их сверстники боятся животных, природных стихий, заболеваний, смерти, им чаще снятся кошмары.

Причина четвертая - тревожные родители. Очень часто ваш ребенок боится чего-то не сам по себе, а потому, что этого боятся родители. Особенно часто такая ситуация случается в семьях, где мама или бабушка обладают высоким уровнем тревожности, который увеличивается во сто крат по отношению к малышу. Особенно, если он - единственный, поздний или не слишком здоровый. Для таких родителей мир вокруг их чада наполнен опасностями: "Не гладь собаку - укусит", "Не ходи по лужам - заболеешь", "Не ходи один во двор - там хулиганы". Если ребенок здоров и психически устойчив, то он, скорее всего, привыкнув, перестанет обращать на все это внимание, относясь к предостережениям взрослых как некоторому фону. Но беда в том, что наследственность и многократные повторения тоже способны сделать свое дело: у тревожных матерей часто растут тревожные дети.

Причиной возникновения страха может быть как неподходящая для их возраста информация, услышанная по телевизору, так и какие-либо события, произошедшие

неподалеку от дома (например, драка или ограбление). Большое влияние оказывает и домашняя обстановка ребенка. В своем доме ребенок должен чувствовать себя защищенным от всех опасностей. К тому же, дети часто обсуждают, услышанное или увиденное между собой в школе. Они верят, что подобные опасности могут случиться и с ними, и эти опасения неосознанно преобразуются в детские страхи. Это, в общем-то, тоже нормальная реакция, позволяющая ребенку познавать реальности окружающего его мира.

Продолжающийся процесс урбанизации отдаляет человека от естественной среды обитания, ведет к усложнению межличностных отношений, интенсификации темпа жизни. Прямо и косвенно, через родителей, это может отражаться на эмоциональном развитии детей.

Общение с детьми у родителей, которые без конца поучают, строится преимущественно на абстрактно-отвлеченном, а не на наглядно-конкретном уровне. Вследствие этого ребенок как бы учится беспокоиться по поводу того, что может произойти, а не активно и уверенно преодолевать различные жизненные трудности.

Страх, беспокойство у детей могут вызвать постоянно испытываемые матерью нервно-психические перегрузки вследствие вынужденной или преднамеренной подмены семейных ролей. Так, мальчики и девочки боятся чаще, если считают в семье главой мать, а не отца.

Беспокойство у эмоционально чувствительных детей первых лет жизни возникает вследствие стремления некоторых матерей как можно раньше выйти на работу, где сосредоточена основная часть их интересов. Эти матери испытывают постоянное внутреннее противоречие из-за борьбы мотивов, желания сразу успеть на двух фронтах. Они рано отдают детей в дошкольные детские учреждения и не достаточно учитывают их эмоциональные запросы.

Честолюбивые, не в меру принципиальные, с болезненно заостренным чувством долга, бескомпромиссные матери излишне требовательно и формально поступают с детьми, которые не всегда их устраивают в отношении пола, темперамента или характера. У гиперсоциализированных матерей забота — это главным образом тревога по поводу возможных, а потому и непредсказуемых несчастий с их

ребенком. Типичная же для них строгость вызвана навязчивым стремлением предопределить его образ жизни, по заранее составленному плану, выполняющего роль, своего рода ритуального предписания. А эмоционально чувствительные и впечатлительные дети формально правильное, но недостаточно эмоциональное, теплое и нежное отношение к матери воспринимают с беспокойством.

Таким образом, можно говорить о том, что большинство страхов родом из детства. При поступлении ребёнка в школу, изменении его статуса, окружающей обстановки и т.п., страхи могут обостряться. Кроме того появляется множество новых переживаний и страхов.

1.3 Виды страхов и их характеристика

Часто путают страх с инстинктом самосохранения. Чтобы убедиться в противоположном, достаточно вспомнить симптомы страха. Обычно это так: человек дрожит, постоянно колеблется в своем решении, переживает глубочайший стресс. Скорее в таком состоянии оно станет пассивной жертвой обстоятельств. Кажется, страх более походит на механизм самоуничтожения. Вряд ли можно найти более изощренную болезнь, чем страх. Можно бояться заболеть язвой желудка, можно бояться попасть в авиакатастрофу и попасть в нее.

Отсюда мы можем выделить основные виды страха:

Страх перед физическим воздействием**.** Многие боятся заболеть, покалечиться, умереть, в конце концов. Но, как известно, обычно случается именно то, чего человек боится.

Человек может бояться в разные периоды своей жизни разных последствий для своего тела. Это можно назвать коллекционированием страхов и их результатов. Одно из свойств страха - то, что он не дает сосредоточиться ни на чем кроме себя. Конечно, спасает то, что у человека их, как правило, более одного. Один мощный страх может поглотить все остальные, вместе с их хозяином.

Страх перед одиночеством**.** Многие люди боятся остаться одни. Как и в случае любого другого страха, они совершают странные поступки. Одним можно остаться и среди других людей. Отсюда странное желание походить на других, желание найти людей, которые похожи. Конечно, идеально похожих людей найти сложно. Но человека, который боится остаться один, это не останавливает.

Страх перед неизвестностью**.** Человек не может точно знать, что с ним будет через год или на следующий день. Поддаваясь влиянию этого вектора страха, люди окружают себя шарлатанами. Некоторые начинают просчитывать свою жизнь, пытаются сделать запасы продовольствия. Другие от страха перед завтрашним днем убеждают себя, что все предопределено, и пассивно движутся по воле обстоятельств.

Страх перед людьми**.** Как утомительно думать о том, что другие думают о вас. Так проявляет себя страх перед людьми. Человек многим жертвует, чтобы кто-то о нем случайно не подумал дурно. Люди внушают друг другу страхи своими замечаниями. Некоторых просто пугают недобрые люди. Страх перед людьми может развиться в шизофрению, паранойю, манию величия или преследования, истерию. Страх видимо не симптом, а причина этих болезней. Такой страх порождает эгоизм, жадность, зависть, ревность, ненависть.

Страх перемен**.** Перемены свойственны человеку и всему живому. Человек меняется каждую секунду потому, что меняется все вокруг. Человек повернул голову, и уже все изменилось, т.к. человек видит, слышит, обоняет уже под другим углом. Необходимо мгновенно приспосабливаться, иначе не выжить. Но находятся все-таки люди, которые убеждают себя в том, что нисколько не изменились за последнее время. Действительно, это трудно заметить, но из логики это следует элементарно. Получается, что такие люди боятся перемен. Перемены страшны им не только внутри, но и вокруг. Они пытаются выстроить вокруг себя жесткий скучный мир без изменений. Но это невозможно, и, когда рукотворная иллюзия рушится, они страдают, т.к. не способны смириться с изменчивостью природы.

Страх перед нулём**.** Нулевой страх самый загадочный. По сути, это страх перед пустотой. Многие боятся внутренней пустоты, пустоты в других людях. Этот страх толкает людей говорить лишние слова, думать о совершенно ненужных вещах. О смысле жизни, или о том, что будет через тысячу лет. Человек, боящийся нуля, забивает себе голову информационным мусором и проверяет его наличие у других. Все идет к тому, что такой человек окончательно запутывается в себе. Вся его оставшаяся жизнь проходит в попытках развязать «гордиев узел».

Страх перед собой**.** Люди очень способные существа. Неудивительно, что они боятся применить свои способности во зло или впустую их исчерпать. Человек часто борется с собой и боится себя покалечить. Некоторые боятся своих способностей к сверхъестественному. Вместо того чтобы с ними совладать, пытаются забыть о них. Но, когда человек себя плохо контролирует, он пьян, зол, счастлив, могут пострадать другие люди.

Страх способен управлять человеком, ведь он делает его практически беспомощным и уязвимым. Люди постоянно пугают друг друга. Запугивание - это незаменимый для многих элемент общения, так появились на свет шантаж, угрозы, разбой. Но те, кто пугают, боятся сами, и потому не способны ответить за все свои угрозы.

Человек, не подверженный страхам, уже не человек, а нечто свободное и совершенное.

Страхи конкретного содержания, навязчивые переживания страхов называют фобиями. Рассмотрим некоторые из них.

Клаустрофобия**.**

Болезнь попавших в землетрясение, застрявших в лифте и спелеологов. Иногда это состояние возникает при сильном испуге, связанном с попаданием в замкнутые тесные помещения, в которых, по мнению фобика, имеет место быть угроза его жизни, актуально также и для подводников, пассажиров самолетов. Подойдет также и любой другой транспорт, лишь бы была вероятность разбиться. Испуг смесь из неожиданного поворота событий и неготовности к нему человека (ну собственно, тогда бы он не был неожиданным, этот поворот событий). Испуг вызывает естественную реакцию избежания (жажду покинуть опасное место), а стенки лифта - не дают. И какое место ни выберешь внутри этого помещения - угроза не снимается, так как угрожает самому помещению целиком (лифту, самолету, метропоезду). Страх обусловливается закрытостью или теснотой помещения, не позволяющими удалиться из опасной зоны [18; с. 84].

Агорафобия - антоним клаустрофобии.

Агорафобик боится, наоборот, открытых пространств (городская площадь, поле, поверхность моря). Трудно сказать, от чего она берется, можно только предполагать. Если клаустрофобик когда-то испугался, что некуда бежать, то агорафобик испугался, что некуда спрятаться. И там, и там - страх за себя (какая-то ситуация испуга), но стратегии разрешения этого страха у людей разные [17; с. 89].

Мезофобия**.**

Мезофобия - навязчивый страх заражения, попадания инфекции и после -

дующего заболевания. Если раскрывать более тонко, но еще в рамках психиатрии - это страх проникновения чего-то вовнутрь тебя. Если еще тоньше - страх вредоносного вторжения другого живого в твое беззащитное живое, и его паразитизм за счет тебя [6; с. 44.].

Страх высоты**.**

Человек попадает в ситуацию, когда есть обо что разбиться, падая вниз, и, как будто, специально: руки-ноги ватные, глаза безумные, пот градом. Как раз тогда, когда надо проявить максимум сноровки, чтобы выбраться из опасности [4;с. 156].

Зоофобия**.**

Боязнь животных. Сложна тем, что дробить ее на подфобии можно долго. Например, на боязнь мышей, собак, крыс, змей, тараканов, пиявок, рыб. Список явно можно пополнить за счет индивидуальных случаев - наверняка найдется много людей, неравнодушных к какому-то конкретному виду животного [4; с. 156].

Аквафобия, или водобоязнь.

Ксенофобия, боязнь незнакомых людей.

Возможно, что-то близкое к детским «пугалкам» милиционерами, дядьками, мужиками и остальными, которые - заберут с собой, если не будешь слушаться [11; с. 67].

Л. Г. Скоробогатова выделяет две большие группы страхов "врожденные" и "приобретенные".

Страхи, названные "врожденными" сопровождают определенный возрастной период развития.

У детей до года оно выражается в инстинктивном беспокойстве при громких звуках. У ребенка 8-месячного возраста, могут появляться страхи, связанные с отсутствием матери, появлением рядом незнакомых людей. Нередко реакция ребенка зависит от выражения лица матери: мать улыбается - ребенок спокоен, мать напугана - соответствующим образом реагирует и малыш.

Благодаря страхам, после первого года жизни малыш учится: - остерегаться падений, разумно обходить препятствия, предметы, кажущиеся ему опасными, страшными.

В 2-3 года бывает страх наказания и страх боли (при посещении врачей). Типичен для младшего возраста страх одиночества и темноты. Дети требуют, чтобы не выключали свет в комнате или, не всегда четко объясняя причину, стараются заснуть в постели родителей.

Чуть позже (у мальчиков в 3 года, у девочек - в 4) появляются страхи, вызванные бурным развитием воображения, образного мышления в сочетании с наивностью и внушаемостью. Собственные фантазии соединяются у ребенка с впечатлениями, полученными извне, и могут излишне возбуждать психику, вызывать страхи. Маленькие дети могут бояться всего: темноты, звука сирены, дождя или даже безобидной с виду мягкой игрушки. И даже если вам кажется, что ваш ребенок пережил какую-либо пугающую его ситуацию без какого-то вреда для себя, то спустя, несколько дней, или даже недель, у него могут появиться страхи.

У детей 6-7 лет может появиться страх смерти в чистом виде - своей или своих близких. В этом возрасте ребенок обычно впервые осознает, что человек смертен, и любое стихийное бедствие - гроза, ураган, пожар - ассоциируется у него с угрозой для существования.

Детям школьного возраста свойственны усиление ответственности, социальной активности, рост самосознания. Поэтому у них преобладают страхи порицания и наказания. Особое место у школьников занимают страхи устных ответов, заикания и в целом опасение оказаться несостоятельным в той или иной деятельности. Дети этого возраста хорошо осознают опасности реального мира, но у них нет достаточного жизненного опыта, и поэтому они не могут правильно судить о своих страхах.

Теперь о "приобретенных" страхах. Довольно часто у нормально развивающихся детей бывают ночные и дневные страхи. Ребенок во время сна (чаще в первой половине ночи) внезапно с выражением ужаса на лице начинает кричать, пытается куда-то бежать или защищаться от мнимых преследователей. По его отрывочным высказываниям удается понять, что он видит что-то страшное. Проснувшись, он в первую минуту не узнает родителей, не понимает, где находится, контакт с ним невозможен, 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 бессвязных, неразборчивых высказываниях можно уловить связь с психотравмирующей ситуацией.

Причиной ночных страхов могут стать разные житейские коллизии - пожар, драки, скандалы, укус собаки, яркие устрашающие впечатления, особенно если ребенок испытывал страх, засыпая. Именно поэтому не стоит рассказывать детям страшные истории перед сном. И уж совсем недопустимо, чтобы ребенка будили семейные скандалы. Дневные страхи в младшем детском возрасте, имея тенденцию к повторению, легко приобретают характер навязчивых. Типичны для этого возраста страх одиночества и страх темноты. Они наблюдаются даже у здоровых детей, но особенно характерны для больных, сосуществуя при этом с другими симптомами психических болезней. Родители в этих случаях вынуждены брать ребенка к себе в постель, не гасить в его комнате свет и пр.

1.4 Психологические методы коррекции страхов у детей младшего школьного возраста

Выделяют следующие методы коррекции страхов:

а) Рисование страха.

Невротичный ребенок должен изобразить свой страх на листе бумаги. Это задание выполняется дома в течение двух недель. На повторном занятии мы предлагаем ребёнку 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, ребенок самоизлечивается.Если ребёнок отказывается работать на обратной стороне листа, тогда психолог в присутствии ребёнка может взять лист с изображением страха и сжечь его со словами: «Вот видишь, от злого чудища осталась маленькая горстка пепла, а сейчас мы ее сдуем и страх испарится». Этот несколько мистический прием работает на редкость безотказно, его можно использовать несколько раз до достижения необходимого эффекта.

б) Сочинение рассказа на тему страха.

Задача психолога — приблизить ребенка к реальности, для того чтобы он осознал абсурдность своего страха. Осуществляется это через введение в рассказ элементов юмора.

Использование игры, небольших представлений и инсценировок.

На занятиях в группах детям следует придумать страшную историю. Их можно начать словами: «Жил-был...» или «Однажды...». Дети с неврозом страха, как правило, придумывают истории с печальным концом. Задача психолога заключается в том, чтобы проиграть их сюжеты в группе. Но настаивать на этом" не нужно, ребенок сам должен предложить свой рассказ для постановки. Затем автор распределяет роли и начинается представление. В группах детей более старшего возраста можно использовать сценки из реальной жизни. Они должны быть небольшими и в форме диалога. Один герой отрицательный, а другой —

положительный. При этом дети могут просто импровизировать на предложенную психологом тему: «Вас остановил милиционер», «Вы ждете на улице приятеля, а его долго нет, и вот, наконец, он появляется», «Ссора с другом» и т.д.

в) Использование фильмов ужасов.

Несмотря на спорность этого метода, он вполне применяем. Обязательное условие — фильм должен быть точно по теме страха (например, страх перед ураганом или наводнением) и с положительным концом.

г) Фантазирование.

Не у всех детей страхи выражены конкретно. Бывают случаи, когда у ребенка превалирует неопределенность, необъяснимая тревожность и подавленность эмоций. В таких случаях следует попросить невротического ребенка закрыть глаза и пофантазировать на тему «Как я представляю свой страх». Не только представить, как он выглядит и его размер, но и чем он пахнет, каков страх на ощупь. Предлагать ребенку побыть этим страхом и рассказать от его имени о своих ощущениях, зачем данный страх пугает людей. Пусть ребенок от имени страха расскажет самому себе, кто он, как от него избавиться. Во время диалогов следить за сменой интонации ребенка, ведь именно здесь могут промелькнуть важные воспоминания, касающиеся отношений с родителями.

Однако, лечение ребенка без терапии родителей чаще всего не приносит положительных результатов. 90% всех страхов детей порождены семьей и стойко поддерживаются ею.

Рассмотрим более широко методы коррекции страхов, не связанных с нарушением личностных отношений (по Е.И.Рогову).

1. Повышение общего уровня эмоциональных переживаний ребенка. Если ребенок постоянно угнетен, испытывает отрицательные эмоции, то основная задача - научить ребенка испытывать положительные эмоции. Это может быть достигнуто разнообразными игровыми методами. Каждая новая игра, прогулка и т.п. будут закреплением достигаемого эффекта, а расширение игры, включение в нее новых элементов увеличит количество объектов, вызывающих положительные эмоции у ребенка.

2. Разыгрывание ситуации взаимодействия с предметом страха в игре.

Этот метод является специфичным для коррекции эмоциональных нарушений, связанных с нарушением личностного развития. Разыгрывание страха в игре помогает изменить личностные отношения, отреагировать остаточное напряжение от стрессового воздействия, которое и порождает явление неадекватного страха в обычных, не экстремальных ситуациях.

3. Эмоциональное переключение.

В этом методе важен не смысл переключения, а интонация, с которой произносятся эти слова, заражая ребенка уверенностью и спокойствием.

4. Подражание и заражение.

Ребенок подражая взрослому не только в поведении, но и заражается его оценками. Поэтому из окружения ребенка должны быть удалены тревожные, истеричные люди, либо они должны заняться состоянием своей психики.

5. Эмоциональные качели.

Принцип качелей заключается в переходе из одного состояния в другое (противоположное). Для эмоциональных процессов качели означают попеременный переход от состояния опасности к состоянию безопасности. В «эмоциональных качелях» ребенок испытывает «прочность» своих регуляторных возможностей, обучается управлять своим состоянием.

6. Эмоциональный конфликт.

Поскольку страх - эмоциональное явление, то «вытормозить» его можно более сильной эмоцией. Воздействие на ребенка должно быть направлено не на его разум, так как страх – иррациональное явление, а происходить опосредованно: либо через создание ситуации, в которой возможно овладение объектом страха, либо через формирование дополнительных отношений, которые устраняют страх.

7. Деятельностная терапия.

Если ребенку нечем заняться, то он либо изобретает какие-то, не совсем просоциальные занятия, игры, либо вновь возвращается к своим переживаниям, становящимся, таким образом , навязчивым и постепенно обрастающим все новыми образованьями, которые препятствуют появлению других переживаний. Замена

ничегонеделанья деятельностью- общая оздоровительная процедура для психики.

8. Куклотерапия.

Этот метод основан на процессах идентификации ребенка с любимыми героями мультфильма, сказки или любимой игрушкой. Любимая игрушка используется в постановке спектакля, сюжет которого является травмирующим для ребенка. Любимая игрушка попадает в «странную историю» и успешно справляется с ней. Важно, чтобы в рассказе были начало, кульминация(когда главному герою что-либо угрожает) и развязка(герой побеждает). По мере разворачивания сюжета эмоциональное напряжение ребенка должно возрастать, и, достигнув максимальной выраженности, сменяться Эмоциональными бурными поведенческими реакциями (плач, смех и др.), в результате которых снимаются напряжение и тревога.

9. Другие приемы.

а) Анатомирование страха.

Смысл приема состоит в объяснении ребенку, что собой представляет пугающий его предмет. Как он устроен, «откуда берется», зачем нужен. Такие беседы устраняют «пробелы» в знаниях и, следовательно ,в восприятии ребенка, которые прежде запомнились приписыванием этому предмету опасных, страшных для ребенка качеств. Занятия проводятся в форме беседы-игры и не самим страхом, а с личностными отношениями ребенка и причинами, их породившими.

б) Манипулирование предметом страха.

Возможность управлять пугающим предметом, держать его в руках, чувствовать себя больше и сильнее его помогает ребенку приобрести ощущение превосходства, властвования над предметом страха. Если ребенок захочет выполнить агрессивные действия с этим предметом (порвать, скрутить и т.д.) то не следует его останавливать.

в) Штриховка, стирание и рисование страха.

Эти методы также направлены на формирование у ребенка ощущения собственной силы и превосходства над предметом его страха.

г) Привыкание к страху (десенсибимезация).

Десенсибимезация - уменьшение чувствительности по отношению к пугающему

объекту вследствие привыкания к нему. Это происходит в результате узнавания ребенком того, что из себя представляет объект его страха, а также в результате наблюдения ребенком нейтрального отношения

Взрослого к страшному для ребенка объекту.

Выше приведенные методы коррекции страхов, не связанных с нарушениями личностных отношений позволяют снизить уровень тревожности или полностью освободиться от страха.

Рассмотрим теперь методы коррекции страхов, связанных с нарушением личностных отношений (А. М. Прихожан).

1. Метод проигрывания ситуации взаимодействия с предметом страха. Ребенку предоставляется возможность в символической форме достичь объект страха и овладеть им, то есть стать сильнее его, в чем-то превзойти. Для игры подбираются также персонажи и игрушки, их «овеществляющие», которые представляют для ребенка объект его страха, его самого и , в зависимости от конкретного случая, других необходимых для разворачивания сюжета персонажей. Основная задача состоит в том, что бы изменить отношение ребенка к объекту его страха, дать ему возможность почувствовать, что он сильнее или умнее того, кого (чего) боится.

2. Анализ сновидений.

Этот метод помогает стимулировать бессознательные переживания у ребенка; помочь ему справиться с событиями окружающей действительности, вызывающими тревогу.

3. Психодрама.

Этот метод групповой психотерапии, заключающийся в разыгрывании больными сцен из жизни, в которых воспроизводится, конкретные ситуации и создается возможность адекватно отреагировать на них.

4. Психологическое консультирование родителей.

Этот метод анализирует мотивы воспитания семьи; снимается тревожность у родителей в связи с переживанием внутри семейного кризиса, создается активная установка на психокоррекционную работу. А также родители инструктируются по поводу того, какие их действия могут принести пользу, а какие вред ребенку.

5. «Закаливающие» и тренирующие личность процедуры.

- под некоторым присмотром ребенку сделать какие либо самостоятельные покупки в некотором отдалении от родителей;

-позволить общаться со сверстниками.

Глава 2 Опытно-педагогическая работа

2.1 Организация и методы исследования

Для подтверждения гипотезы была проведена опытно-педагогическая работа на базе МКОУ «Беловская СОШ», в 1 классе, занимающемся по программе Н. Ф. Виноградовой. Работа проводилась с 20 апреля 2019 г. по 17 мая 2019 г. В опытно-педагогической работе участвовало 28 учащихся.

Опытно-педагогическая работа состояла из трёх этапов: констатирующий замер, формирующий эксперимент, контрольный замер.

Рассмотрим подробнее каждый из этапов опытно-педагогической работы:

1) Констатирующий замер.

Цель: 1) выявление уровня тревожности и страхов детей 1 класса;

2) определение возможных причин проявления тревожности и страхов учащихся.

Констатирующий замер проводился с использованием следующих методик: методика «Оценка выраженности объектных школьных страхов у детей младшего школьного возраста» (В. А. Петченко).

Цель: выявление степени невротизации ребёнка, связанной с успешностью в сфере межличностных отношений, с его психической стабильностью.

Методика представляет собой четырёхбалльную шкалу, по которой оцениваются определённые локусы, связанные со школой, общением с учителем, вовлечённость в учебную деятельность, ситуациями общения в школе и с учебным взаимодействием.

Все ситуации, используемые в методике, можно поделить на семантические общности, сравнительно полно отображающие взаимодействие субъектов, различные явления, предметы, объекты учебной деятельности младшего школьника.

Поскольку в первом классе у детей ещё преобладает наглядно-образное мышление, для оценки страха использовалась графическая ранговая шкала:

нарисованные на карточке три окружности разного размера, от маленького до большого, символизирующие размер страха.

Отрицание страха оценивалось в 0 баллов. Совсем маленький страх (состояние испытывается в небольшой степени) - 1 балл. Небольшой страх (состояние страха испытывается в средней степени) – 2 балла. Страх большой (состояние страха испытывается в сильной степени) – 3 балла.

Детям показывалась данная образная шкала и давалась инструкция: «Я буду называть вам разных людей, события, ситуации, которые могут происходить с вами в школе, а вы будите говорить или показывать по таблице, насколько вы боитесь этого. Маленький кружок можно показать, когда вы немного, совсем чуть – чуть, боитесь названного, средний кружок – когда вы довольно сильно боитесь того, что вам назвали, и самый большой кружок вы покажите тогда, когда в названной ситуации вы чувствуйте очень сильный страх. Попытайтесь определить размер своего страха – какой он: маленький, средний или большой. Если вы вообще не боитесь названного, то скажите об этом».

Со второго класса детям предлагалась несколько иная инструкция: «Я буду называть вам разных людей, события, ситуации, которые могут происходить в школе, а вы будите говорить или показывать, насколько вы боитесь этого: совсем не боитесь; чуть – чуть страшно; страшно; очень сильно страшно».

Наглядно же детям предлагался список перечисленных выше степеней проявления состояния страха.

Выбор оценивался на всех этапах эксперимента соответственно в 0 баллов – совсем не боюсь (нет круга в первом классе); чуть – чуть страшно – 1 балл (маленький круг в первом классе); страшно – 2 балла (средний круг в первом классе); очень сильно боюсь – 3 балла (большой круг в первом классе). Список ситуаций для оценивания на всех этапах лонгитюдного эксперимента был идентичен.

Методика шкалированной оценки степени выраженности школьных объектных страхов детей младшего школьного возраста основывается на порядковой шкале, в которой ранжируются степени испытывания детьми состояния страха (от 0 до 3 баллов). В данной шкале нулевая отметка не произвольна, а обозначает полное

отсутствие измеряемого свойства или же, как в нашем случае, осознание субъектом степени испытывания состояния страха как «нулевого» - не страшно, совсем не боюсь.

Определение индекса трудности для каждого пункта задания

Для определения индекса трудности полученные первоначально сырые баллы по каждому пункту опросника для всей выборки детей были перекодированы: степени испытывания состояния страха в 0 и 1 балл приписывалось значение 0, т. е. считалось, что задание не представляет трудности. Степени испытывания страха в 2 и 3 балла приписывалось значение 1, т. е. считалось, что задание представляет трудность для испытуемых. Далее рассчитывался индекс трудности для каждого задания по формуле:

$И_т$= Сумма баллов по данному заданию x 100%

Общ. кол-во пунктов данного задания

Считается, что для опросников оптимальный индекс трудности заданий должен составлять от 20% до 80%.

Нормирование результатов

При нормировании полученных результатов в опросниках эффективно использовать стобалльную систему оценки. Для этого первоначально полученные сырые баллы по сумме испытывания состояния страха по всей выборке детей были переведены в Z – оценки по следующей формуле:

Z- оценки = $(X – X_{ср.})/q$,

Где: X – суммарный результат конкретного испытуемого; $X_{ср.}$ – среднее арифметическое по выборке; q – стандартное отклонение для данной выборки.

Далее Z – оценки были переведены в стандартные T – оценки по формуле:

T = 50+10 x

Достоинством методики является её относительная компактность, быстрота проведения и обработки результатов. Не менее существенным достоинством является её узкоспециализированность: оценка именно школьных объектных страхов детей; пригодность при использовании для учащихся начальной школы; возможность определения локусов школьной среды, вызывающих наибольшие

страхи ребёнка.

К недостаткам можно отнести проявление некоторой степени социальной желательности. Однако данные проблемы преодолимы: методика сама по себе не провоцирует испытуемых на неискренние ответы, а степень адекватности рефлексии детей младшего школьного возраста.

Тест «Школьная тревожность» (Р. Теммла, М. Дорки, Е. Амена).

Цель: определение детей с подленной школьной тревожностью.

Рис. 1. Игра с младшими детьми (ребенок играете малышом).

Рис. 2. Ребенок и мать с младенцем (ребенок идет рядом с матерью, которая везет коляску с младенцем).

Рис. 3. Объект агрессии (ребенок убегает от нападающего на него сверстника).

Рис. 4. Одевание (ребенок сидит на стуле и надевает ботинки).

Рис. 5. Игра со старшими детьми (ребенок играет со старшими детьми)

Рис.6. Укладывание спать в одиночестве (ребенок идет к своей кроватке, родители сидят в кресле спиной к нему).

Рис. 7. Умывание (ребенок умывается в ванной комнате).

Рис.8. Выговор (мать, подняв указательный палец, строго выговаривает ребенку за что-то).

Рис. 9. Игнорирование (отец играет с малышом; ребенок стоит в одиночестве)

Рис. 10. Агрессивное нападение (сверстник отбирает у ребенка игрушку).

Рис. 11. Собирание игрушек (мать и ребенок убирают игрушки).

Рис.12. Изоляция (двое сверстников убегают от ребенка, стоящего в одиночестве).

Рис. 13. Ребенок с родителями (ребенок стоит между матерью и отцом).

Рис. 14. Еда в одиночестве (ребенок один сидит за столом, держа в руке стакан).

Каждый рисунок выполнен в двух вариантах: для девочки (на рисунке изображена девочка) и для мальчика (на рисунке изображен мальчик). Лицо ребенка на рисунке не прорисовано, дан лишь контур головы. Каждый рисунок снабжен двумя дополнительными рисунками детской головы, по размерам точно соответствующими контуру лица на рисунке. На одном из дополнительных рисунков изображено улыбающееся лицо ребенка, на другом - печальное.

Рисунки показываются ребенку в строго перечисленном порядке один за другим. Беседа проходит в отдельной комнате. Предъявив ребенку рисунок, учитель дает инструкцию следующего содержания: (Приложение Г)

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

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

3. Объект агрессии. « Как ты думаешь? какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное?».

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

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

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

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

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

9. Игнорирование. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этот. ребенка: веселое или печальное?».

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

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

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

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

14. Еда в одиночестве. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка:

веселое или печальное? Он (она) ест».

Во избежание выбора у ребенка в инструкции чередуется название лица. Дополнительных вопросов ребенку не задается.

Выбор ребёнком соответствующего лица и словесные высказывания ребенка можно зафиксировать в специальном протоколе (бланки должны быть подготовлены заранее).

Методика «Рисование страхов» (А. И. Захарова).

Цель: определение видов страхов, испытываемых младшими школьниками.

Время: 40 мин.

Материалы: цветные карандаши либо фломастеры, бумага А4.

Процедура: Участникам предлагается нарисовать свой страх и ему дать имя. Участники по очереди рассказывают о своих рисунках. Идет обсуждение. После чего участникам предлагается несколько вариантов на выбор избавления от своего страха: уничтожить рисунок (страх); превратить страшное в смешное, дорисовав рисунок; украсить его, чтобы оно само себе понравилось и стало добрым; либо свой вариант придумать.

Вопросы:

Что изображено на рисунке? Расскажи о нем подробнее.

Какие ощущения у тебя возникали во время рисования?

Какой способ избавления от страха ты выбрал? Какой этот страх сейчас?

Какие ощущения у тебя возникали во время «избавления»?

Изменилось ли твое отношение к данному страху теперь? [17, с. 146]

2.2 Анализ результатов исследования

Проведя методику «Оценка выраженности объектных школьных страхов детей младшего школьного возраста» (В. А. Петченко) получили следующие результаты:

7% (2 ребёнка) имеют низкую степень выраженности объектных школьных страхов;

50% (14 детей) имеют среднюю степень выраженности школьных страхов;

43% (12 детей) имеют высокую степень выраженности объектных школьных страхов.

Тест «Школьная тревожность» показал :

14% (4 ребёнка) имеют низкий уровень тревожности;

43% (12 детей) имеют средний уровень тревожности;

43% (12 детей) имеют высокий уровень тревожности.

Рассмотрим качественную характеристику каждой группы детей.

У детей с низким уровнем тревожности достаточно низкий показатель по степени испытывания состояния страха. При таком показателе можно говорить о благоприятном влиянии школьной среды на психическое и личностное развитие ребенка. У них нет проблем в сфере межличностных отношений. Эти дети активны на уроках и переменах, всегда находятся в окружении других детей. К ним обращаются за помощью во время учебы, т.к. все дети имеют хорошие оценки. Они внимательны на уроках, не агрессивно относятся к замечаниям, адекватно оценивают себя и свои возможности. У этих детей не наблюдаются аутичные тенденции в поведении, эмоциональная расторможенность и нестабильность. Причины благополучности этих детей кроются в следующем: во время беседы с учителем было установлено, что эти дети из полных благополучных семей, родители уделяют им достаточное времени, интересуются их успехами и неудачами в учебе. Также после анализа медицинских карт было установлено, что эти дети не имеют серьезных физических отклонений. Отсюда видно, в чем причины низкого уровня тревожности детей.

Рассмотрим, чем характеризуется дети со средним уровнем тревожности и

страхов: состояние этих детей дееспособное, соотносящееся с учебной успешностью. Но уровень тревожности этих детей средний или чуть выше среднего. Это отражается на школьной жизни ребят: они достаточно нервозно относятся к ответу у доски, даже если знают учебный материал, боятся неправильных ответов, в результате чего их трудно включить в учебную деятельность. Большинство из них предпочитают слушать молча, не показывая свою заинтересованность, хотя домашние задания они выполняли правильно, из чего было видно, что учебный материал усвоен достаточно глубоко и осознано. Несмотря на пассивность этих детей на уроках, учатся из них многие на «4» и «5».

Все дети этого уровня очень отзывчивы, жизнерадостны, с энтузиазмом воспринимают просьбы помочь в чем-либо, как и к своим товарищам.

Нами выявлены причины повышенного уровня тревожности. Можно назвать следующие:

1. Неполные семьи.

2. Занятость родителей.

Но самой запущенной группой являются дети с высоким уровнем тревожности. У этих детей высокая выраженность школьных страхов. У них ярко выражена невротизация поведения, они со страхом относятся к вопросам учителя, прежде чем ответить поправляют свою одежду, долго собираются с мыслями и часто не могут четко сформулировать свой ответ. Это неизбежно сказывается на учебной деятельности, эти дети учатся на 3.

Анализируя результаты по методике «Рисование страхов» (А. И. Захарова) получили:

36% (10 детей) - боятся темноты;

36% (10 детей) - боятся насекомых;

28% (8 детей) - боятся сказочных чудовищ.

Сопоставив результаты констатирующего замера, выявили:

41% (11детей) имеют высокий уровень тревожности. Наибольшая «предрасположенность» к страхам у детей замкнутых, малообщительных, неуверенных в себе, в своих силах, боящихся сталкиваться с трудностями,

ограничены в общении.

26% (7 детей) имеют средний уровень тревожности. Они часто сомневаются, не любят браться за новые дела, стараются находиться больше времени в стороне от остальных детей, но в то же время иногда напоминают о себе.

33% (9 детей) имеют низкий уровень тревожности. У этих детей присутствуют некоторые страхи и тревожность, но проявляются они очень редко.

На основе результатов, полученных в констатирующем замере, была сформулирована группа развития, состоящая из 15 человек, на которой осуществлялось коррекционное воздействие.

Второй этап нашего исследования – формирующий эксперимент.

Цель формирующего этапа эксперимента:

1) организовать работу по снижению тревожности и страхов в группе развития;

2) проверить эффективность составленной психокоррекционной программы.

Психокоррекционная программа включает в себя 15 занятий, проводились 2-3 раза в неделю по 30 - 35 минут. При составлении психокоррекционной программы мы опирались на источники авторов А. И. Захарова, Т. Л. Шилова. Занятия проводились в форме занятий группы развития. Имели следующую структуру;

1) Диагностико - мотивирующий этап

Цель: диагностика особенностей развития личности, выявление факторов риска, формирование общей программы психокоррекции.

2) Формирующий этап

Цель: исправление системы тренировочных занятий для коррекции нужных качеств;

3) Рефлексивный этап

Цель: доведение некоторых сторон поведения до автоматизма.

Приведём конспект одного занятия.

Занятие 1

Цели:

1) достичь взаимопонимания, сплоченности;

2) развивать способность понимать состояние другого человека;

3) развивать смелость, способность устранять страхи.

Оборудование: альбомные листы, цветные карандаши, иллюстрации букв.

План:

1. Диагностико - мотивирующий этап.

-Ритуал приветствия «Связующая нить».

Ход приветствия. Дети сидят, по кругу передавая друг другу клубок ниток так, что бы все, кто уже держали клубок, взялись за нить. Передача клубка сопровождается высказываниями о том, что они сейчас чувствуют, что хотят для себя и что могут пожелать тем самым пример. Затем он обращается к детям, спрашивая, хотят ли они что-нибудь сказать. Когда клубок вернется к ведущему, дети натягивают нить и закрывают глаза, представляя по просьбе ведущего, что они составляют одно целое, что каждый из них важен и значим в целом.

-Упражнение «Азбука добрых слов».

Ход упражнения. Дети сидят за столом, по очереди называют по алфавиту добрые слова.

2.Формируюший этап.

Спортивная игра «Турнир».

Цели:

1) воспитывать произвольный контроль;

2) способствовать корректировке аффективного поведения;

3) развиваются смелость, уверенность в себе.

Ход игры. Дети выбирают судью и спортсменов. Проводятся спортивные игры:

«Попади в кеглю».

Ребенку предлагается сесть и опереться руками сзади, ноги согнуть. Перед ногами кладется мяч. Он должен оттолкнуть мяч, выпрямляя ноги так, чтобы попасть мячом в кеглю, поставленную на расстоянии 3-4 шагов.

«Пролезь через руки».

Сцепив пальцы обеих рук, надо попробовать пролезть через руки так, чтобы они оказались сзади. Руки при этом необходимо держать «в замке», не отпускал.

«Бой петухов».

Играющие стараются вывести друг друга из равновесия, прыгая на одной ноге и толкая друг друга либо правым, либо левым плечом. Проигрывает тот, кто коснется земли второй ногой. Руки дети держат на поясе. Модно держаться одной рукой за носок согнутой ноги. Побеждает тот, кто дольше удержит равновесие, прыгая на одной ноге.

«Сядь-встань».

Скрестив ноги, обхватив руками плечи, надо приподнять согнутые в локтях руки перед собой, сесть и встать, не помогая себе руками.

«Паровозик»

-Этюд «Из семени в дерево»

Ведущий-«садовник» предлагает детям превратиться в маленькое сморщенное семечко (сжаться в комочек на полу, убрать голову и закрыть её руками). Садовник очень бережно относится к семенам, поливает их (гладит по голове и телу), ухаживает. С теплым весенним солнышком семечко начинает медленно расти (поднимаются). У него раскрываются листочки (руки свешиваются с головы и тянутся кверху), растет стебелёк (вытягивается тело), появляются веточки с бутонами (руки в стороны, пальцы сжаты). Наступает радостный момент, и бутоны лопаются (резко разжимаются кулачки), и росток превращается в прекрасный сильный цветок. Наступает лето, цветок хорошеет, любуется собой (осмотреть себя), улыбается цветам — соседям (улыбки соседям), кланяется им, слегка дотрагивается до них своими лепесточками (кончиками пальцев дотянуться до соседей). Но вот наступает осень, подул ветер. Цветок качается в разные стороны, борется с непогодой (раскачивание руками, головой, телом). Ветер срывает лепестки и листья (опускаются руки, голова), цветок сгибается, клонится к земле и ложится на неё. Ему грустно. Но вот пошёл зимний снежок. Цветок опять превратился в маленькое семечко (свернуться на полу). Снег укутал семечко, ему тепло и спокойно. Скоро опять наступит весна, и оно оживет!

3.Рефлексивный этап.

-Упражнение «Передай по кругу».

Стоя, играющие стараются, как можно в максимальном быстром темпе бросать

мячик соседям. Поймавший мяч, закрыв глаза мимикой показывает свое эмоциональное состояние.

-Самооценка работы учащихся.

-Цветопись настроения. Детям, сидящим за столом, раздаются карточки из шести цветов. Детей просят по сигналу ведущего поднять карточку соответствующую его эмоциональному настроению. Можно также попросить детей рассказать случаи из своей жизни, когда они испытали такие же чувства.

-Ритуал прощания.

Ход прощания. Дети сидят, по кругу передавая друг другу клубок ниток так, что бы все, кто уже держали клубок, взялись за нить. Передача клубка сопровождается высказываниями о том, что они сейчас чувствуют, что поправилось на занятии или не понравилось. Когда клубок вернется к ведущему, дети натягивают нить и закрывают глаза, представляя по просьбе ведущего, что они составляют одно целое, что каждый из них важен и значим в целом.

Работа по коррекции страхов в классе велась в трёх направлениях:

1) Внеурочная работа с группой развития по коррекции страхов (она описана выше).

2) Работа на уроках и переменах.

На переменах с детьми проводились различные игры и упражнения: «Комплименты», «День рождения», которые помогли детям узнать много приятного о себе от окружающих, взглянуть на себя «глазами других детей». Таким образом, ребенок получал возможность быть в центре внимания окружающих. Во время таких упражнений дети раскрепощались, чувствовали себя комфортно в коллективе одноклассников.

3) Работа с родителями

Так же проводилось родительское собрание на тему «Ночные и дневные страхи детей». Работа с родителями была начата с того, что было проведено анкетирование по выявлению того, насколько серьезно они относятся к этой проблеме. Результаты показали, что многие родители считают эту проблему серьезной. Родители были удивлены, узнав, на сколько они травмируют детей, делая им всевозможные

замечания. Им было предложено записать все замечания, высказанные ребенку в течение всего дня, а вечером перечитать этот список. Скорее всего, станет очевидно, что большинство замечаний можно было и не делать.

По завершении формирующего этапа эксперимента был проведён контрольный замер, целями которого явились:

1.Сравнение результатов констатирующего и контрольного этапов эксперимента;

2.Оценивание эффективности коррекционной программы, реализуемой на формирующем этапе эксперимента.

Контрольный замер тревожности и страхов проводился с помощью тех же методик, что и на констатирующем замере.

По методике «Оценка степени выраженности объектных школьных страхов детей младшего школьного возраста» (В. А. Петченко) были выявлены следующие результаты:

21% (6 детей) имеют низкую степень выраженности объектных школьных страхов, наблюдается увеличение на 14% (4 человека) по сравнению с констатирующим замером;

средняя степень выраженности объектных школьных страхов равняется 43%, на констатирующем этапе эта цифра равняется 50%, т. е. наблюдается уменьшение показателя на 7% (2 ребёнка);

36% (10 детей) имеют высокую степень выраженности объектных школьных страхов, на констатирующем этапе эта цифра равняется 43% (12 детей), т. е. наблюдается уменьшение показателя на 17% (6 детей).

По тесту «Школьная тревожность» (Р. Теммла, М. Дорки, Е. Амена) были получены следующие результаты:

низкий уровень тревожности на контрольном замере имеют 28% (8 детей), наблюдается увеличение на 14% (4 ребёнка);

средний уровень тревожности имеют 36% (10 детей), что на 7% (2 человека) меньше, чем на констатирующем замере;

высокий уровень тревожности имеют36% (10 детей), что на 7% (2 человека) меньше,

чем на констатирующем замере.

По методике «Рисование страхов» (А. И. Захарова):

14% (4 ребёнка) боятся темноты, наблюдается уменьшение на 22% (6 детей);

50% (14 детей) боятся насекомых, наблюдается увеличение на 14% (4 ребёнка);

36% (10 детей) боятся сказочных чудовищ, наблюдается увеличение на 8% (2 ребёнка).

Сопоставив результаты констатирующего и контрольного замеров, выявили, что у детей группы развития уровень страхов снизился.

Детей с высокой степенью проявления страхов на контрольном замере - 34%(9 детей);

Детей со средней степенью проявления страхов на контрольном замере - 27% (8 детей);

Детей с низкой степенью проявления страхов на контрольном замере - 39% (11детей).

Таким образом, анализируя результаты опытно-педагогической работы, можно сделать вывод, выдвинутая нами гипотеза: степень выраженности и количество страхов можно сократить при соблюдении следующих условий:

1. Своевременное выявление уровня страхов у детей;

2. Изучение причины их появления;

3.Своевременное проведение коррекционной работы с учётом индивидуальных, психологических, возрастных особенностей, состоятельна и подтверждена на практическом уровне.

Достигнута цель исследования: составлена коррекционно-развивающая программа, апробирована на практике и доказана её эффективность.

Заключение

Проблема коррекции страхов актуальна в наши дни и волнует многих людей, как у нас, так и за рубежом, так как резко вырос уровень страхов у детей младшего школьного возраста до 70% за последние годы.

Страх – это типичная проблема, с которой сталкивается школа. Особое внимание они привлекают потому, что выступают ярчайшим признаком школьной дезадаптации ребёнка, отрицательно влияя на все сферы его жизнедеятельности: не только на учёбу, но и на общение, в том числе и за пределами школы, на здоровье и общий уровень психологического благополучия.

Целью нашей работы являлось выявление психолого–педагогических условий, при которых коррекция страхов детей будет эффективной. Данная цель была достигнута за счёт реализации следующих задач:

1. Были обобщены основные теоретические положения по проблеме страхов детей.

2. Выявлены причины страхов у детей.

3. Была составлена программа по коррекции страхов у младших школьников и апробирована на детях 1 класса МКОУ «Беловская СОШ».

Разработаны рекомендации психологу, учителям и родителям по снижению уровня страхов.

Рекомендации психологу:

1. Изучайте проблему страхов также подробно, как и другие проблемы;

2. Относитесь с уважением к каждому ребёнку;

3. Старайтесь лучше понять ребёнка;

4. В своей работе используйте различные коррекционные приёмы.

Рекомендации учителям:

1. Любите и уважайте всех детей вашего класса;

2. Больше играйте с детьми на переменах в подвижные игры, которые позволяют получать заряд бодрости;

3. Оказывайте помощь психологу в его работе;

4. Хвалите ребёнка даже за незначительные успехи;

5. Создавайте ситуации успеха.

Рекомендации родителям:

1) дайте понять вашему ребенку, что вы его хорошо понимаете, и что, когда вы сами были ребенком, вы тоже боялись некоторых вещей. Это позволит ребенку не зацикливаться на своем страхе.

2) не принижайте значение этого страха для ребенка. Не отмахивайтесь от него в надежде, что с возрастом все пройдет. Говоря "Но это же глупо!" или " Ты такой большой и боишься такой ерунды!", вы заставляете ребенка чувствовать себя виноватым. А появившийся стыд может помешать ребенку, в дальнейшем говорить об этих страхах, что только усугубит ситуацию, поскольку страх только загоняется глубже.

3) уверьте ребенка в его безопасности. Он должен верить, что вы знаете, что делать, и не позволите случиться с ним чему-либо плохому. Ничто так не способствует усилению страхов, как чувство, что взрослый растерян и не знает, что делать.

4) обсудите с ребенком его страхи. Вы должны помочь ребенку осознать, что же действительно его беспокоит, и предложить решения, как можно с этим справиться. Но помните, что, в конце концов, ребенок должен научиться справляться со своими страхами сам.

5) во время приступов паники постарайтесь отвлечь внимание ребенка с помощью знакомых ему и любимых вещей. Можно почитать ему любимую книжку или поиграть в любимые игрушки.

6) не идите у страхов на поводу. Вы должны обеспечить ребенку поддержку и уверенность, но не стоит специально менять весь свой жизненный уклад или окружающую обстановку. Такие радикальные перемены могут временно облегчить его беспокойство, но в долгосрочном плане они на подсознательном уровне внушают ребенку, что его страхи оправданы и реальны, и в дальнейшем его страхи могут возобновиться с двойной силой, или возникнут новые.

7) уважайте в своём ребёнке личность, любите его;

8) не показывайте ребёнку свои страхи и волнения;

9) проводите больше времени со своим ребёнком;

10) играйте со своим ребёнком в различные шумные игры;

11) работайте в тесной взаимосвязи с его учителем и психологом.

Подводя итоги всей проделанной работы, можно сделать вывод, что проблема коррекции страхов актуальна в наши дни и волнует многих людей, как у нас, так и за рубежом, так как резко вырос уровень страхов у детей младшего школьного возраста до 70% за последние годы. Новизна работы заключается в реализации программы в 1 классе МКОУ «Беловская СОШ».

Практическая значимость: этими материалами могут пользоваться психологи, учителя, студенты.

Список использованных источников

1. Аверин, В.А. Психология детей и подростков. / В.А. Аверин. – М.: Наука, 2014. – 206 с.

2. Александровская, Э.М. Психологическое сопровождение школьников: учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений. / Э.М. Александровская. – М.: АСТ, 2016. – 188с.

3. Антропов, Ю.Ф. Психосоматические расстройства и патологические привычные действия у детей и подростков. / Ю.Ф. Антропов. – М.: Изд-во Института Психотерапии, Издательство НГМА, 2014. – 320с.

4. Арефьева, Т. . Преодоление страхов у детей. Тренинг / Т.А. Арефьева, Н. И. Галкина. – М.: Изд-во Института психотерапии, 2013. – 298 с.

5. Бордовская, Н.В. Педагогика. / Н.В. Бордовская. – СПб.: РХГИ, 2015. – 250 с.

6. Гарбузов, В.А. Неврозы у детей и их лечение. / В.А. Гарбузов, А.И. Захаров. – СПб.: Питер, 2014. – 324 с.

7. Гарбузов, В.И. Нервные дети: советы врача. / В.И. Гарбузов. – СПб.: Нестор, 2016. – 244 с.

8. Захаров, А.И. Дневные и ночные страхи у детей / А.И. Захаров. – СПб.: СОЮЗ, 2017. – 448 с.

9. Захаров, А.И. Происхождение детских неврозов и психотерапия. / А.И. Захаров. – СПб.: Питер, 2015. – 256 с.

10. Карандашев, В.Н. Изучение оценочной тревожности. / В.Н. Карандашев. – СПб.: Нестор, 2014. – 266 с.

11. Куртышева, М.А. Как сохранить психологическое здоровье детей / М.А. Куртышева. – СПб.: Питер, 2015. – 252 с.

12. Макшанцева, Л.В. Тревожность и возможности ее снижения у детей / Л.В. Макшанцева. // Психологическая наука и образование 2015. №2 - С.15

13. Никитина, И.В. Социальная тревожность у пациентов с расстройствами аффективного спектра / И.В. Никитина, А.Б. Холмогорова, В.В. Краснова. // Социальная и клиническая психиатрия. 2012. Т. 22. № 3. – С.30–35.

14. Пашукова, Т.И. Практикум по общей психологии. / Т.И. Пашукова. – М.: АРТ, 2015. – 345 с.

15. Прихожан, А.М. Психокоррекционная работа с тревожными детьми / А.М. Прихожан // Активные методы работы школьного психолога. – М.: Литера, 2012. – 278с.

16. Прихожан, А.М. Тревожность у детей и подростков: Психологическая природа и возрастная динамика. / А.М. Прихожан. – М.: Литера, 2016. – 290 с.

17. Психологические тесты. / Под ред. А.А. Карелина. – М.: АСТ, 2013. – 298 с.

18. Психологическая диагностика: Учебник для вузов / Под. ред. М.К. Акимовой, К. М.Гуревича. – СПб.: Питер, 2016. – 306 с.

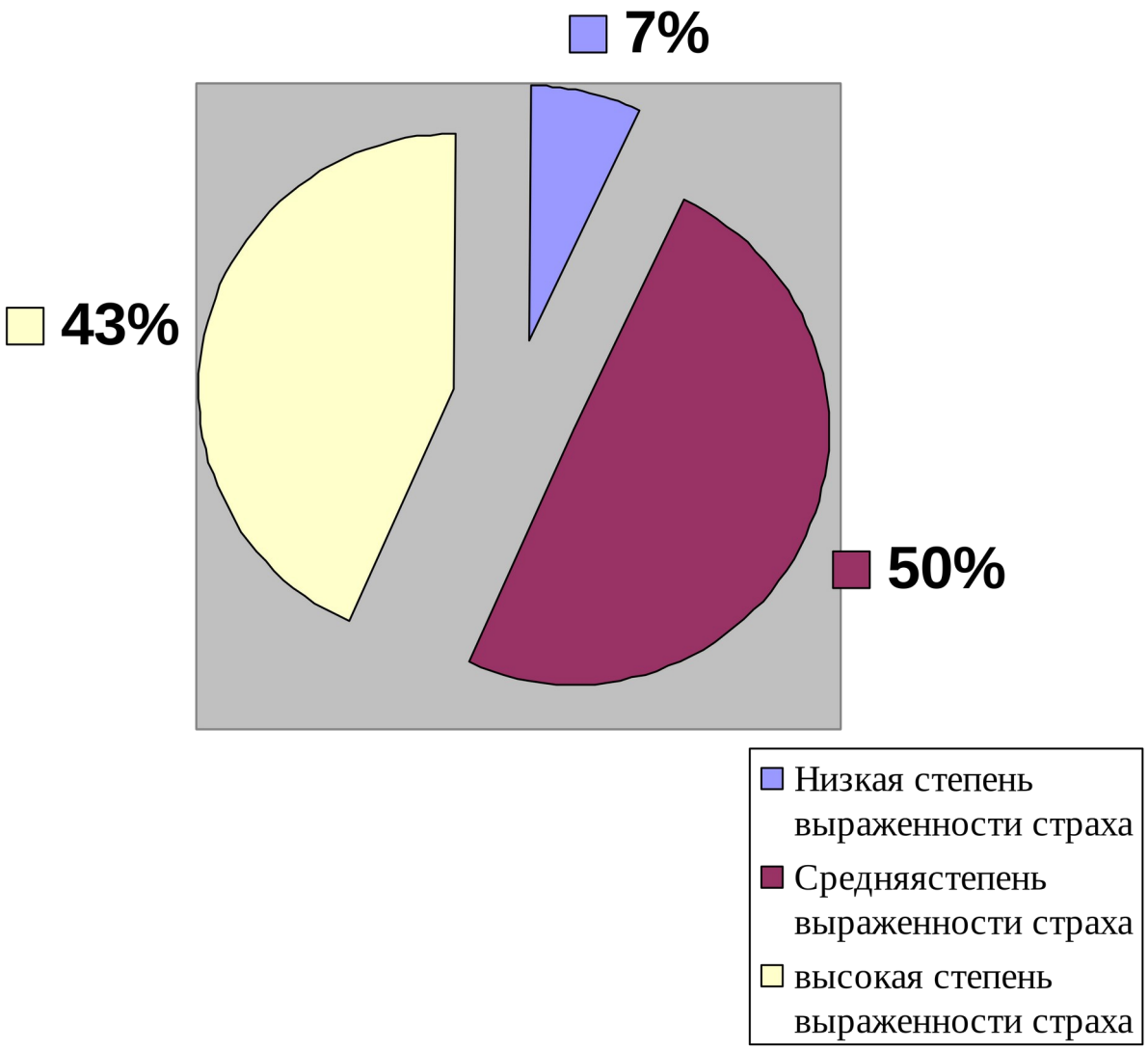
19. Ролло, М. Смысл тревоги. / М. Ролло. – М.: Педагогика, 2015. – 244 с.

20. Спиваковская, А.В. Психотерапия: игра, детство, семья. / А.В. Спиваковская. – М.: АСТ, 2014. – 244 с.

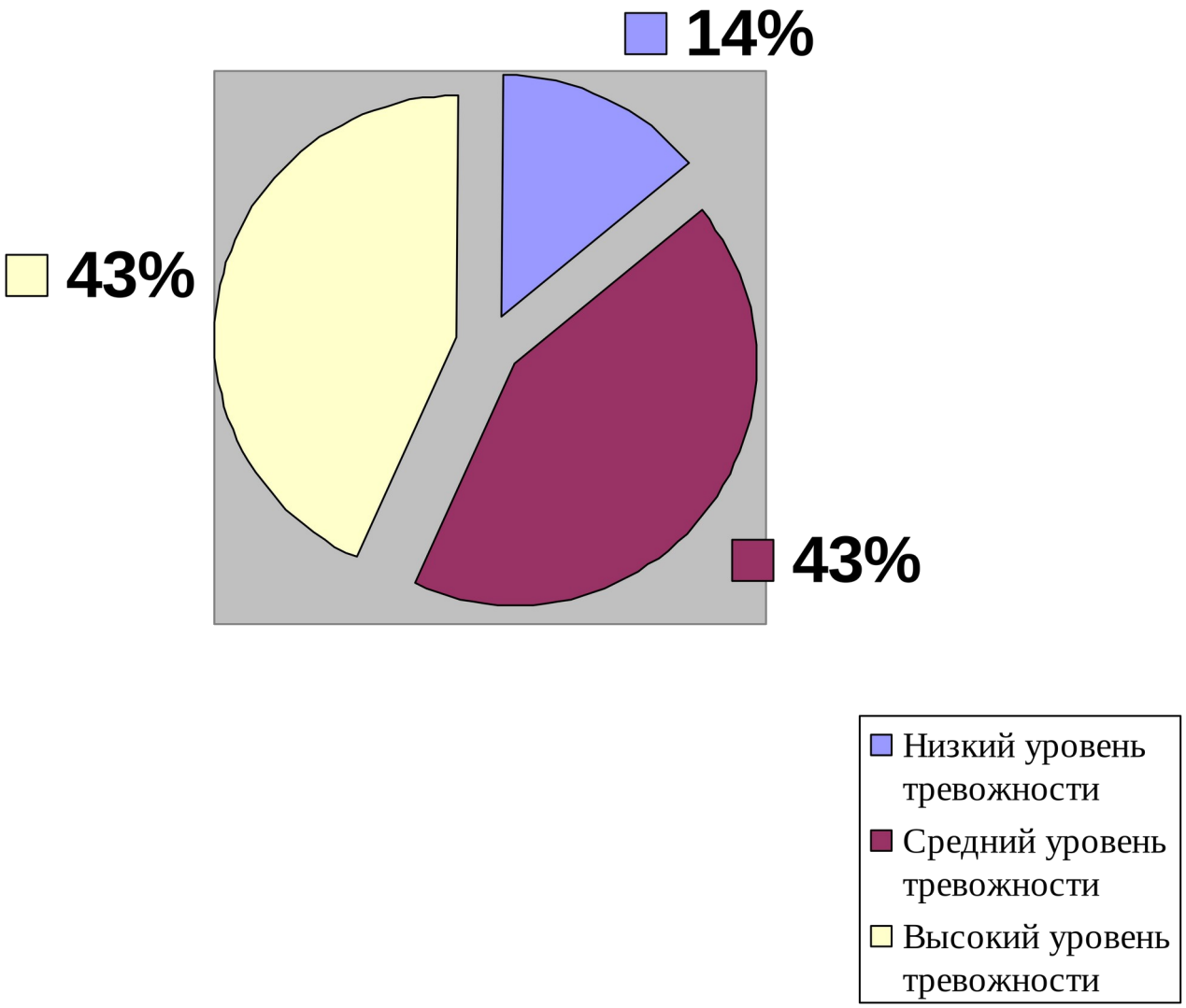
Содержание приложений

Приложение А. Результаты выявления степени выраженности объектных школьных страхов по методике (В. А. Петченко) «Оценка степени выраженности объектных школьных страхов у детей младшего школьного возраста»…….50
Приложение Б. Результаты выявления уровня тревожности у детей младшего школьного возраста по тесту «Школьная тревожность»…….....51
Приложение В. Результаты выявления видов страха у детей младшего школьного возраста по методике «Рисование страхов» (А. И. Захарова)……...52
Приложение Г. Рисунки к тесту «Школьная тревожность» (Р. Теммла, М. Дорки, Е. Амена)…….53

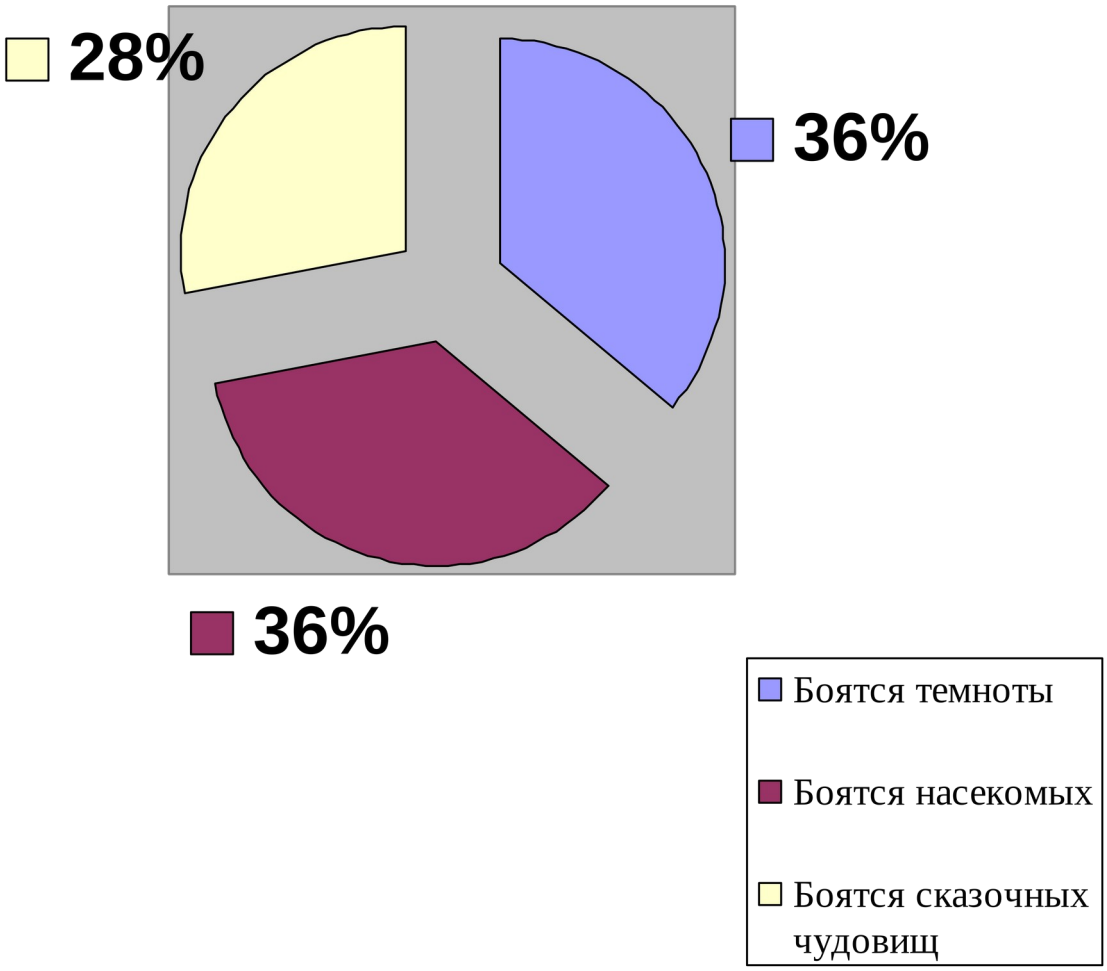
Приложение А.



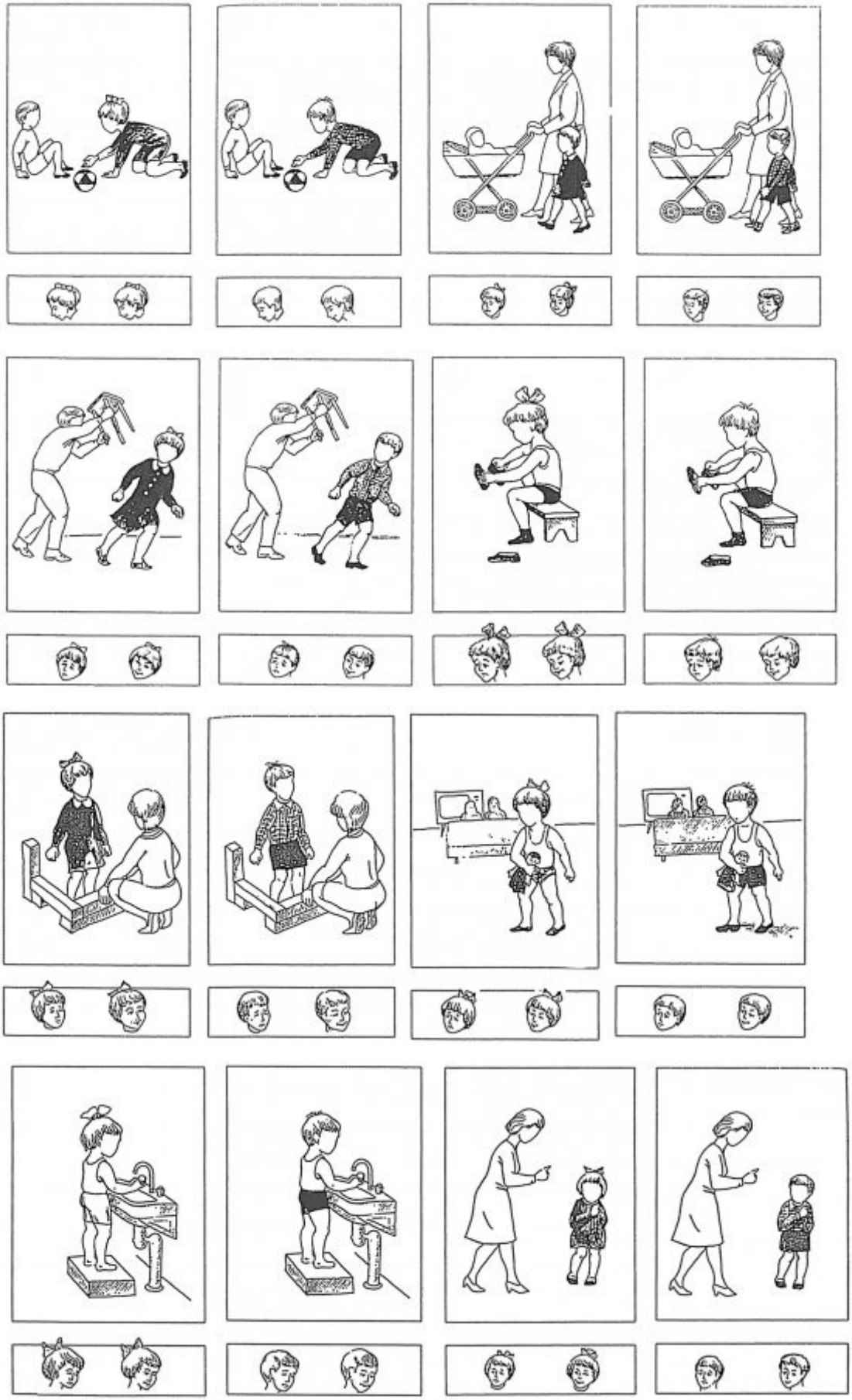
Приложение Б.

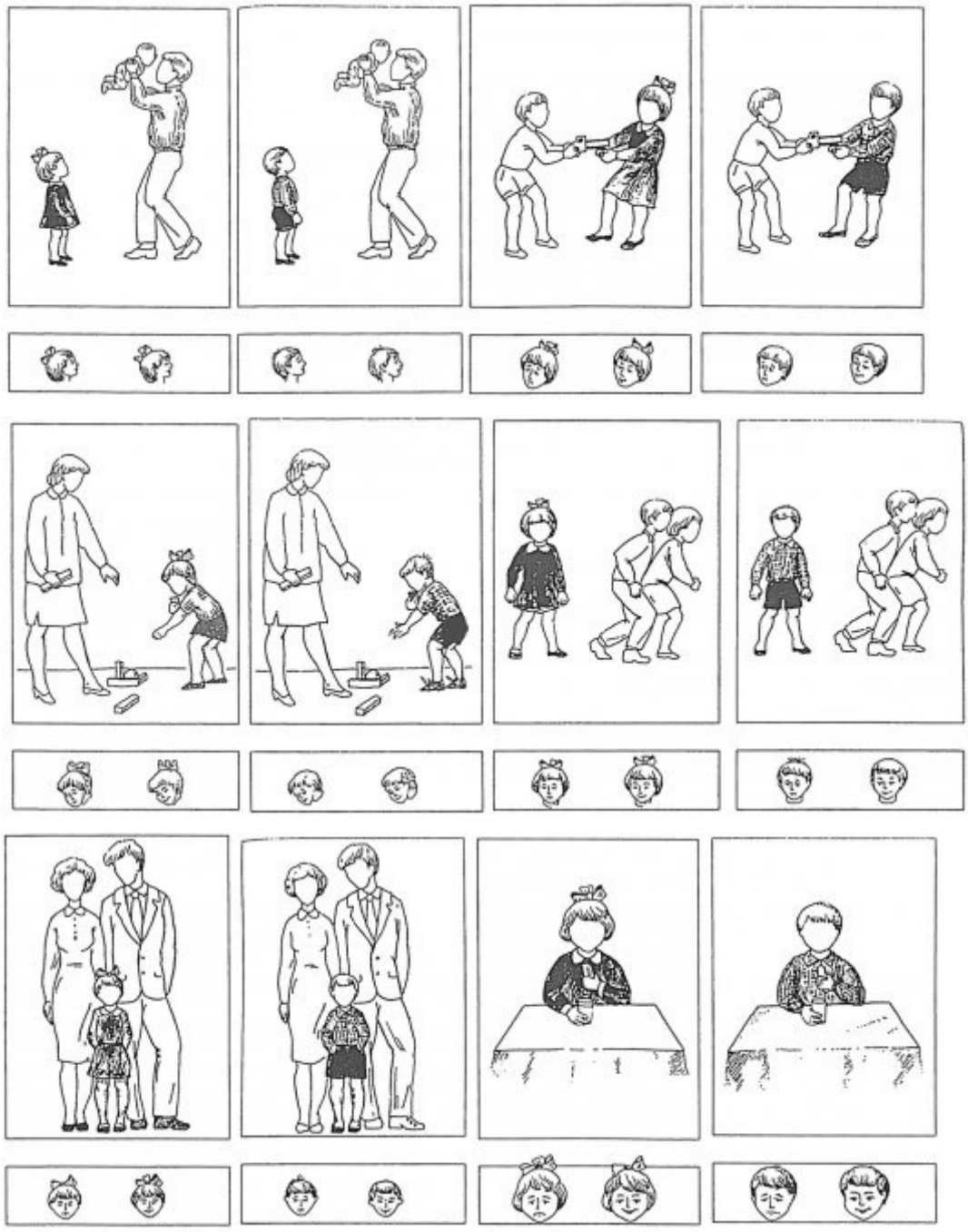


Приложение В



Приложение Г.





Приложение Д.

Проблема исследования заключается в выявлении условий эффективной коррекции страхов детей младшего школьного возраста

Цель исследования: выявить психолого-педагогические условия, при которых коррекция страхов детей будет эффективной ; апробировать эти условия опытно-педагогическим путем.