

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
ЛЕСОСИБИРСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ—
филиал Сибирского федерального университета


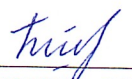
Кафедра психологии развития личности

Утверждаю
Заведующий кафедрой
Ласал Н.В. Басалаева
подпись инициалы, фамилия
« 04 » 06 2021 г.

БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА

44.03.02 Психолого-педагогическое образование
код-наименование направления

СОДЕРЖАНИЕ ДЕТСКИХ СТРАХОВ ДОШКОЛЬНИКОВ,
ВОСПИТЫВАЮЩИХСЯ В НЕПОЛНОЙ СЕМЬЕ, И ВОЗМОЖНОСТИ ИХ
КОРРЕКЦИИ

Руководитель	<u></u> подпись, дата	<u>доц. каф., канд. психол. наук</u> должность, ученая степень	<u>Т.Ю. Артюхова</u> инициалы, фамилия
Выпускник	<u></u> подпись, дата		<u>О.А. Бирюкова</u> инициалы, фамилия

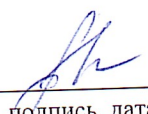
Лесосибирск 2021

Продолжение титульного листа БР по теме: «Содержание детских страхов дошкольников, воспитывающихся в неполной семье, и возможности их коррекции»

Консультанты
по разделам:

_____	_____	_____
Наименование раздела	подпись, дата	инициалы, фамилия
_____	_____	_____
Наименование раздела	подпись, дата	инициалы, фамилия

Нормоконтролер



подпись, дата

Т.В. Казакова

инициалы, фамилия

РЕФЕРАТ

Выпускная квалификационная работа по теме: «Содержание детских страхов дошкольников, воспитывающихся в неполной семье, и возможности их коррекции» состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников, включающего 40 источников, 6 таблиц, 2-х рисунков, одного приложения. Объем работы составляет 61 страница. СТРАХ, СТАРШИЙ ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ, ДЕТСКИЕ СТРАХИ, КЛАССИФИКАЦИЯ СТРАХОВ, КОРРЕКЦИЯ ДЕТСКИХ СТРАХОВ.

Психологическая наука в настоящее время фокусируется на проблеме увеличения числа тревожных детей. Можно дать много объяснений и найти много причин этого явления, но, наиболее значимым фактором, вызывающим различные изменения и нарушения в эмоциональной сфере у дошкольников, являются семейными проблемами. Многие психологи занимались проблемами, связанными с характеристиками эмоциональных сфер детей, но лишь немногие занимались детскими страхами, исследования выявили характеристики страхов у дошкольников, но проблема страхов у дошкольников из неполных семей не изучалась.

Цель работы: изучение в теоретическом и экспериментальном аспектах возможности коррекции страхов у дошкольников из неполных семей.

Объект: страх как психологический феномен.

Предмет исследования: возможности коррекции страхов у дошкольников, воспитывающихся в неполной семье.

В результате исследования были учтены особенности феномена «страх» в психологии, определены особенности психологического развития дошкольников из неполных семей, экспериментально изучены возможности коррекции страхов дошкольников из неполных семей, разработана и апробирована программа психологической коррекции страхов дошкольников из неполных семей.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	5
1 Теоретические аспекты к изучению детских страхов дошкольников, воспитывающихся в неполной семье.....	9
1.1. Понятие и специфика феномена «страх».....	9
1.2. Особенности психического развития детей дошкольного возраста из неполных семей.....	15
1.3. Возможности коррекции страхов у детей дошкольного возраста.....	20
2 Экспериментальное исследование страхов у детей дошкольного возраста из неполных семей и их коррекция.....	25
2.1. Организация и методики исследования. Анализ результатов исследования.....	25
2.2. Программа психокоррекции страхов у детей дошкольного возраста из неполных семей.....	35
2.3. Анализ результатов повторного исследования.....	41
Заключение.....	45
Список использованных источников.....	48
Приложение А. Программа коррекции детских страхов «Буду смелым!».....	52

ВВЕДЕНИЕ

Психологическая наука в настоящее время сосредоточена на проблеме увеличения числа тревожных детей. Этому можно дать много объяснений и найти много причин для этого явления, но, по мнению многих исследователей, таких как Д. Боулби, В. И. Гарбузов, А. И. Захаров, А. С. Спиваковская, А. М. Прихожан, [36] наиболее важным фактором, вызывающим различные изменения и нарушения в эмоциональной сфере у дошкольников, по-прежнему остаются семейные проблемы или, скорее, семейные функциональные расстройства в разных проявлениях. В некоторой степени семейная дисфункция почти всегда приводит к психическим расстройствам и развитию ребенка.

Психологическая Я-концепция дошкольников, растущих в неполных семьях, выражается недостатком любви, тепла, доверительных отношений и эмоциональных привязанностей в семье. Данные признаки имеют разные проявления, например, напряжение, тревожность, беспокойство и склонность к регрессии во время контакта.

Многие практикующие психологи исследовали вопросы, имеющие отношение с особенностями эмоциональной сферы детей, но лишь немногие работы касались темы страха у детей. Одним из самых известных психологов, занимавшихся этим вопросом, является А. А. Захаров [16]. Его работы выявили особенности этого явления у детей дошкольного возраста, однако проблема детских страхов не была изучена полностью и должным образом.

В связи с актуальностью проблемы цель нашего исследования – изучение в теоретическом и экспериментальном аспектах возможности коррекции страхов у дошкольников из неполных семей.

Объект исследования: страх как психологический феномен.

Предмет исследования: возможности коррекции страхов у дошкольников, воспитывающихся в неполной семье.

Для достижения поставленной цели, необходимо решить следующие задачи исследования:

1. Изучить литературу по специфике феномена «страх» в психологии; раскрыть особенности психического развития детей дошкольного возраста из неполных семей.

2. Провести экспериментальное исследование возможностей коррекции страхов у детей дошкольного возраста из неполных семей, проанализировать результаты исследования.

3. Разработать и апробировать программу психокоррекции страхов у детей дошкольного возраста из неполных семей.

Для проведения исследования мы использовали следующие группы методов:

1. теоретические: анализ литературы; обобщение, сравнение и систематизация имеющихся представлений по проблеме исследования;

2. эмпирические методы: тестирование (психодиагностическая методика выявления детских страхов «Страхи в домиках», А. И. Захарова и М. Панфиловой; рисуночный тест «Кинетический рисунок семьи»; проективная методика «Мои страхи» А. И. Захарова);

3. методы интерпретации и описания данных: количественный и качественный анализ результатов.

Теоретико-методологической основой выпускной квалификационной работы стали положения, выдвинутые в работах российских учёных Л. С. Выготского, А. И. Захарова, К. Изарда, А. С. Спиваковской [10], исследующих эмоционально-личностную сферу, тревожность и страхи у детей. Теории зарубежных авторов Ф. Перлза, К. Хорни, занимающихся проблемой страхов и их влиянием на формирующуюся личность ребёнка.

Экспериментальная база исследования представлена Муниципальным бюджетным дошкольным образовательным учреждением «Детский сад №37 общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по

познавательного-речевого направлению развития детей» г Ачинска, Красноярского края.

Выборка исследуемых – дошкольники подготовительной к школе группы, возраст испытуемых 6-7 лет, в количестве 10 человек.

1 этап (январь 2021 г.) – анализ научных публикаций и основных концепций по теме исследования, постановка цели, определения объекта, предмета исследования, определение категориального аппарата, определение методов и выборки экспериментального исследования.

2 этап (февраль-апрель 2021 г.) – подбор диагностического инструментария для изучения возможностей коррекции страхов у детей дошкольного возраста из неполных семей, диагностика страхов у дошкольников, разработка и апробация программы психокоррекции страхов у детей дошкольного возраста из неполных семей.

3 этап (май 2021 г.) – повторная диагностика страхов у старших дошкольников, формулирование выводов, оформление выпускной квалификационной работы.

Результаты исследования были представлены на II Всероссийской научно-практической конференции «Современное дошкольное образование: теория и практика» (Чебоксары, 2021 г.).

По теме ВКР опубликована 1 статья.

Практическая значимость выпускной квалификационной работы состоит в том, что предпринята попытка к структурированию диагностического инструментария по проблеме страхов в дошкольном возрасте, составлена программа психологической коррекции страхов детей дошкольного возраста из неполных семей, которая может быть применена в практической деятельности психологов и педагогов дошкольных образовательных организаций, специалистов психологических центров.

Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников, включающего 40 источников,

6 таблиц, 2-х рисунков, одного приложения. Объем работы составляет 61 страница.

Глава 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ К ИЗУЧЕНИЮ ДЕТСКИХ СТРАХОВ ДОШКОЛЬНИКОВ, ВОСПИТЫВАЮЩИХСЯ В НЕПОЛНОЙ СЕМЬЕ

1.1 Понятие и специфика феномена «страх»

Страх, равно как и детские страхи давно является предметом психологических исследований. Возникновение страха, как «состояния чувствительности, вызванное присутствием или ожиданием наступления опасного или разрушительного момента».

Сегодня существует достаточное количество определений страха.

Обращение к словарным статьям, С. И. Ожегов, выявляет несколько значений: страх как испуг, очень сильный испуг или боязнь, сильный ужас; чувство ужаса вызываемая предметами, событиями, существами [31, с. 712].

Как философская концепция страх, так или иначе затрагивался в трудах философов, так первое описание и введение в оборот понятие «страх» получило у С. С. Кьеркегора [26]. Он проводил различие между эмпирическим страхом перед определенными опасностями и необъяснимым метафизическим страхом перед определенными человеческими желаниями. В некоторых философских размышлениях страх рассматривается как пусковой механизм религиозных верований (Гольбах П., Лукреций, Фейербах Л., Юм Д. и др.).

Страх, одна из тем психологии, краткий психологический словарь под редакцией А. В. Петровского и М. Ярошевского определяет чувство страха как «эмоцию, возникающую в случаях или ситуативно, когда биологическое или социальное существование человека находится под угрозой, с акцентом на реальные или воображаемые причины». В то время как боль и другие формы стресса относятся к угрожающим жизни состояниям, страх имеет эмоциональную окраску и связан с ожиданиями. Страх имеет множество оттенков, тревога, опасение, боязнь, испуг, ужас, как одна из пограничных форм» [33, с. 601].

Таким образом, анализируя цитируемую литературу, можно выделить несколько неоднозначностей в определении понятия страх – «био-социальная», «эмпирико-метафизическая» – наряду с различной степенью выраженности данных состояний страха, от управляемых, до бесконтрольных. В психологическом смысле тревога и страх у людей, по мнению исследователей, вызывается предвосхищением событий. Страх человека и животного имеет разную основу, у животных страх возникает при наступлении события. Это позволяет сделать вывод, что страх является эмоционально-чувственным состоянием человеческого организма [1].

По мнению А. Адлера, страх – это «одна из трех основных человеческих эмоций, такая же как радость и гнев. Все эти три эмоции является примитивным проявлением ранних «человеческих инстинктов» [2, с. 110]. По мнению А. Адлера, страх важен: «... возникает в результате подавления враждебных желаний и играет важную роль в повседневной жизни и неврозах» [2, с. 197].

Согласно взглядам Зигмунда Фрейда, «страхом является особое состояние чувствительности, при котором угроза неизбежна. По Фрейду, важна системность, если страх носит патологический (отклоняющийся от нормы) характер, он называется фобией». Фрейд в своей книге «Запрещение, симптом и страх» определяет страх перед чем-то как «то, что позволяет чувствовать ...». Это чувство страха, как правило, неудовлетворенно. Симптоматика страха часто выступает результатом желаний или потребностей, которые не получили своей реализации» [37, с. 18].

По мнению Г. Крайг, страх так же проявляет себя, как «эмоция, которую люди стараются не допустить или избежать, или уменьшить, а страх в легкой форме – тревога (выраженная в более мягких формах), может привести к обучению» [24, с. 97].

По словам Д. Айке, эмоция страха – это «психологический феномен, который почти каждый человек, как проявление, отслеживает ежедневно». Чувство страха – это неприятное и чувствительное переживание, когда человек

в большей или меньшей степени понимает, путем осознания, что ему угрожает опасность (реальная, возможная)» [3, с.79].

П. М. Якобсон в понимании страха отталкивается от рефлекторики, которое является проявлением физиологическим, он объясняет страх, как «проявление естественного физиологического рефлекса, пассивной защитной реакции, включающей легкое торможение коры головного мозга». Страх - это мера предосторожности, основанная на опыте или инстинкте самозащиты, включающем некоторые изменения в нейронной активности высшего порядка, отражающиеся в сердцебиении и дыхании. Страх – это результат небезопасного шока, но есть две универсальные и неизбежные опасности. Это означает жизнь, здоровье, личное (субъективное) и социальное благополучие, а не доктрину смерти и умаление ценности жизни» [40, с. 89].

Р. В. Овчарова, отечественный исследователь, толкует страх как «продуктивное (переживание) отражение в реальном сознании человека, как форма определенных опасностей для его жизни и общего благополучия» [30, с.32].

И. Н. Гарбузов пишет: «Происхождение состояний страха у детей представляет собой очень сложную загадку. Инстинкт детского самосохранения играет важную роль в возникновении чувства страха, давая нам механизмы осторожности, например в общении с незнакомым» [11, с.88].

По мнению А. И. Захарова, «страх – это одна из основных человеческих эмоций, вызываемая захватывающей опасностью». Если следовать эмоции страха без каких-либо предубеждений, то можно сказать, что страх играет различные роли в жизни человека. Страх присутствовал в генезисе, на протяжении всей эволюции человека. Страх обладает защитным действием и помогает нам избегать угроз [16, с. 34]. Так, по мнению А. И. Захарова, «страх следует рассматривать как естественную часть эволюции человека» [16, с. 36]. Наряду с другими человеческими эмоциями, эмоция страха имеет тенденцию закрепляться в памяти.

Существуют доказательства того, что события, сопутствующие и связанные со страхом, фиксируются в памяти лучше и надежнее. Страх, как предчувствие опасности, перед объектами или действиями, которые вызывают боль или трудности, достаточен для того, чтобы помочь нам избегать их в последующем [16, с. 16].

К. Изард утверждает, что «чувство страха – это не только предвестник тревоги, но и форма беспокойства, а волнение и тревога – это тоже форма страха. По мере того, как люди теряют контроль над окружающим миром, они становятся все более тревожными из-за своей неполноценности, в части возможностей. Субъект становится безоговорочно нерешительным и неуверенным в собственной текущей безопасности [17, с. 40]. Согласно его суждению, причины тревоги можно разделить на четыре категории: а) внешние события и процессы, б) мотивы и требования, в) эмоции и г) когнитивные процессы субъекта [17, с. 42].

А. Кемпински в своей книге «Психопатология невроза» делит виды проявления страха на четыре категории: биологическая, социальная, моральная и деструктивная тревога. Биологическая тревога относится к угрозе для какого-либо вида жизни. Социальное тревожное расстройство возникает, когда нарушаются социальные отношения. Моральные страдания возникают, когда мы не принимаем советы других людей, которые нас направляют. Дистресс распада или дезинтеграции возникает, когда меняется дизайн информационного обмена [20].

А. И. Захаров сравнивает эту установку с личным страхом, говорит о ситуационных и личностных проявлениях. По мнению А. И. Захарова «Ситуативная тревожность» появляется в атмосфере опасности или шока, тогда как «тревожность человека» предопределена его образом (например, тревожное расстройство). Ситуативная тревога реальна и достаточно остра, тогда как антропная – воображаемая тревога хронические и воображаемые. Воображаемые страхи длятся длительное время» [16, с. 46].

Т. В. Абакумова обобщая страхи предлагает ряд критериев систематизации страха: «а) необъективные источники возникновения страха (биологические, технологические, планетарные, космические), б) отсутствие достоверных представлений о целостности и полноте окружающей действительности (общественные, младенческие страхи), в) онтология (страх религии, существования, смерти), г) эпистемология (страх перед информационной перегрузкой)» [1, с. 48].

Одним из направлений исследований феномена страха является понимание личностных и возникающих ситуационных факторов, определяющих происхождение тревожности и страха. Тревожность, беспокойство и агрессия часто рассматриваются как личностные детерминанты. Долгое время термины «тревога» и «страх» были неразличимы и употреблялись как синонимичные.

По известному мнению, А. М. Прихожан, именно С. Кьеркегор в начале XIX века впервые разграничил эти два понятия, [26] понимая тревогу как «стойкий и неконтролируемый страх перед чем-то» [35, с. 1]. Целый ряд авторов рассматривают страх и тревожность как чувствительное состояние, а беспокойство как непрерывное состояние, в то время как тревожность – это характеристика черты личности.

В исследованиях Фрейда страх делится на два вида: объективная тревога и невротическая тревога. По словам Фрейда, «объективная тревога является точным синонимом страха. Она возникает, в случаях, если человек оказывается в действительно опасной ситуации во внешнем воздействии. Такая среда воспринимается субъектом как опасная, и понимание угрозы вызывает чувствительную реакцию, соответствующую страху. Невротическая тревога – это не то же самое, что объективный страх. Источник, инициатор опасности, страха - внутренний, а не внешний. Иницирующим поводом страха считаются сексуальные или агрессивные переживания ребенка, которые пресекались и подавлялись взрослыми» [37, с. 20]. Целый ряд авторов рассматривают страх и тревожность как чувствительное состояние, а беспокойство как непрерывное состояние, в то время как тревожность – это характеристика черты личности.

Следует признать, что все авторы склонны соглашаться с тем, что существует положительная корреляция между страхом и переживанием тревоги, но не всегда допускают возможность прогнозирования наличия тревоги в той или иной обстановке на основе понимания индивидом слоев страха, поскольку на нее влияют другие личностные факторы, порой набор этих факторов играет критическую роль.

Отношения между агрессивностью и страхом более сложны. Во-первых, они касаются взаимной решимости, то есть агрессивность может вызывать различные формы страха, а страх может вызывать агрессивное поведение. Во-вторых, существуют различные формы агрессивности, связанные с формированием тревоги различными психологическими механизмами [4].

А. Кемпински считает, что «иногда беспокойство концентрируется на незначительных трудностях и конфликтах, которые, начиная развиваться, становятся огромной проблемой, вызывая агрессию. В связи с этим чувства страха и агрессии часто появляются вместе» [20, с. 56].

Таким образом, в современной психологической науке проблема страха является одной из наиболее давних и актуальных. Страх – базовая эмоция и переживание этой эмоции ощущается и воспринимается людьми как угроза личной безопасности. Приход угрозы может ожидаться как во внутреннем мире, так и с внешними проявлениями. При анализе психологической и педагогической литературы, было выявлено, что страх является многоуровневым феноменом, и рассмотрение его в какой-либо линейной плоскости невозможно. Рассмотрение феноменологии данного понятия позволило выявить ряд существенных характеристик, таких как тревога, объект, предмет, содержание и образ страха. Основной классификацией страха является классификация А. И. Захарова: по характеру – природные, социальные, ситуативные, личностные страхи; по степени реальности – реальные и воображаемые; по степени интенсивности – острые и хронические. При анализе психологической и педагогической литературы, было выявлено, что страх является многоуровневым феноменом.

1.2 Особенности психического развития детей дошкольного возраста из неполных семей

Дошкольная педагогика имеет дело с детьми от рождения до семи лет, это объект изучения. Самообразование в этой области претерпевает множество изменений, но необходимо выделить определенные этапы и их закономерность.

Наиболее рациональным является подход Л. С. Выготского, который предложил возрастное сегментирование на основе теории стабильных периодов и кризисов развития. По мнению Л. С. Выготского, старший дошкольный возраст соответствует 5-7 годам [10].

Эмоциональное развитие детей – одна из самых важных тем в современной отечественной психологии. Эмоциональное развитие детей дошкольного возраста в основном связано с появлением новых интересов, мотивов и потребностей. Наиболее важной способностью в области мотивации является появление социальной мотивации, которая больше не обусловлена достижением целей. В результате начинают интенсивно развиваться социальные и моральные качества и эмоции [5].

Установление мотивационной иерархии приводит к изменениям в аффективной сфере. Выявление основных мотивов, которым подчинена вся система других, всегда вызывает глубокие эмоции. Более того, они не имеют ничего общего с непосредственными, текущими, но латентными или отдаленными последствиями деятельности. Эмоциональные переживания на этом этапе не вызваны чем-то непосредственно и в реальности воспринимаемым, а глубоко внутренне присущи, поскольку связаны с основной мотивацией деятельности ребенка. Эмоции теряют свой контекст, становятся более осмысленными и отвечают на предложенную психологическую ситуацию. Эмоциональные ожидания формируются у детей дошкольного возраста, которые задумываются о последствиях своих действий и прогнозируют реакцию окружающих на свое поведение.

Изменения в жизненной сфере связаны не только с мотивационной сферой, но и с развитием когнитивной сферы и самоощущением человека. Участие языка в эмоциональных процессах гарантирует его интеллектуальность, когда язык становится более осознанным и всепроникающим. В результате роль эмоций в повседневной деятельности дошкольников резко меняется.

В процессе позитивного взаимодействия с социумом и окружающей средой ребенок не становится безразличным к воздействиям окружающей среды и экологическим явлениям, испытывая весь спектр эмоций – как удовольствие, так и несчастье, позитив и негатив. Эмоции представляют собой внутреннее состояние ребенка, поэтому дети переживают эмоции более глубоко, чем взрослые. Во многих случаях незнакомые взрослые наносят детям серьезные травмы своими недобрыми высказываниями и поведением [6].

Как отмечает В. И. Гарбузов, свобода эмоционального самовыражения очень важна для развития эмпатии и эмоциональной жизни детей. Если дети не могут свободно выражать свои чувства, это всегда негативно сказывается на их здоровье, вызывая психологический стресс и тревогу [11].

Следующая причина заключается в том, что конкуренция и соревнование, особенно в тревожных ситуациях, заставляют детей учиться в надсоциальной ситуации. В таких ситуациях конкурентоспособные дети будут делать все возможное, чтобы с первого раза добиться наилучшего или социально одобряемого результата.

Другая причина возникает из ситуации большей ответственности. Тревога у детей со страхами и тревожными расстройствами вызвана страхом отвержения или несоответствия ожиданиям или мнению взрослых, которые, как правило представляют авторитет [9].

В таких ситуациях тревожные дети зачастую не могут отреагировать должным образом. Предвидя, ожидая и повторяя ситуации, вызывающие тревогу, дети вырабатывают специфическое поведение, позволяющее избежать или снизить их тревогу. Эти модели включают привычки к боязливому

тревожному поведению и предпочтению молчать, а не отвечать на вопросы незнакомых взрослых или людей, негативно относящихся к детям.

По мнению В. В. Лебединского, «дети с повышенным уровнем тревожности подвержены риску развития невротизма, аддиктивного поведения и эмоциональных расстройств личности» [27, с. 1.12].

Ситуативная тревожность и многие основанные на ней страхи, то есть эмоциональная активность, вызванная конкретными ситуациями, объективно вызывающими тревогу, широко распространены у детей дошкольного возраста. Эти проявления являются индикаторами потенциальных трудностей и проблем в жизни. Для дошкольника отвержение сверстников также может быть источником беспокойства. Ребенок может полагать, что его не любят, что это его вина и что он плохой и не такой хороший человек. Чтобы добиться расположения, ребенок будет стараться достичь положительных и одобряемых результатов или преуспеть в какой-либо деятельности. Когда эти усилия не оправдываются, тревожность ребенка возрастает [12].

Рассмотрим случай семейного беспокойства. Во-первых, выявим влияние неполных семей. Мальчики в дошкольном возрасте значительно повышают уровень семейного беспокойства. Отсутствие отца в семье не способствует развитию психологической защиты и внешних угроз. Это в определенной степени отражается на девочках. Данное обстоятельство связано с тем, что во время своего развития девушкам так же приходится сталкиваться с угрозами, в том числе и теми, которые встречаются у мужчин. [25].

Старшие дошкольники из неполных семей, испытывавшие тревогу, показали различия в своем поведении в классе и вне его. За пределами класса дети были активными, общительными и откровенными, а в классе они были нервными и тревожными. Они отвечают на задаваемые вопросы учителя тихо и заикаясь. Речь таких детей может быть торопливой и очень быстрой или замедленной или очень медленной. Такие дети всегда испытывают страхи, тревожны и беспокойны. Беспокойство, тревожность и страх могут иметь внешние проявления – ребенок трет руки об одежду и возится с предметами.

Дошкольники из неблагополучных семей с тревожностью или беспокойством также более склонны к развитию вредных невротических привычек (кусание ногтей, сосание пальцев, вырывание волос, трогание частей тела). Манипуляции детей с телом могут помочь снять психическое напряжение и успокоить мозг через моторику. Лучшим методом диагностики страхов и тревожности выступает рисунок. Рисунки тревожных детей характеризуются большим количеством теней, плотным штрихом, темными цветами и небольшими размерами изображений. Такие дети, особенно маленькие, склонны заикливаться на деталях [13].

Дошкольники из неблагополучных семей также имеют свои поведенческие особенности. Первое, что бросается в глаза – серьезное и замкнутое выражение лица, они сидят с опущенными глазами, опрятны и аккуратны, не совершают лишних движений, не шумят и не привлекают внимания окружающих.

Дошкольники более восприимчивы к непоследовательности родителей и испытывают большее беспокойство, когда видят, что родители конфликтуют и часто ссорятся, чем, когда отношения в семье хорошие. Исследования показывают, что дошкольники в неблагополучных семьях больше боятся животных (девочки), стихий, болезней, инфекций, смерти, кошмаров и своих родителей (мальчики). Все эти страхи выступают в качестве специфической реакцией на нестабильные, конфликтные семейные ситуации [27].

Дети в неблагополучных семьях могут стать замкнутыми, застенчивыми, подавленными, тревожными и неуверенными в своих силах. Они одиноки, и это их вполне устраивает. Дети из неполных семей независимы. Часто дети очень боятся разлуки со взрослыми и проявляют беспокойство и отвлекающее поведение, такое как нарушение сна, агрессия, раздражительность, одиночество, грусть и потерянности.

Среди дошкольников мальчики и девочки из неблагополучных семей имеют значительно более высокий уровень тревожности, что определяет особую уязвимость родителей к нарушению родительских отношений в этом возрасте.

По данным исследования А. И. Захарова, «В несовершенных семьях тревожные расстройства, особенно у мальчиков старшего дошкольного возраста, значительно, динамика тревожности и страхов положительная. В доме без отца поведение соответствует психологической защите от гендерных и внешних угроз. Нарушается развитие образа жизни, страхи ребенка не очевидны, но почти всегда проявляются в той или иной устойчивой форме. И мальчики, и девочки склонны испытывать сильную тревогу и страх перед семейными конфликтами. Поэтому они могут бояться темноты, болезней, смерти, кошмаров, определенных ситуаций, родителей и т.д. больше, чем их одноклассники из более стабильных семей [16, с.14].

По мнению А. И. Захарова, одним из страхов детей дошкольников из неблагополучных семей является страх внезапной смерти [16]. В. В. Ковалев отмечает, что возникновение страха смерти – это необратимое проявляющееся осознание изменений, которые приносит возраст. В это время дети начинали понимать, что неизбежное взросление в конечном итоге означает неизбежную смерть, и эта очевидная неизбежность вызывает тревогу. Ибо «эмоционально они отвергали рациональную необходимость смерти и усиливали свой страх перед смертью своих единственных родственников».

Угроза жизни, из сказок, переходит в реальные детские переживания, именно такие сказочные персонажи угрожают жизни дошкольников. По мнению А. И. Захарова, страх, например, перед Змей-Горынычем «возник из глубин подсознания и занимал воображение ребенка». Ребенок утверждал, что «его похитили, убили, ...подожгли и сожгли все вокруг» [12: с. 16, с. 18].

В результате нарушения семейных структур и нормальных отношений, они оказывают существенное и негативное влияние на развитие личности дошкольников. Дети из социально не стабильных семей, как правило, имеют негативный эмоциональный опыт (развод родителей, семейные ссоры) и не обладают высоким порогом проявления эмоциональных реакций. В повседневной деятельности наблюдаются многие симптомы эмоциональной раздражительности и сонливости. В эмоциональных реакциях ребенка

преобладает негативный и нейтральный эмоциональный фон, умеренная или слабая мимика, а также произвольная мимика. Для детей из неблагополучных семей характерна сильная тревога и страх за здоровье своих близких, что может объясняться беспокойством по поводу потери одного из родителей [32].

1.3 Возможности коррекции страхов у детей дошкольного возраста

Одна из целей ФГОС дошкольного образования – дать детям возможность поверить в свои способности, быть открытыми для внешнего мира, иметь позитивное отношение к себе и другим, а также испытывать самоуважение по отношению к себе [29]. На самом деле, современные условия жизни характеризуются интенсивностью ростом личных требований и разнообразием эмоций, которые часто оказывают сильное психологическое давление на интеллектуальные, умственные, эмоциональные и физические способности людей.

Поскольку психология и организм детей еще не созрели и не окрепли, они легко поддаются влиянию окружающей среды и склонны к подобной психологической деформации. Чувство беспомощности и неуверенности в своих талантах и способностях приводит к необоснованным, с позиции внешней среды, страхам и различным тревогам, с которыми дети не могут справиться в одиночку, самостоятельно. Это приводит к развитию фобий и страхов.

Анализ методов исследования детских страхов в стране и за рубежом показывает, что ряд авторов понимают под ними различные обоснованные классификации, и их модификации руководствуются результатами эмпирических исследований. Ярким примером могут выступать работы Р. В. Овчаровой, которая различает возрастные и невротические страхи [30]; классификация и типизация страхов А. И. Захарова основана на характеристиках врожденных/приобретенных страхов и существенно дополнена введением понятий «ситуативный» и «личностные» страхи [16].

Данная типизация основана на возрастной специфике, что четко отражено в современной научной психологии, где страхи делятся на врожденные, приобретенные (возрастные, они характерны для детей определенного возраста) и страхи навязанные (они не имеют привязку к возрасту, не характерны для детей определенного возраста).

По мнению В. А. Горбуновой и Н. В. Ионовой, страхи, приобретаемые детьми в процессе жизни, вызываются событиями травмирующего свойства. Страх перед отрицательными (плохими) сказочными героями является результатом намеренного запугивания в ходе обучения, такую информацию ребенку могут транслировать электронные СМИ [19].

Таким образом, выявив содержательные характеристики и причины тревожности у детей дошкольного возраста мы можем отметить, что они представляют собой сложное явление. Исследователи считают, что существует два основных типа страхов у детей дошкольного возраста: приобретенные (навязанные) страхи и возрастные (соответствующие возрасту) страхи. Возрастная фобия есть у всех детей, поэтому она развивается и исчезает сама по себе, она не требует к себе повышенного внимания, не нуждается в профилактировании и коррекции. Другой тип страха вызывается определенными причинами, ситуациями и т.д., независимо от возраста. Этот детский страх, приобретённый, не проходит сам по себе, и психологам необходимо вовремя диагностировать и предпринимать корректирующие действия.

Этот вывод подчеркивает важность устранения этих симптомов и предотвращения их перерастания в фобии [34].

Психологическая коррекция тревожности и страхов определяется как «исправление» и используется для оптимизации естественной динамики психологии и процесса психологического роста личности. Это определение включает коррекцию, исправление ошибок и нарушений, которые не требуют исправления фундаментальных изменений в процессах и явлениях. Для снижения уровня тревожности у детей дошкольного возраста используются различные техники. Типовые техники делятся на три категории: игра с тревогой

и страхом, выражение (вербализация) тревоги и страха и визуализация – рисование тревоги [15]. С точки зрения психиатрической кинезеологии данные действия достаточно эффективны, т.к. объект вначале «достается» на поверхность, потом «проживается» в деталях.

Проанализируем и детализируем каждый из этих методов (Таблица 1).

Таблица 1 – Техники коррекции страхов детей дошкольного возраста

Техники	Описание коррекции
1.Игры со страхом	<p>Для детей азартные игры всегда представляют захватывающую реальность, игра и азарт интересней, чем окружающая среда. Ребенок живет в игре, проживает события. Исходя из этого, помогая ребенку преодолеть страхи, можно заниматься спортом, использовать воображение во всех аспектах, выражать спонтанные эмоции и, прежде всего, побеждать и выигрывать в игре.</p> <p>Когда мы говорим об игрушках, мы имеем в виду не только игрушки, имитирующие проблемные ситуации и позволяющие детям эмоционально переработать и осознать травмирующий опыт, но и игрушки-антистрессоры, которые успокаивают разум, способствуют расслаблению и приносят детям настоящую радость. Помимо игры с песком, дети могут воображать ситуации, создавая грандиозные объекты, вещи и явления, которые можно разрушить или закопать.</p> <p>Когда мы говорим об игрушках, мы имеем в виду не только игрушки, имитирующие проблемные ситуации и позволяющие детям эмоционально переработать и осознать травмирующий опыт, но и игрушки-антистрессоры, которые успокаивают разум. Помимо игры с песком, дети могут воображать ситуации, создавая грандиозные объекты, вещи и явления, которые можно разрушить или закопать.</p>

2.Вербализация страха.	Способ выражения страха в зрительных образах совершенно иной, чем у игрушек. Когда ребенок сталкивается со страхом в игре, он учится выражать, описывать, признавать и принимать его. Нарративная терапия играет очень важную роль в коррекции тревожности, поскольку истории – это наиболее эффективный и доступный способ сделать это через вербальное общение и индивидуальную поддержку. В дошкольном возрасте когнитивные механизмы уже оттачиваются. Дети слушают истории, чтобы найти те, которые переключаются с их жизнью, и пытаются решить проблемы и трудности на примере положительных героев.
3.Рисование страха	Дети выражают свои чувства с помощью картинок. Рисунки детей отражают их текущие переживания, интересы и личные качества, и являются как бы «зеркальным отражением» их переживаний. По этой причине рисование является наиболее эффективным способом снятия детского беспокойства. Графические изображения объектов, вызывающих тревогу, могут помочь уменьшить беспокойство по поводу пугающих событий за счет эффекта проживания. Поскольку страх перед рисованием уже прошел, опасности нет; следовательно, ребенок не боится рисовать. Страхи, пережитые в детстве, не беспокоят во взрослом возрасте. Коррекция фобий должна проводиться в обязательном порядке, т.к. с фобией ребенок в одиночку справиться не может, ему должны помогать близкие родственники, действия должны осуществляться в присутствии взрослых. Дети должны чувствовать поддержку со стороны родителей и знать, что если у них возникнут проблемы или случится что-то непредвиденное, родители им помогут.

Таким образом, художественно-игровая деятельность как основной вид деятельности детей дошкольного возраста отличается от различных методов и

приемов коррекции тревожности. Поэтому можно подчеркнуть своевременность вмешательства необходима, чтобы помочь детям справиться со страхами [38].

Коррекционный процесс начинается не со страха, а с личного отношения ребенка к причине страха. Используя эти техники, дети могут построить доверительные отношения со сверстниками, преодолеть чувство одиночества и покинутости, а также преодолеть тревогу [21].

Коррекционная технология может помочь снизить уровень тревожности у детей дошкольного возраста, поскольку она может устранить страх смерти и уменьшить постоянную угрозу со стороны внешнего мира [23].

Выявлено, что отрицательную эмоцию страха можно заменить положительной эмоцией, через методики подмены. Разговор и называние страхов может помочь детям распознать их, а переживание страхов может привести к поведенческим примерам, которые помогут детям справляться с будущими ситуациями и способствовать их эмоциональному росту. Выбирая правильный метод для каждого ребенка, мы можем обеспечить отсутствие страха перед возникающими проявлениями и защитить психологию ребенка. Для этого нужно быть с ребенком, поддерживать его, понимать его, принимать его и переводить его от страха к отсутствию страха.

ГЛАВА 2 ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ СТРАХОВ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ИЗ НЕПОЛНЫХ СЕМЕЙ И ИХ КОРРЕКЦИЯ

2.1. Организация и методики исследования. Анализ результатов исследования

С целью изучения возможностей коррекции страхов у детей дошкольного возраста из неполных семей нами было проведено исследование.

Экспериментальная база исследования представлена Муниципальным бюджетным дошкольным образовательным учреждением «Детский сад №37 общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по познавательно-речевому направлению развития детей» г Ачинска, Красноярского края.

Исследование проводилось в январе 2020 г. – мае 2021 г. В исследовании принимали участие дошкольники в количестве 22 человек. 11 дошкольников из полной семьи и 11 дошкольников из неполной семьи.

Этапы исследования: I этап (сентябрь-декабрь 2020 г.) – анализ научных публикаций и основных концепций по теме исследования, постановка цели, определения объекта, предмета исследования, определение категориального аппарата, определение методов и выборки экспериментального исследования.

II этап (январь-февраль 2021 г.) – подбор диагностического инструментария для изучения возможностей коррекции страхов у детей дошкольного возраста из неполных семей, диагностика страхов у дошкольников, разработка и апробация программы психокоррекции страхов у детей дошкольного возраста из неполных семей.

III этап (апрель-май 2021 г.) – повторная диагностика страхов у старших дошкольников, формулирование выводов, оформление выпускной квалификационной работы.

Для исследования страхов у детей дошкольного возраста были использованы следующие методики: 1. Психодиагностическая методика

выявления детских страхов «Страхи в домиках», авт. А. И. Захаров и М. А. Панфилова.

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

2. Рисуночный тест «Кинетический рисунок семьи», авт. Р. Бэнс, С. Кауфман. Цель – выявить особенности восприятия ребёнком семейной ситуации, своего места в семье, а также его отношений к членам семьи.

3. Проективная методика «Мои страхи», авт. А. И. Захаров. Цель: выявление страхов у детей.

Использование именно этих методик, объясняется тем, что они сделаны в простой и доступной форме, не требуют много времени на выполнение, а также помогают нам достичь поставленной цели.

В нашем исследовании мы применяли специальные методы наблюдения. В ходе наблюдения выявлено, дети из полных, благополучных семей были более послушными, чем дети из неполных семей, они быстрее и отзывчивей реагировали на замечания, прислушивались к советам.

Дети из неполных семей социализированы хуже, они не сразу взаимодействуют с людьми, им нужно немного времени, чтобы внимательно понаблюдать за окружающими и адаптироваться. У большинства детей из неполных семей ограниченный словарный запас и дефекты речи. Некоторые дети из неполных семей не имеют доверительных отношений со своими родителями, и дети боятся, что существует угроза потерять родителя, т.к. одного уже потеряли. Для мотивации детей из неполных семей достаточно заметить их деятельность или достаточно похвалы родителей. Не было никакой разницы в количестве физической активности между двумя группами детей в период диагностики и исследования. Все дети имели высокий уровень физической активности и часто не могли сосредоточиться на работе в силу своей подвижности, гиперактивности. Дети из полных семей эмоционально реагировали на работу иначе, чем дети из неполных семей. Многие дети в

неполных семьях могут испытывать разочарование, злиться или плакать, если у них что-то не получается или если у других получается лучше (например, потому что им не уделяют внимания).

По результатам методики Р. Бернса, С. Кауфмана нами были получены данные, обработаны и сделаны выводы о психическом и эмоциональном состоянии исследуемых детей. Вопросы методики оценивали характеристики рисунка, компоненты, расположение, то, как она нарисована (линии, штрихи и т.д.), и были ли на ней детали. Кроме того, изучение детских рисунков использовалось для определения ключевых психологических и эмоциональных метрик - параметров, таких как тревожность, агрессивность, конфликтность и текущее эмоциональное состояние. Полученные результаты затем используются для определения важности и направления развития каждой ситуации.

Обобщение результатов произведено на рисунке и в таблице (см. таблицу 2 и рисунок 1).

Таблица 2 – обобщённые результаты дошкольников из полной семьи и из неполной семьи по рисуночному тесту «Кинетический рисунок семьи» Р. Бернса, С. Кауфмана

Уровни нарушения психоэмоционального состояния в семье	Кол-во человек	Из полных семей	Из неполных семей
Высокий	14 (64%)	6 (55%)	8 (73%)
Повышенный	6 (27%)	4 (36%)	2 (18%)
Нормальный	2 (9%)	1 (9%)	1 (9%)

По результатам тестирования, таблица 2, по методике Р. Бернса и С. Кауфмана можно сделать следующие выводы. Пять из одиннадцати детей детского сада из неполных семей проявили саморазрушительные черты характера. Дети с проблемами самооценки были, на рисунках, либо более далеки от своих семей, чем от других родных. На каждом рисунке прослеживалось такое дистанцирование. В числе всех рисунков, два рисунка были нарисованы и на них

нет детей. В этом случае детские рисунки не принадлежат к структуре семьи, что указывает на отсутствие единства и неприятие. Отсутствие автора на рисунке семьи может быть связано с недостатком самовыражения в общении с близкими родственниками или отсутствием солидарности с семьей, например, «здесь меня не слушают» или «трудно найти свое место», «здесь на меня постоянно кричат». Они также могут видеть отношение, поэтому в семье они чувствуют себя забытыми, например, «все рухнет в этой семье, мне все равно, я не принадлежу себе» или «я не пытаюсь найти свое место, свое место в мире».

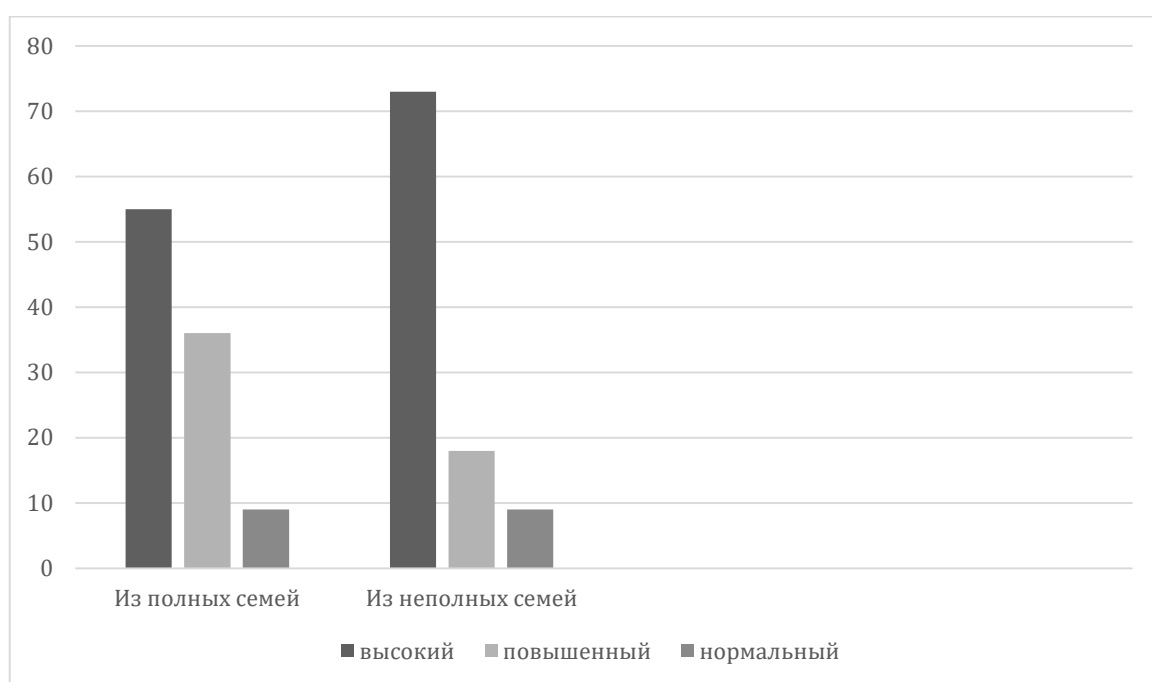


Рисунок 1 – Обобщённые результаты дошкольников из полной семьи и из неполной семьи по рисуночному тесту «Кинетический рисунок семьи»

Р. Бернса, С. Кауфмана

В ходе исследования выявлены четыре ребенка, которые восполняют дефицит рисунка животных, а также на их рисунках родственников, которые не проживают с семьей (дяди, тети, бабушки, дедушки), все это показывает высокую потребность в общении. Также было трое детей, у которых произошел разрыв связи с родителями, на их рисунках члены семьи не находятся в контакте (нежимают друг другу руки, не находятся в непосредственной близости). На одном рисунке изображены пять человек: мать, ребенок, сестра, брат и отец.

Каждый из них занимается своим делом из рисунка не видна общность. Ребенок находится в верхней части страницы. Он находится далеко от других участников. Несмотря на то, что они находятся на одном рисунке, они никак не связаны между собой. Это указывает на то, что каждый в этой семье действует в одиночку (большая семья). Нарушаются эмоциональные и межличностные отношения, так необходимые в семье.

Из рисунка видно, что 4 из 11 детей недовольны своим положением в семье; 6 детей в общем и целом удовлетворены общением с родителями, хотя иногда испытывают дискомфорт и дефицит внимания.

Анализ содержания рисунков детей из неполных семей:

Вероника К. – на данном рисунке ребенок очень хорошо усваивает детали семейных ролей. Мать – глава семьи, ее глаза, нос и особенно рот имеют большое значение и поэтому они большие на рисунке. Все признаки показывают, что глаза матери печальны, ее сердце покрыто цветами, у нее нет рук, и поэтому она ничто не может их изменить. Брат нарисован со стоящими вертикально волосами, они аккуратно собраны, одежда в порядке.

Рисунок Жени Т. – на этом рисунке есть и она сама и ее семья. Большой дом с множеством пустых окон, в котором никто не живет. Сама художница живет на чердаке». Мама всегда на работе, я иду гулять...». Цвета грустные, а машины в основном серо-зеленые (их периодически бросает отец). Огромные щупальца («руки») на крыше машин напоминают родителей, которые стоят над своими детьми, удерживая их, загоняя в ловушку одиночества и страха. Когда мы увидели эти изображение на рисунке, то сразу поняли, что ребенок болен и нуждается в помощи.

Рисунок, автор Лена П. – расположение рисунка в середине страницы указывает на хорошее и безопасное положение ребенка в семье. Сильно изменчивые карандашные пометки указывают на эмоциональную нестабильность. Отсутствие рук прерывает общение автора картины. Семья не представлена должным образом. Девочка рисует только себя и свою бабушку. Настоящая семья включает в себя дедушку. Тот факт, что семья не изображена,

в полном составе, может указывать на наличие конфликта и отсутствие эмоциональной связи между испытуемой и ее дедом. Лена впервые включает бабушку и дедушку, показывая, что эта семья играет важную роль в ее жизни. На изображении рисунка кухонная плита находится между бабушкой и дедушкой, представляя конфликт между ними. Стирание и перекрашивание руки бабушки в промежутках между рисунками также говорит о существующей напряженности и напряжении в ее отношениях с семьей.

Лиза Б. - размещение композиции в верхней части страницы говорит о повышении самооценки. Она полностью представляет свою семью, включая мать, братьев, сестер и бабушку. Изображение братьев и сестер на заднем плане маленькое, что наводит на мысль о конкурентных отношениях между субъектом и братьями и сестрами и негативном ее отношении к ним». Кто что делает?» Испытуемый отвечает: «Я с мамой. Вот еще одно свидетельство того, что «сестра» была бессознательно исключена из семьи. Высокая фигура бабушки олицетворяет ее важную роль в семье.

Рисунок нарисовала Оля Г. – уменьшение рисунка на полях внизу страницы свидетельствует о заниженной самооценке испытуемого. Семья не имеет четких очертаний. Испытуемая не представила себя на рисунке, что указывает на конфликт между ней и членами семьи и низкий уровень эмоциональной привязанности. Бабушка была первым человеком, изображенным девочкой, что говорит о том, что она была очень важна для неё.

Диана М. – уменьшенное изображение в нижней части страницы говорит о низкой самооценке. Матери нет на фотографии». Где твоя мама?» на что она отвечает: «Она пошла в магазин. Это указывает существующий конфликт и слабую эмоциональную связь между матерью и субъектом. Рядом с ней сестренка, она играет свою бабушку, что говорит о сильной эмоциональной связи между ними. Фигура старшего брата очень маленькая, что говорит о конкурентных отношениях между братом и сестрой. Руки, спрятанные за спинами деда и брата, указывают на негативное отношение к семье.

Максим Д. – увеличение размера рисунков и периодическое стирание или исправление пробелов между рисунками может указывать на гиперактивность, импульсивность и стресс. Пунктирные линии указывают на то, что тревожность является личностной чертой. Руки в карманах указывают на устоявшееся негативное отношение и отказ от общения. Сигарета между зубами автора рисунка указывает на негативный, асоциальный характер субъекта и его негативные социальные навыки. Отсутствие руки матери указывает на негативную ситуацию.

Результаты были проанализированы после применения методов «Страх передо мной» и «Страх дома». В таблице 3 представлены результаты сравнительного исследования страхов дошкольников из полных и неполных семей.

Анализируя полученные и обобщенные данные, мы особенно заинтересовались наиболее распространенными страхами среди детей. Дети во всех домохозяйствах (100%) боятся потерять родителей, а также боятся смерти. Это можно трактовать следующим образом. Этих детей воспитывают оба родителя, родители заботятся о них, любят их и привязаны к ним. Это не относится к детям из неблагополучных семей. По нашим данным, они также испытывают сильные страхи, но некоторые дети игнорируют эти страхи (1 девочка и 2 мальчика).

Основной страх детей из неполных семей (100% как мальчиков, так и девочек) - это страх одиночества (страх ненужности и остаться одному). Рациональное объяснение заключается в том, что «эти дети знают, что такое одиночество, и они испытывают его». Они боятся одиночества, потому что интуитивно чувствуют боль, потому что родители сопровождают их на детские вечеринки и идут с выпивкой, потому что родители могут ненароком оставить их дома, привести в дом незнакомцев D.

Традиционно дети во всех семьях боялись оставаться одни (т.е. оставаться дома одни). Этот вывод был сделан на основе интервью о тревожных расстройствах. Этот страх нетрудно объяснить, поскольку дети традиционно

окружены родителями и не находятся без присмотра. В заключение можно сказать, что независимо от ситуации, одиночество является основным страхом дошкольников.

Таблица 3 – количественные данные диагностики по методикам А. И. Захаровой и М. А. Панфиловой

Название страха	Дошкольники из полной семьи		Дошкольники из неполной семьи	
	Кол-во	%	Кол-во	%
Страшных снов	3	27	9	82
Страхи сказочных персонажей	6	55	7	64
Страх того, что родители умрут	11	100	10	91
Боязнь огня	4	36	6	55
Страх, перед тем как заснуть	0	-	8	73
Страх опоздать	1	9	4	36
Страх врачей (кроме зубных)	1	9	4	36
Страх крови	2	18	3	27
Страх замкнутого пространства	1	9	3	27
Страх потерять маму или папу	11	100	9	82
Страх темноты	3	27	10	91
Страх больших площадей	3	27	5	45
Страх войны	3	27	9	82
Страх воды	6	55	7	64
Страх глубины	5	45	10	91
Страх умереть	1	9	3	27
Боязнь неожиданных звуков	1	9	3	27
Страх одиночества	2	18	11	100
Боязнь боли	4	36	10	91

Один из самых больших страхов детей из неполных семей – это страх быть наказанным. Все без исключения исследованные дети испытывают сильный страх перед наказанием, включая жестокое обращение родителей и телесные наказания.

Поскольку исследования показали, что дети в неблагополучных семьях испытывают страх боли наряду со страхом наказания, вероятно, существует взаимосвязь между этими страхами. Боль может быть следствием наказания. Поскольку дети не только боятся боли, но и испытывают ее, этот страх наглядно демонстрируется вопросом: «Боишься ли ты боли? Мальчик после вопроса. Он ответил: «Конечно, да, если меня ударят достаточно сильно, то будет больно», показывая, как именно его ударили.

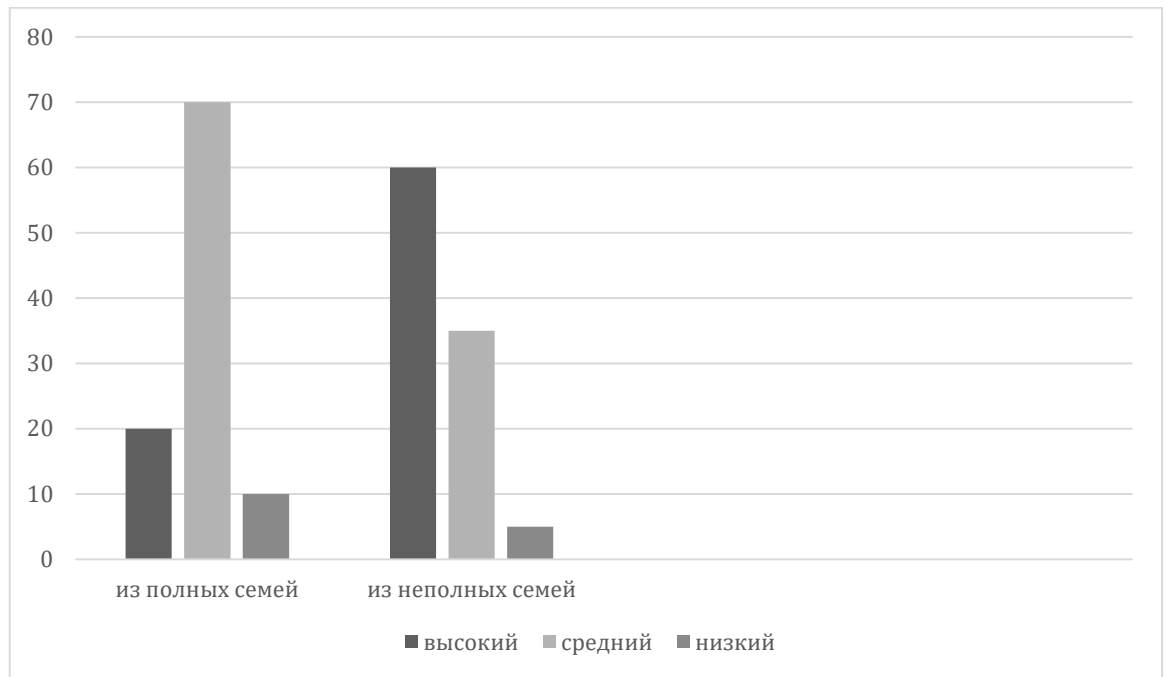


Рисунок 2 – Проявление страхов у дошкольников из полных и неполных семей по методике «Страхи в домиках», авт. А. И. Захаров и М. А. Панфилова

Девочки из неблагополучных семей боятся не только одиночества и наказания, они также очень боятся различных животных. Если девочки из обеспеченных семей боятся сказочных и вымышленных персонажей, потому что взрослые заставляют их бояться этих персонажей, и в сказках другие их тоже боятся, о том как их все боятся рассказывают истории и написано в книжках. Девочки из неполных и социально не благополучных семей боятся животных, это огромные собаки, бездомные кошки.

Для мальчиков и девочек из неблагополучных семей на первом месте стоит страх перед кошмарами, монстрами и бандитами. Говорят, что банды и монстры часто являются главными героями этих детских грез. Страх кошмаров связан с семейными неурядицами, и часто ребенок боится ложиться спать. Это отражение состояния сна ребенка и эмоций, пережитых во время сна, который является механизмом, создающим диалог между сознательным и бессознательным разумом.

Эти различия в реакции страха указывают на то, что дети в неблагополучных семьях не только боятся кошмаров, но и страдают от них.

Конечно, на этот страх влияют не только семейные проблемы, но и среда, в которой рос ребенок. В настоящее время царит всеобщая доступность, герои хоррор-боевиков один за другим начинают появляться в детских играх, после телевизионных фильмов. Слишком много кровавых фильмов и сцен насилия демонстрируется, они вызывают разбалансировку восприятия реальности, ночные кошмары.

Стоит отметить, что боязнь темноты одинаково высока во всех группах (за исключением мальчиков из полных семей). В целом, этот страх хорошо знаком детям, но мальчики из неполных семей, похоже, хотят казаться бесстрашными и храбрыми, поэтому многие дети отрицают свой страх темноты.

Интересно, что девочки из неполных семей боялись многих вещей одновременно с одинаковой интенсивностью. Страх потерять мать или отца, страх сказок, страх темноты, страх переезда, страх огня, страх разбойников, страх боли, страх пожара, страх смерти, страх смерти родителей, страх засыпания, страх насекомых, животных, страх страшных снов. Все они демонстрируют одни и те же страхи. Все это указывает на явное эмоциональное расстройство у этих детей, которое требует немедленного вмешательства психолога.

Результаты показывают, что дети из полных семей, где есть оба родителя и есть дедушки и бабушки менее ранимы и боязливы. А. И. Захаров отмечает, что чрезмерные страхи (в нашем исследовании более 14 у мальчиков и более 16 у девочек) могут свидетельствовать о развитии неврозов и расстройств личности, которые необходимо преодолевать [16]. По статистическим данным, уровень страха на душу населения сопоставим у детей из полных семей, но значительно выше у детей из неполных семей. В результате углубленного изучения содержания и характеристик детских рисунков были сделаны следующие выводы:

1. Дошкольники из неполных семей боятся событий, связанных с определенными воспоминаниями в прошлом (родительский конфликт), таких как одиночество дома, кошмары и темнота. Данные пилотного исследования показывают, что дети в неполных семьях имеют более высокий уровень тревожности.

2. Большинство детей из неполных семей, в отличие от детей из полных семей, предпочитают рисовать карандашами или простыми карандашами, реже используют цветные карандаши. Фигуры, нарисованные пунктирными линиями, непонятные зубы, морщинистые люди, животные, таковы особенности рисунков детей из неполных семей.

3. Дети из неблагополучных семей предпочитают рисунки с узкими тонами черного цвета. Сильный нажим пера может привести к образованию отверстий в рисунке. Пунктирные линии, лица и фигуры с линиями, тревожные глаза, очень большие руки и пальцы (потребность в общении), иногда отсутствие рта на лице при рисовании семьи. Некоторые рисунки не соответствовали рисункам детей того же возраста (вместо людей они рисовали неухоженные палки). Некоторые дети просто не хотели рисовать или имели ограничения, которые мешали им это делать. Мы разработали коррекционную программу, чтобы преодолеть страхи детей среди дошкольников из семей с одним родителем. В программу входят игры и задания по избавлению детей от того или иного страха.

2.2 Программа психокоррекции страхов у детей дошкольного возраста из неполных семей

Программа «Будь храбрым», направленная на снижение уровня и снятие детских страхов, призвана нормализовать эмоции дошкольников из неблагополучных семей.

Цели программы представлены следующим образом

- Устранить страхи, присущие дошкольникам из неблагополучных семей.
- Для снятия тревожности.

- Для снятия эмоционального и мышечного напряжения.
- Расширение и обогащение социальных навыков и «игровых навыков» ребенка.

Решение детских проблем включает в себя ряд следующих направлений

- Психологический тренинг для родителей, обучающий их тому, как устранять страхи и тревоги своих детей.

- Коррекционная работа с детьми, формирование уверенности в себе, выделение и закрепление критериев успеха, методика борьбы с переживаниями в трудных ситуациях, переживаниями неудач, помощь и поддержка психологов для преодоления детских тревог и страхов.

Поэтому в программу включены не только упражнения для преодоления различных страхов, но и упражнения, помогающие во всех этих областях.

Реализация программы осуществляется на групповой основе.

Группа состоит из 11 членов.

Программа в календарном графике рассчитана на 10 занятий, два-три раза в неделю. Продолжительность одного занятия составляет от 20 до 40 минут. Общая продолжительность программы составляет один месяц.

В программе будут использоваться такие техники и процедуры, как релаксация, игровая терапия, арт-терапия, танцевальная и спортивная терапия. В рамках программы детям показывают мультфильмы, читают стихи о тревожности и участвуют в обсуждениях.

Уроки проходили в стандартном формате и включали следующие элементы: приветствие, разминка, основное содержание, осмысление итогов урока и прощание.

В таблице 4 представлены данные по программе «Будь храбрым» для модификации детских страхов. Программа направлена на коррекцию детских страхов дошкольников, воспитывающихся в неполных семьях, состоящее из 8 занятий с различными упражнениями.

Таблица 4 – Программа коррекции детских страхов «Буду смелым!»

Тема. Цель.	Упражнения.
<p>Занятие 1. «Здравствуй, это я!» Цель: создание благоприятных условий для групповой работы, создание позитивной мотивации для предстоящих занятий, самоанализ.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнение «Росточек под солнцем». 2. Упражнение «Доброе утро...». 3. Упражнение «Что я люблю?». 4. Упражнение «Комплименты» 5. Упражнение «Разговор через стекло»
<p>Занятие 2. «Мое имя» Цель: развитие умения участников группы анализировать чувства другого. Коррекция разнообразных страхов.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнение «Росточек под солнцем» 2. Упражнение «Рукопожатие» 3. Игра «Моё имя». 4. Упражнение «Подарок» 5. Упражнение «Клубочек»
<p>Занятие 3. «Настроение» Цель: развитие умения участников группы распознавать свои чувства и переживания</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнение «Росточек под солнцем» 2. Упражнение «Возьми и передай». 3. Упражнение «Маска страхов и тревог» 4. Ролевая игра «Установление контакта» 5. Рисование на тему «Моё настроение».
<p>Занятие 4. «Настроение» Цель: обучение способам выразить свои эмоции безопасным, социально-приемлемым способом, снижение мышечных зажимов.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнение «Росточек под солнцем» 2. Игра «Поменяемся местами» 3. Упражнение «Танцуй свободу» 4. Упражнение «Ласковый мелок». 5. Упражнение «Пум – пум»
<p>Занятие 5. «Наши страхи» Цель: формирование навыка уверенного поведения.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнение «Росточек под солнцем» 2. Упражнение «Цвета моего настроения». 3. Упражнение «Расскажи свой страх». 4. Упражнение «Изобрази свой страх» 5. Упражнение «Чужие рисунки».
<p>Занятие 6. «Я больше не боюсь» Цель: снижение страхов, стабилизация эмоционального состояния.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнение «Росточек под солнцем» 2. Упражнение «Я злюсь» 3. Упражнение «Азбука страхов». 4. Игра «Я желаю себе и другим...». 5. Упражнение «На лесной полянке».

<p>Занятие 7. «Волшебный лес» Цель: обучение способам выразить свои эмоции безопасным, социально-приемлемым способом.</p>	<p>1. Упражнение «Росточек под солнцем» 2. Упражнение «Отгадай эмоции» 3. Разминка «Меняющаяся комната» 4. Упражнение «Я поймал золотую рыбку» 5. Упражнение «Пересядьте все те, кто ...».</p>
<p>Занятие 8. «Солнце в ладошке» Цель: формирование навыка уверенного поведения</p>	<p>1. Упражнение «Росточек под солнцем» 2. Упражнение «Неоконченные предложения». 3. Игра «Букет». 4. Игра «Комплименты». 5. Упражнение «В лучах солнышка»</p>

Конспекты занятия представлены в Приложении.

Родителям, которые согласились участвовать и принять участие в работе по психологической реабилитации, перед встречей рассказали о проблемах их ребенка (выявленных в процессе диагностики и интервью) показаны и объяснены рисунки на листах бумаги. Дети также делились своими проблемами с родителями дома. Поощрение взрослых рисовать, помогать, обращать внимание и проявлять интерес к работе детей было составное, неотъемлемой частью восстановительного процесса.

Во время консультации были представлены теоретические вопросы, связанные с детской тревожностью, результаты психологических тестов и основные формы поведения взрослых, с целью преодоления детской тревожности.

Презентация программы «Будь смелым!». Чтобы снять тревогу, многие из детей, участвовавших в программе, с большим удовольствием играли в различные игры и выполняли не сложные предложенные задания. Однако некоторые из них дистанцировались и не участвовали в играх и предпочитали оставаться в стороне. Учителям приходилось регулярно уговаривать их «присоединиться» к занятиям.

Дети любили играть в подвижные игры (повязка на глаза, горошек, футбол), но часто нарушали правила. Сначала они не понимали правил игр и продолжали играть по своему усмотрению, поэтому требовались неоднократные объяснения. Игра в ведьм была сложной, потому что некоторые дети злились, когда другие дети брали их фотографии. Не все дети любят рисовать то, что им предлагают взрослые. Некоторые дети из неполных семей не умели рисовать, не хотели рисовать или вообще не брались рисовать. На последней встрече ситуация была изменена, они взяли в руки ручки и начали писать с еще большей мотивацией и радостью.

Рассмотрим подробнее методы и приемы, используемые для психологической коррекции тревожности через художественную деятельность дошкольников.

1. Дети в классе психологической коррекции использовали похожие методы, чтобы справиться со своими страхами перед сказочными персонажами и монстрами, например, запирали их в клетках, надевали наручники и замуровывали. Кроме того, в роли защитных образов на картинках выступали друзья, которые помогали им преодолеть страхи. Эти сторонники, как в классе, так и вне его, рисовали самых крупных животных, героев сказок, персонажей мультфильмов или реальных друзей, родственников или домашних животных.

2. Измените рисунок, заменив «ужасный» на «веселый» или «смешной и забавный». Цель этой техники - устранить объект страха, научиться его модифицировать. Дети будут превращать страшные фигуры в смешные или милые картинки. Они могут рассказывать страшные вещи или добавлять детали, чтобы было веселее.

Дети очень эффективно используют эту технику, когда имеют дело со сказочными персонажами и подобными страхами темноты и кошмаров. Общей темой была демонстрация различных «магических» техник метаморфоз и превращение страшных предметов. Например, когда детей просили преобразовать картинку со страшным предметом, некоторые из них представляли себе своего любимого персонажа, а затем преобразовывали

страшный предмет в смешной, вспоминая эпизод из историй о Гарри Поттере. Некоторые воспитанники детского сада воспринимали это как игру и пытались найти множество новых образов, чтобы оживить свои страхи.

Однако были и дети, которые использовали эту технику для выдвижения оригинальных идей. Чтобы снизить свои страхи, девочки уменьшили размер своих страшных персонажей и добавили такие детали, как улыбки, цвет и цветы, чтобы сделать их более похожими на милых и забавных.

3. Подобный прием используется в сказках, фильмах и мультфильмах, чтобы показать, как дети храбро противостоят страшным или пугающим ситуациям.

4. Для того чтобы воспринять изменение отношения к объекту страха, необходимо осознать объект страха. Аниме очень популярно, потому что в нем главный герой подружился с монстром. Эта тактика очень эффективна, когда речь идет о детском страхе темноты и ночных кошмарах. Страх перед темнотой, мраком и жутью привел к появлению монстров. Дети развивали этих существ и наделяли их качествами, которые позволяли им строить «дружеские отношения», договариваясь, снимая одиночество, продуцируя доброту и общительность. Когда они закончили рисовать, обсуждать и подводить итоги урока, дети, которые были наименее тревожны, применили к себе наиболее похожие страхи.

Сравнительный анализ поведения детей из полных и из неполных семей после коррекционных вмешательств позволил сделать следующие выводы:

- Дети из полных и социально благополучных семей быстрее взаимодействовали со взрослыми и демонстрировали иной характер реагирования, чем дети из неполных семей.

- Дети из неполных семей были не только внимательны, но и делали тонкие различия между похвалой и не похвалой, были чувствительны к замечаниям взрослых, и дети из неполных семей были более спокойны в своем поведении.

- Дети из неблагополучных семей чаще привязывались к взрослым и настойчивее добивались их внимания.

- Дети менее эмоционально устойчивы. Они часто пытались взять на себя инициативу в ролевой игре, плакали, спорили, были истеричными и напористыми, но дети из неблагополучных семей были менее склонны к этому.

- Программа выявила различия в отношении и поведении двух групп детей. Дети из идеальных семей испытывали недостаток внимания и удовольствия и в основном воспринимали это как обычную повседневную игру, в то время как дети из несовершенных семей были склонны к лени.

Таким образом, видно, что конфликтные ситуации в семье оказывают значительное негативное влияние на поведение и эмоциональное выражение детей. Дети в несовершенных семьях очень нуждаются во внимании и доброте со стороны взрослых.

2.3 Анализ результатов повторного исследования

После проведения коррекционной программы по преодолению страха у детей дошкольного возраста была проведена повторная диагностика.

Повторная диагностика страхов у дошкольников проводилась по психодиагностической методике выявления детских страхов «Страхи в домиках», авт. А. И. Захаров и М. А. Панфилова и проективной методике «Мои страхи», авт. А. И. Захаров.

Обобщив результаты повторной диагностики страхов у детей старшего дошкольного возраста, пришли к выводу, что дети из неполных семей, имеют статистически достоверное уменьшение страхов.

Наглядное представление о выраженности страхов в двух группах представлено в таблице 5.

Таким образом, страхи детей дошкольного возраста после проведения занятий стали менее выраженными.

Таблица 5 – Сводная таблица выраженности страхов детей старшего дошкольного возраста из полных и неполных семей по методикам А. И. Захаровой и М. А. Панфиловой

Выраженность страха	Полная семья				Неполная семья			
	Первичная диагностика		Повторная диагностика		Первичная диагностика		Повторная диагностика	
	Кол-во детей, %	детей, %	Кол-во детей, %	детей, %	Кол-во детей, %	детей, %	Кол-во детей, %	детей, %
Высокий уровень	6	5	4	6	8	3	6	5
Средний уровень	4	6	6	5	2	8	4	6
Низкий уровень	1	9	1	9	1	9	1	9

Результаты нового теста показали, что наиболее выражены опасения первичного исследования среди дошкольников из неполных семей, такие как страх смерти родителей (59%); боязнь сказочных персонажей (40%); боязнь животных (82%), боязнь ночных кошмаров (82%) снизилась (78% - 60%). Это, в свою очередь, говорит о том, что психотехнические данные сильно повлияли на изменение эмоционального состояния и социального поведения детей, испытывающих страх (Таблица 6).

Стоит отметить, что ситуация улучшилась с возрастной тревогой среди детей, при которой каждая фобия выделяется как менее выраженная, чем первоначальный диагноз.

А. И. Захаров в своей работе сравнивает количество страхов с возрастными нормами старших дошкольников, среднее количество страхов в дошкольном возрасте у девочек = 10,3, у мальчиков = 8,2. Наши данные, которые получены после реализации программы коррекции, стали на практике на том же уровне, что и стандартные показатели. Но у детей из неполных семей степень опасений все же немного выше.

Динамика снижения количества страхов в двух группах ясна. Но если мы посчитаем разницу в страхах до и после коррекции в каждой группе, то окажется, что программа очень результативно задела детей из неполных семей, им удалось

избавиться от 132 страхов и детей из полных семей - из 81 страха. Мы считаем, что это сопряжено именно со спецификой программы - она основана на множестве упражнений для снятия эмоционального стресса, и это очень нужно для детей из неполных семей.

Если мы обратимся к анализу результатов повторного изучения внутриличностных отношений, мы увидим прогрессивную динамику улучшения отношений в семье субъектов, у которых был симптомокомплекс тревоги на этапе первичной диагностики. Теперь для детей их семья была представлена как счастливая и полная.

Для детей из неполных семей самоподдержка и самовыражение стали сильным ресурсом в реализации программы коррекции. Для активизации этой функции мы использовали специально подобранные упражнения, в которых ребенок мог выступать перед группой и описывать свои характеристики, например, основные мотиваторы: «зайчик», «я могу», «спорт», соревновательные игры: «канат», «гибкие руки» и т.д.». Мой талант», «Матери и дочери», «Пациенты», «Утки», для этого использовались ролевые игры. В этих играх дети играют роль взрослых. Их проверяли на умение выражать свои эмоции с помощью движений, ритмов и мимики. Была развита способность выражать эмоции и настроение.

Таблица 6 – ведущие страхи детей старшего дошкольного возраста из полных неполных семей по методикам А. И. Захаровой и М. А. Панфиловой

Название страха	Результаты первичной диагностики		Результаты повторной диагностики	
	Кол-во	%	Кол-во	%
Страшных снов	9	82	7	64
Страхи сказочных персонажей	7	64	5	45
Страх того, что родители умрут	10	91	8	73
Боязнь огня	6	55	4	37
Страх, перед тем как заснуть	8	73	5	35
Страх опоздать	4	36	3	27

Страх врачей (кроме зубных)	4	36	3	27
Страх крови	3	27	3	27
Страх замкнутого пространства	3	27	3	27
Страх потерять маму или папу	9	82	7	64
Страх темноты	10	91	8	73
Страх больших площадей	5	45	4	37
Страх войны	9	82	7	64
Страх воды	7	64	5	45
Страх глубины	10	91	8	73
Страх умереть	3	27	3	27
Боязнь неожиданных звуков	3	27	3	27
Страх одиночества	11	100	9	82
Боязнь боли	10	91	8	73

Некоторые родители также больше, чем раньше, интересовались процессом коррекции и поведением своих детей. Больше всего были обеспокоены родители детей в группе. Эти родители прочитали литературу о детской тревожности, предложенную исследователями, и пытались предпринять корректирующие действия со своими детьми дома. Этот факт свидетельствует о важности и эффективности взаимодействия между психологом и родителями. Поэтому помощь родителям в управлении детской тревожностью является важным компонентом успеха.

Результаты исследования тревожности у детей из полных и неполных семей показали, что уровень тревожности был понижен после программ коррекции. Таким образом, оценив эффективность коррекционных программ, был сделан вывод, что они являются эффективным средством нормализации эмоциональной сферы дошкольников.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проблема страха является одной из самых актуальных в современной психологической науке. Страх - это основная эмоция, которую испытывают люди, и которая воспринимается как угроза личной безопасности. Анализ психологической и педагогической литературы показывает, что страх - это феномен, который изучается различными науками, поэтому он не может быть изучен в одной плоскости. Понимание феноменологии этого понятия выявило некоторые основные признаки: тревожность, объект, субъективность, содержание страха, образность и т.д. Основными категориями страха по А. И. Захарову являются: по природе - естественный страх, социальный страх, ситуативный страх, личностный страх, по степени реалистичности - реальный и воображаемый, по интенсивности - острый и хронический.

Проблема страха у детей дошкольного возраста все еще имеет место. Со страхами можно и нужно бороться, устранять причину и учить детей противостоянию: во-первых, нужно правильно различать страх как результат травмирующих факторов, например, семейной депривации у здоровых детей, и психопатологический страх; во-вторых, выявлять причины развития страха у детей дошкольного возраста; в-третьих, предупреждать развитие страха у детей вследствие семейной депривации и находить способы модификации уже развившейся реакции страха.

Негативные страхи можно заменить положительными эмоциями. Страхи можно распознать, сформулировав и обозначив их. Кроме того, за переживанием страха обычно следует образцовое поведение в других ситуациях, что положительно сказывается на психическом развитии ребенка. Делая индивидуальный выбор в пользу коррекции страхов каждого ребенка, мы можем добиться того, чтобы не было необъяснимых страхов, а только поддерживающий, понимающий, принимающий и переживающий путь к преодолению страхов и поддержке детской психики.

На базе ДООУ № 37 нами проведено экспериментальное исследование, мы рассмотрели, как справиться со страхами дошкольников из разных социальных семей. В исследование были включены 22 дошкольника. 11 дошкольников из неполных семей и 11 дошкольников из полных семей.

После тщательного изучения детских рисунков, их содержания и характеристик, были сделаны следующие выводы. Дети дошкольного возраста из неблагополучных семей боятся воспоминаний о прошлом, особенно событий, связанных с конфликтом родителей, таких как отсутствие, кошмары и темнота. Данные пилотного исследования показали, что дети из неполных семей испытывали больше страхов, чем дети из полных семей.

Дети из неполных семей, как правило, рисуют меньшим количеством цветов и больше черного. Сильное давление кисти может привести к образованию отверстий в их рисунках. Линии могут ломаться, лица и фигуры могут быть неправильной формы, глаза могут быть плохо видны (большие круглые глазницы), рук может быть слишком много или, наоборот, пальцы могут быть слишком большими (это необходимо для развития социальных навыков), а на лицах при рисовании семей могут отсутствовать рты.

Разработать коррекционную программу для снижения страхов дошкольников из неполных семей. В программу включены игры и упражнения, которые помогут детям снизить эти страхи.

Цель занятий для детей - развить и укрепить их уверенность в себе, стандарты успеха, способность справляться с трудными ситуациями и неудачами, а также помочь и поддержать их в преодолении тревожности и страхов. Поэтому важно не только преодолеть страхи, но и достичь всех этих целей с помощью различных упражнений.

Сравнительный анализ поведенческих характеристик вмешательств для детей, растущих в благополучных семьях, и детей, растущих в неблагополучных семьях, позволил сделать следующие выводы

- Дети из неблагополучных семей подвергаются воздействию взрослых, и которые по-разному воспринимают поведение детей.

- Дети из неблагополучных семей очень чувствительны к оценкам взрослых - похвале или негативу, вниманию - в то время как дети из полных семей более терпимы к собственному поведению.

- Дети из неполных семей эмоционально неустойчивы. Они часто пытались взять на себя роль лидера, держали обиды, плакали, дрались, злились и хотели разных вещей в ролевых играх, в то время как дети из полных семей этого не делали.

- Между двумя группами детей существовали различия в том, чем они занимались во время программы. Дети в полных, социально благополучных семьях не испытывали недостатка внимания или игр. Хотя эти занятия обычно считались обычными играми, дети из неполных семей находили их более увлекательными.

Исследование показало, что конфликтные ситуации в семье оказывают значительное негативное влияние на поведение и эмоциональное выражение детей. Дети из неполных семей очень нуждаются во внимании и доброте взрослых.

Обобщая результаты исследований по диагностике рецидивирующих фобий у детей дошкольного возраста, был сделан вывод, что распространенность фобий статистически значимо снижена у детей из неблагополучных семей. Таким образом, оценив эффективность коррекции, был сделан вывод, что эти программы являются эффективным средством нормализации эмоциональной сферы детей дошкольного возраста.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абакумова, Т.В. Философские аспекты феномена страха : автореф. дис... канд. филос. наук : 09.00.01 / Абакумова Татьяна Владимировна. – Якутск, 2000. – 18 с.
2. Адлер, А. Индивидуальная психология и развитие ребёнка / А. Адлер; пер. с англ. – Москва : Институт общегуманитарных исследований, 2017. – 165 с.
3. Айке, Д. Страх. Концепции фрейдистского психоаналитического направления / Д. Айке // Энциклопедия глубинной психологии. – Москва : ЗАО МГ Менеджмент, 2014. – 215 с.
4. Антонова, Е. В. Коррекция страхов у детей старшего дошкольного возраста методами артпедагогики [Электронный ресурс] / Е. В. Антонова, О. А. Томашевская // Теория и практика образования в современном мире : сб. науч. тр. – Санкт-Петербург : Своё издательство, 2015. – С. 1–5. – Режим доступа: <https://moluch.ru>
5. Битнер, А. Д. Страхи дошкольников [Электронный ресурс] / А. Д. Битнер // Научные достижения и открытия современной молодёжи : сб. науч. тр. – Пенза, 2017. – С. 1035–1037. – Режим доступа: <https://www.elibrary.ru>
6. Божович, Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л. И. Божович. – Москва [и др.] : Питер, 2008. – 398 с.
7. Боулби, Дж. О человеческой привязанности / Дж. Боулби // Журнал практической психологии и психоанализа. – 2003. – № 1. – С. 12–14.
8. Буянов, М. И. Ребёнок из неблагоприятной семьи / М. И. Буянов. – Москва : Просвещение, 1989. – 123 с.
9. Вараксина, А. В. Анализ программ коррекции страхов у младших школьников средствами арт-терапии [Электронный ресурс] / А. В. Вараксина // Молодой учёный. – 2015. – № 21. – С. 700-703. – Режим доступа: <https://elibrary.ru>

10. Выготский, Л. С. Психология развития человека / Л. С. Выготский. – Москва : Смысл : Эксмо, 2006. – 1134 с.
11. Гарбузов, В. И. Нервные и трудные дети / В. И. Гарбузов. – Москва : АСТ ; Санкт-Петербург : Астрель-СПб, 2006. – 351 с.
12. Гройсман, А. Л. Основы психологии художественного творчества : учеб. пособие / А. Л. Гройсман. – Москва : Когито-Центр, 2003. – 184 с.
13. Гуров Я. Р. Детские страхи [Электронный ресурс] / Я. Р. Гуров, Е. А. Набатникова // Устойчивое развитие науки и образования : сб. науч. тр. – Воронеж, 2019. – № 8. – С. 61-68. – Режим доступа: <https://elibrary.ru>
14. Долгова, В. И. Модель психолого-педагогической коррекции страхов детей дошкольного возраста 5-6 лет [Электронный ресурс] / В. И. Долгова, Е. Г. Капитанец, Н. Б. Погорелова // Научно-методический электронный журнал «Концепт» : сб. науч. тр. – Киров, 2016. – Т. 7. – С. 151- 155. – Режим доступа: <https://www.elibrary.ru>
15. Жарова, Т. А. Особенности проявления страхов и возможности их психологической коррекции у детей старшего дошкольного возраста [Электронный ресурс] / Т. А. Жарова, Ю. В. Овсянникова, М. А. Арсенова // Новая наука: Опыт, традиции, инновации : сб. науч. тр. – Уфа, 2016. – № 10-2. – С. 82-85. – Режим доступа: <https://www.elibrary.ru>
16. Захаров, А. И. Дневные и ночные страхи у детей / А. И. Захаров. – Санкт-Петербург : Речь, 2007. – 310 с.
17. Изард, К. Эмоции человека / К. Изард. – Москва : Эксмо, 2013. – 126 с.
18. Ильин, Е. П. Эмоции и чувства [Электронный ресурс] / Е. П. Ильин. – Санкт-Петербург : Питер, 2002. – 752 с. – Режим доступа: <https://www.psychologos.ru>
19. Ионова, Н. В. Особенности проявления страхов у дошкольников 6–7 лет / Н. В. Ионова, В. А. Горбунова // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2014. – № 20. – С. 1393-1395.

20. Карабанова, О. А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования / О. А. Карабанова. – Москва : Просвещение, 2005. – 123 с.
21. Кемпински, А. Психопатология неврозов / А. Кемпински. – Варшава : Польское мед. изд-во, 1976. – 400 с.
22. Ковалёв, Г. А. Психическое развитие ребёнка и жизненная среда / Г. А. Ковалёв // Вопросы психологии. – 1994. – № 1. – С. 13-23.
23. Ковалевская, А. А. Психологическая коррекция страхов младших школьников [Электронный ресурс] / А. А. Ковалевская // Проблемы современного педагогического образования : сб. науч. тр. – Ялта, 2016. – № 1. – С. 185–190. – Режим доступа: <https://www.elibrary.ru>
24. Коненко, Е. А. Особенности содержания страхов у детей дошкольного возраста / Е. А. Коненко, Н. Н. Михайлова, С. И. Артемова // Молодой учёный. – 2015. – № 15. – С. 547–549.
25. Крайг, Г. Психология развития / Г. Крайг. – Санкт-Петербург : Питер, 2014. – 150 с.
26. Кьеркегор, С. Страх и трепет / С. Кьеркегор. – Москва : Республика, 1994. – 150 с.
27. Лебединский, В. В. Нарушения психического развития в детском возрасте / В. В. Лебединский. – Москва : Academia, 2012. – 144 с.
28. Леонтьев, А. Н. Деятельность. Сознание. Личность / А. Н. Леонтьев. – Москва : Просвещение, 1976. – 124 с.
29. Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования [Электронный ресурс] : приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 N 1155 (ред. от 21.01.2019). – Справочная правовая система «КонсультантПлюс». – Режим доступа: <http://www.consultant.ru/>
30. Овчарова, Р. В. Практическая психология / Р. В. Овчарова. – Москва : ТЦ Сфера, 2007. – 337 с.

31. Ожегов, С. И. Толковый словарь русского языка / С. И. Ожегов, Н. Ю. Шведова. – Москва : ИТИ Технологии, 2015. – 944 с.
32. Перлз, Ф. Опыты психологии самопознания / Ф. Перлз. – Москва : Просвещение, 1994. – 125 с.
33. Петровский, А. В. Краткий психологический словарь / А. В. Петровский, М. Г. Ярошевский. – Москва : Политиздат, 2006. – 431 с.
34. Попрядухина, Н. Г. Проблема коррекции детских страхов [Электронный ресурс] / Н. Г. Попрядухина // Современная наука : новые подходы и актуальные исследования : сб. науч. тр. – Нефтекамск, 2018. – С. 715–718. – Режим доступа: <https://www.elibrary.ru>
35. Прихожан, А. М. Психологический справочник, или как обрести уверенность в себе : кн. для учащихся / А. М. Прихожан. – Москва : Просвещение, 2014. – 191 с.
36. Спиваковская, А. Психотерапия: игра, детство, семья. В. 2 т. Т. 2 / А. Спиваковская. – Москва : ООО Апрель Пресс, 2001. – 430 с.
37. Фрейд, З. Психоанализ / З. Фрейд. – Санкт-Петербург : Питер, 2002. – 195 с.
38. Хорни, К. Тревожность / К. Хорни // Тревога и тревожность : хрестоматия / Сост. В. М. Астапов. – Санкт-Петербург : Пер Сэ, 2009. – 453 с.
39. Щербатых, Ю. В. Психология страха : популярная энциклопедия. – Москва : ЭКСМО-Пресс, 2008. – 205 с.
40. Якобсон, П. М. Психология чувств / П. М. Якобсон. – Москва : Изд-во Акад. пед. наук РСФСР, 1962. – 238 с.

ПРИЛОЖЕНИЕ А

Программа коррекции детских страхов «Буду смелым!»

Страх – это эмоциональное состояние, возникающее в присутствии или предвосхищении опасного, или вредного стимула (*А. Ребер*).

Страх можно рассматривать как выражение тревоги. (*А. И. Захаров*).

Актуальность

Выражение страха в дошкольном возрасте является свидетельством нормального раннего развития ребенка, но после выражения страха справиться с ним становится все труднее, и страх начинает «расти» вместе с ребенком.

Изучение страха у детей из неблагополучных семей является весьма актуальной темой на сегодняшний день. Тот факт, что в структуре современного российского общества наблюдается тенденция к увеличению количества неполных семей, усиливает внимание научного сообщества к этой проблеме. По данным Министерства труда и социального развития Российской Федерации, в 2005 году каждый седьмой ребенок в возрасте до 18 лет в России родился в неполной семье, в 2008 году доля детей, рожденных незамужними женщинами, составила 25 процентов, а в 2009 году превысила 30 процентов. Это означает, что каждый четвертый-пятый новорожденный в год - это ребенок из бедной семьи, часто называемый «группой высокого риска». В неполных семьях подавляющее большинство (94%) составляют матери-одиночки и лишь меньшинство (6%) - отцы-одиночки.

Диагностическая методика «Страх в семье» (*А. И. Захаров, М. Панфилова, Р. Тампуре, В. Амен, М. Дорки*) показывает, что дошкольники, воспитывающиеся в неблагополучных семьях, более боязливы. На основе результатов этого исследования была разработана специальная программа.

Цель: создание условий для нормализации уровня страхов дошкольников, воспитывающихся в неполной семье.

Задачи:

- способствовать преодолению страхов, типичных для дошкольников из неполных семей;
- способствовать снижению уровня тревоги;
- способствовать снятию эмоционального и мышечного напряжения;
- расширить и обогатить навыки общения со сверстниками, повысить «игровую компетенцию» ребенка.

Принципы:

- 1) Принцип единства коррекции и диагностики.
- 2) Принцип активного привлечения ближайшего социального окружения к участию в коррекционной программе.
- 3) Принцип учета возрастнo-психологических и индивидуальных особенностей клиента.
- 4) Принцип комплексности методов психологического воздействия.

В программе использовались такие приемы и техники, как расслабление, методы игровой терапии, техники арт-терапии, танцевальная и лечебная физкультура. В ходе его реализации дети познакомились с мультфильмами и стихами, в которых поднималась проблема тревожности, и приняли участие в их дискуссиях.

Ожидаемый результат: Созданные условия для коррекции детских страхов дошкольников, воспитывающихся в неполной семье будут способствовать: повышению уверенности в себе, снижению уровня тревожности и количеству страхов, а также поспособствуют улучшению детско-родительских взаимоотношений.

Занятие 1. «Здравствуйте, это я!»

Цель: создание благоприятных условий для групповой работы, создание позитивной мотивации для предстоящих занятий, самоанализ.

1. Разминка. Упражнение «Росточек под солнцем». Организационный момент, сосредоточение внимания на занятии.

Воспитатель: «Давайте представим, что росточки и мы тянемся к солнышку. Сядем на корточки, обхватим колени руками и потихоньку начнем расправляться - расти».

2. Упражнение «Доброе утро...».

Воспитатель: «Давайте поприветствуем друг друга. Например, «Привет, Аня...». Но не просто словами, а пропоем или хлопками, или протопоем».

3. Упражнение «Что я люблю?».

Воспитатель: «Расскажите мне, что вы любите... играть, кушать, спать или что-то еще...»

4. Упражнение «Комплименты»

Воспитатель: «Игра очень простая. Мы с вами будем учиться делать друг другу комплименты. Итак, две команды. Одна команда делает комплименты другой. «Ах, какой вы симпатичный...», «Интересный молодой человек» и т.д. Затем команды меняются».

5. Упражнение «Разговор через стекло»

Воспитатель: «Помните игру «Глухой телефон», вот сейчас мы с вами поиграем в игру, очень похожую. Только будем мы в аэропорту. Представьте, один из вас улетает, а другой его провожает и стоит за стеклом. При этом стекло звукоизоляционное, т.е. ничего не слышно, что говорит провожающий. Надо жестами, мимикой лица, движениями тела и рук передать информацию. Итак, один передаёт информацию с помощью жестов, движений, другой (улетающий) пробует «прочитать» его сообщение. Давайте пока дадим возможность играющим «поговорить». А вот если «улетающий» не поймёт, что ему говорит друг, мы с вами, тоже попробуем «прочитать» это сообщение».

Занятие 2 «Мое имя»

Цель: развитие умения участников группы анализировать чувства другого.
Коррекция разнообразных страхов.

1. Разминка. Упражнение «Росточек под солнцем», см. 1 занятие
2. Упражнение «Рукопожатие»

Воспитатель: «Вы догадались наверно, как мы будем с вами играть. Давайте выберем водящего и завяжем ему глаза. Вы должны подойти к ведущему, главное условие - молча, пожать ему руку. Водящий должен определить, кто перед ним, парень или девушка, и по возможности назвать 55 имя. И самое главное, он должен объяснить, почему, по каким признакам он определил, кто перед ним. Если он угадал человек, то водящим становится угаданный человек».

1. Игра «Моё имя».

Воспитатель: «Меня зовут Ольга. Это полное имя, а дома мама зовет меня Олей. Вот я хочу предложить вам поиграть. Каждое имя растет, как росточек. Оленька - маленький росток, Оля - побольше, Ольга - совсем большая. Давайте, подумаем, как ваши имена могут расти. Маша - Мария или Аня - Анна...».

2. Упражнение «Подарок»

Воспитатель: «Как приятно дарить друг другу подарки, а как приятно их получать. Наша задача: Встать в круг и сделать другу, стоящему справа от вас подарок. Мимикой, жестами, движениями, наводящими словами. Пусть это будет предмет, например, букет, мороженое и т.д. Если друг отгадал подарок, он продолжает игру, поворачивается в следующему игроку и также мимикой жестами дарит подарок. Если не угадал, то команда помогает ему».

3. Упражнение «Клубочек»

Цель: сплочение участников. Дети сидят в кругу, психолог держит клубочек в руках, накручивает нить вокруг пальца и задаёт участникам игры вопросы на разные темы. Например: твое имя? Чем ты любишь заниматься в свободное время? Любишь ли ты мороженное? Что тебя пугает в людях? Чего ты боишься?». Следующий игрок берет клубочек, обматывает вокруг пальца нить, ответив на вопрос, задает любой вопрос соседу. В конце клубочек возвращается к воспитателю. Участники видят нить, которая связывает участников игры в целое, они много узнают друг о друге и сплачиваются. Участники видят нить, которая связывает участников игры в целое, они много узнают друг о друге и сплачиваются.

Занятие 3. «Настроение»

Цель: развитие умения участников группы распознавать свои чувства и переживания.

1. Упражнение «Росточек под солнцем», см. занятие 1.

2. Упражнение «Возьми и передай».

Воспитатель: «Посмотрите на меня, что вы видите, правильно мою улыбку. Эту улыбку я дарю, Алеша, тебе, а ты подари свою, кому хочешь, так дети дарят свои улыбки друг другу».

3. Упражнение «Маска страхов и тревог»

Ведущий предлагает сделать маску-амулет из своих тревог и страхов, для этого раздают картонные листы с очертаниями маски и пластилина. Детям нужно создать маску, размазывая пластилином пальцами по картону. Обсуждение: Какой негативный опыт вызывает эта маска? Как это действует? Вы можете сделать то же самое? Это пугает других? Должен ли я носить это с собой? Хочется ли вам выбросить эту маску? Сделайте это. Воспитатель подводит дошкольников к тому, что человек может справиться с любым опытом, ему просто нужна уверенность в своих навыках.

4. Ролевая игра «Установление контакта»

Воспитатель: «Чтобы у нас установились хорошие, дружеские отношения, доверительный контакт, мы сыграем в игру. Ещё наша задача - разговориться. В нашей группе есть застенчивые ребята, молчуны, вот с них и начнём. Разыграем разные сценки. Например, я - администратор гостиницы, Серёже даётся задание, связаться со мной и забронировать номер... Или, кто-то будет продавцом, задача второго участника - сдать в магазин джинсы, которые он передумал покупать... Ещё один пример, пешеход в неподобающем месте переходит дорогу. Другой участник - инспектор ГИБДД должен объяснить ему правила...»

6. Рисование на тему «Моё настроение». Давайте нарисуем свое настроение, расскажите нам почему у вас хорошее или плохое настроение. Выполнение индивидуальной работы.

Занятие 4. «Настроение»

Цель: обучение способам выражать свои эмоции безопасным, социально-приемлемым способом, снижение мышечных зажимов.

1. Упражнение «Росточек под солнцем», см. 1 занятие.

2. Игра «Поменяемся местами»

Дошкольники сидят на креслах, образуя круг. Воспитатель: «Дети, у всех нас есть что-то общее. Посмотрите на себя внимательно и поменяйтесь местами с теми, у кого есть тоже самое ... (глаза того же цвета, волосы, что-то в одежде, хобби ...). Воспитатель называет элементы одежды, явления, состояния, качества, которые могут объединять дошкольников, и они должны поменяться местами. Участник стремится занять одно из освободившихся мест. Тот, кто остался без кресла, становится водящим и называет следующий элемент или явление.

3. Упражнение «Танцуй свободу»

Ведущий: «Я прошу вас настроиться, подготовиться к танцу. Необходимо свое тело почувствовать. Глубоко вдохните и на выдохе начните движение. В течение 5 минут вы можете танцевать собственный танец. Позвольте телу двигаться свободно. Необходимо двигаться, так как хочет тело. Движения должны быть разнообразными, тело не должно их стесняться и бояться. Нужно понимать, что тело должно двигаться самостоятельно, не подчиняясь разуму. Танцуйте в свободном направлении. Закройте глаза. Какие бы изменения в пространстве комнаты не происходили, продолжайте танцевать. Можно «танцевать свободу» дома, и вам будет легче переживать негативные чувства, которые по какой-то причине не могут быть выражены открыто.

4. Упражнение «Ласковый мелок».

Воспитатель: «Каждому из вас на спину я прикрепил лист бумаги. Мы с вами разобьемся на пары. И по очереди будем рисовать на листах, что-нибудь хорошее, например, цветочек, солнышко с лучиками. А тот, на чьей спине рисуют, должен отгадать, что нарисовано или передать ощущения».

5. Упражнение «Пум – пум»

Воспитатель: «У каждого члена нашей группы есть какие-то общие характеристики, например, одинаковый цвет одежды, цвет волос, одинаковые брюки или что то ещё. Эту характеристику будет называть Пум-пум. Выберем водящего. Водящий находит данные качества в нескольких игроках и произносит: «У ...(имя) есть Пум-пум». Эти игроки выходят в круг, а все остальные должны угадать, какие же одинаковые характеристики есть у данных игроков и что загадал ведущий. Кто первый отгадает, становится водящим».

Занятие 5. «Наши страхи»

Цель: формирование навыка уверенного поведения.

1. Упражнение «Росточек под солнцем», см. 1 занятие.
2. Упражнение «Цвета моего настроения».

Психолог: «А какое у человека настроение? Каждый из вас постарается раскрасить силуэт человека этими цветами, такими, которые могут передать ваше настроение. Есть уже готовые силуэты, выберите кисть, откройте гуашь и начинай рисовать». Дошкольники получают лист А4, на котором силуэт человека.

3. Упражнение «Расскажи свой страх». Воспитатель: «Давайте я расскажу вам, чего я боялась, когда была маленькой... Я боялась оставаться одна, боялась пауков, боялась заблудиться. Должна сказать, что страх - он присутствует у всех. Боятся и мамы, и папы, и даже бабушки и дедушки, это такое нормальное состояние и его стыдиться не надо. Может, кто – то захочет рассказать, чего он боится. Поделиться своими страхами».

4. Упражнение «Изобрази свой страх»

Вариант 1. «Опишите свой гнев как животное, существо или ...
Вариант 2. Берут картон. Представьте свой гнев, «оторвав» его от бумаги. Работа с плотной бумагой требует физических усилий и, следовательно, высвобождает энергию. Дискуссия заключается в том, что девушки рассказывают о тех вещах, которые они представляют, о том, что они хотят передать.

5. Упражнение «Чужие рисунки». Воспитатель: «Вот смотрите, я показываю вам рисунки «страхов». Давайте подумаем, кто их рисовал, как можно помочь этому ребенку, как успокоить».

Занятие 6. «Я больше не боюсь»

Цель: снижение страхов, стабилизация эмоционального состояния.

1. Упражнение «Росточек под солнцем», см. 1 занятие.

2. Упражнение «Я злюсь»

Ведущий: «В каждом из нас есть неприятный шип, который нас раздражает, борется, обижается. Представьте, как он выглядит, теперь сделайте это из бумаги». Ведущий берет лист бумаги, сминает его, сминает, кладёт на палец и спрашивает: «Как вы думаете, что значит злюка, она рычит или лает? Начни гневно говорить голосом злюки. Теперь поместите её на теле, например, прикрепите на одежду, положите в карман, где вы хотите. Выньте её снова, измените её внешний вид, поговорите с ней, разверните бумагу, помните ещё раз и посмотрите, что произошло». Обсуждение: что за злюка сейчас? Она хочет злиться, ругаться ...? Почему она изменилась? Как мы справились с гневом? Как вы думаете, нужен ли человеку гнев в жизни?

3. Упражнение «Азбука страхов».

Воспитатель: «Давайте нарисуем страшилки. Это же так интересно. Например, я боюсь пауков, нарисую паука, корявого, с большими глазами и большими ушами. Посмотрите, какой смешной паук получился и вовсе не страшный. Попробуйте теперь и вы нарисовать, а еще лучше превратить страшных героев в смешных. Можете дать им смешные имена».

4. Игра «Я желаю себе и другим...». Все стоят в кругу, передают друг другу мяч, участники говорят пожелания: «Желаю себе и другим ...»

5. Упражнение «На лесной полянке». Воспитатель предлагает помечтать. Представьте, что вы на лесной полянке, полянка солнечная, красивая. К вам со всех сторон подходят лесные жители - заяц, олень, белка, еж, - они добрые. Представьте, что звуки музыки превращают нас в лесных зверей, и мы будем двигаться как они, кричать, как они, жужжать, как насекомые.

Занятие 7. «Волшебный лес»

Цель: обучение способам выражать свои эмоции безопасным, социально-приемлемым способом.

1. Упражнение «Росточек под солнцем», см. 1 занятие.

2. Упражнение «Отгадай эмоции»

Участники делятся попарно. Сначала участники показывают чувство, которое переживается, а второй участник пытается угадать. Затем игроки меняются местами. Если дошкольникам сложно представить свои чувства, ведущий предлагает подготовленные открытки, на которых написаны имена эмоций.

3. Разминка «Меняющаяся комната»

Воспитатель: «Давайте теперь медленно пройдемся по комнате ... Теперь представьте, что комната заполнена жевательной резинкой, и вы пересекаете её ... И вот комната стала оранжевой, оранжевые стены, оранжевый потолок, пол. Вы стали чувствовать себя энергичным, счастливым и лёгким, как пузыри в Кока-коле. А теперь, когда начался дождь, все вокруг стало синим и серым. Ты становишься грустным, грустным, уставшим ...»

4. Упражнение «Я поймал золотую рыбку»

Каждому ребенку нужно выступить перед группой на тему: «Какие три желания я бы попросил исполнить золотую рыбку, если бы она попала в мои руки». Обсуждение: Было ли легко выбрать три желания? Были ли забыты какие-либо желания? Может ли кто-нибудь кроме золотой рыбки выполнить ваши желания? Можете ли вы сделать что-нибудь, чтобы выполнить эти желания?

5. Упражнение «Пересядьте все те, кто ...».

Садимся в круг, на стулья. Водящий, который стоит в центре круга, будет задавать вам задание. Например, «Поменяйтесь местами все, кто любит цветы... или мороженное... или играть в Интернете... или сидеть у костра...» и т.д. Играющие должны поменяться местами, а водящий должен успеть за это время, тоже сесть на стул. Тот, кому не хватило места, становится водящим.

Занятие 8. «Солнце в ладошке»

Цель: формирование навыка уверенного поведения

1. Упражнение «Росточек под солнцем»

2. Упражнение «Неоконченные предложения».

Воспитатель: «Давайте закончим предложения. Я начну, а вы продолжите... Мне нравится теплая погода, а тебе? Я люблю мороженое, потому что...»

3. Игра «Букет».

Воспитатель: «Давайте выберем ведущего, он будет стоять в центре нашего круга. А мы с вами сделаем круг, будем сидеть на стульях. У меня есть три цветка: пион, роза, ландыш. Все кто сидит, могут выбрать себе каким цветком он будет. Например, ведущий называет цветок «Роза», и все кто выбрал этот цветок, должны поменяться местами. А в это время ведущий должен успеть сесть на освободившееся место. Тот, кто остался стоять, становится ведущим».

4. Игра «Комплименты».

Все дети становятся в круг. Теперь вы должны повернуться к соседу и сказать «Ты мне нравишься!». А сосед должен поблагодарить. Сказать, например «Мне очень приятно!». Давайте каждый скажет своему соседу доброе слово, поблагодарите друг друга. А теперь расскажите мне, что вы испытывали, когда вам говорили добрые, хорошие слова? Вам было приятно? Почему?

5. Упражнение «В лучах солнышка».

Воспитатель: «Посмотрите, что это у меня? Правильно, Солнце! Обратите внимание, что на лучах этого Солнца ваши фотографии. Я хочу, чтобы вы рассказали мне о каждом, кто есть на фотографии, назвали его самые лучшие качества».