

*Терехова Мария Дмитриевна
студентка магистратуры
факультет психологии
Южно-уральский государственный гуманитарно-педагогический
университет
Россия, г. Челябинск
email: kmd18.91@mail.ru*

*Научный руководитель: Капитанец Елена Германовна
кандидат психологических наук,
доцент кафедры теоретической и прикладной психологии
Южно-уральский государственный гуманитарно-педагогический
университет
Россия, г. Челябинск*

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ СТРАХОВ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ

Аннотация: Статья посвящена проблеме изучения психолого-педагогической коррекции страхов старших дошкольников. В статье приводятся теоретические данные по проблеме. Рассматривается содержание коррекционной работы.

Ключевые слова: страх, коррекция, моделирование, модель.

*Terekhova Maria Dmitrievna
master student
faculty of psychology
South Ural State Humanitarian Pedagogical University
Russia, Chelyabinsk*

*Scientific adviser: Kapitanets Elena Germanovna
candidate of psychological sciences,
Associate Professor, Department of Theoretical and Applied Psychology
South Ural State Humanitarian Pedagogical University
Russia, Chelyabinsk*

PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL CORRECTION OF FEARS OF OLDER PRESCHOOLERS

Abstract: The article is devoted to the problem of studying the psychological and pedagogical correction of fears of older preschoolers. The article provides theoretical data on the problem. The content of the correctional work is considered.

Key words: fear, correction, modeling, model.

В современной реальности повышается количество стрессовых факторов, влияющих на личность. Этому негативному влиянию особенно подвержены дети дошкольного возраста, так как ребенок может стать жертвой влияния множеств неблагоприятных факторов, способствуя замедлению психических процессов развития личности. Одним из таких факторов считаются детские страхи.

С одной стороны, страхи в дошкольном возрасте естественны и необходимы, они развивают воображение ребенка, его творческие способности. С другой стороны - когда страхи становятся стабильным состоянием личности и приводят к отрицательным эмоциям, они начинают тормозить личностное развитие, приводят к появлению тревожных симптомов. Такие стойкие страхи становятся предметом изучения и коррекции для педагогов и психологов.

Значительное увеличение числа детей дошкольного возраста с различными страхами, которые приводят к повышенной возбудимости и тревожности ребенка, к отставанию развития потенциальных возможностей личности и его внутреннего мира, актуализируют тему исследовательской деятельности.

Рассматривая феномен страха в психолого-педагогической литературе (П.С. Гуревич, К.Э. Изорд, Е.П. Ильин, А. Кемпинский, А.И. Кравченко, О.С. Фролова, Ю.В. Щербатых и др.) было выявлено, что под страхом понимают эмоциональное состояние, отражающее защитную биологическую реакцию человека при переживании им реальной или мнимой опасности для здоровья и благополучия. По мнению А. И. Захарова, страх – это своеобразная фундаментальная эмоция, которая вырабатывается как ответ на воздействие потенциально угрожающего стимула [3].

Страх выполняет разнообразные функции в жизни человека и сопровождает его на всех возрастных периодах, однако, не смотря на целесообразность своего возникновения, страх становится препятствием для достижения поставленных личностью целей.

Изучение особенности страхов детей старшего дошкольного возраста показало, что существует несколько методологических подходов и концепций к рассмотрению возникновения страхов дошкольников (в рамках инстинктивных механизмов, поведенческих реакций и в результате социального научения).

Ведущим страхом старшего дошкольника является страх смерти – его формирование означает осознание ребенком необратимости в пространстве и времени протекающих временных и возрастных изменений. Кроме этого, для старших дошкольников характерны страхи животных, страхи сказочных персонажей, страх глубины, страхи ночных кошмаров, страх природных катаклизмов (огонь, пожар, наводнение) и физического ущерба (нападение, война), страх заболеть, страхи, связанные с усвоением социальных норм (наказания, опоздания).

Разработанная нами программа является психолого-педагогической, и направлена на коррекцию страхов детей старшего дошкольного возраста. В качестве дополнительных направлений программы предусмотрена работа по следующим направлениям:

- развитие коммуникативных навыков детей и навыков сотрудничества;
- коррекция самооценки детей;
- повышение активности, снятие мышечного напряжения, расслабление;
- знакомство с чувствами и эмоциями, умение их выражать.

Данная программа имеет коррекционно-развивающую направленность, ориентирована на детей старшего дошкольного возраста (6-7 лет). Программа составлена на основе авторских разработок Агафоновой И.Н., Алябьевой Е.А., Панфиловой М.А.

Цель программы: психологическая коррекция, устранение и преодоление страхов у детей старшего дошкольного возраста.

Задачи:

1. Формирование и развитие эмоциональной сферы личности старших дошкольников.
2. Снижение выраженности страхов.

3.Снижение уровня тревожности и нейтрализация эмоционально-негативных переживаний.

Программа состоит из групповых занятий, рассчитана на 10 занятий по 30 минут 2 раза в неделю.

Контингент участников: дети старшего дошкольного возраста 6-7 лет.

Структура занятия:

- ритуал приветствия;
- основная часть;
- ритуал прощания.

В своей программе психолого-педагогической коррекции мы используем следующие методы и техники:

– подвижные и сюжетно-ролевые игры. Метод игротерапии способен активизировать формирование познавательной активности и стимулировать речевую деятельность, игры под руководством взрослого тренируют произвольность различных процессов в психике ребенка и позволяют усовершенствовать волевую и эмоциональную сферу. Играя, ребенок проходит очень важную стадию социализации, что позволяет преодолеть многие коммуникативные проблемы;

– психогимнастические упражнения (этюды). Используются для управления навыками своей эмоциональной сферой: развития у детей способности понимать, осознавать свои и чужие эмоции, правильно их выражать, полноценно их переживать. Используются для снижения напряженности, мышечных зажимов, тревожности, страхов, повышения уверенности в себе;

– арт-терапия. Метод арт-терапии позволяет ребенку осознать проблемную ситуацию, помогает выразить свои чувства, эмоции, раскрыть свои творческие способности. Благодаря разнообразию материалов этот метод является наиболее интересным для ребенка;

– релаксация. Используется для расслабления, позволяет устранить беспокойство, возбуждение, скованность, восстановить силы, увеличить запас энергии;

– сказкотерапия. Данный метод помогает ребенку раскрыть внутренние переживания, преодолеть трудности, также позволяет ребенку развить самосознание, стать самими собой, и построить особые доверительные, близкие отношения с окружающими;

– функциональная музыка. Успокаивающая и восстанавливающая музыка способствует уменьшению эмоциональной напряженности, переключает внимание.

Ожидаемые результаты:

1. Снижение уровня тревожности.
2. Уменьшение количества страхов
3. Развитие уверенности в собственных силах, способности наиболее успешно реализовать себя в поведении и взаимодействии с окружающими людьми.

Таким образом, нами была разработана и апробирована программа психолого-педагогической коррекции детей младшего дошкольного возраста, представляющую собой систему взаимосвязанных занятий, имеющих строго регламентированную структуру. В результате реализации данной программы, должен заметно снизиться уровень выраженности страхов детей младшего дошкольного возраста, развиться коммуникативные навыки, установиться положительный эмоциональный настрой, повыситься самооценка.

Список литературы:

1. Алябьева Е.А. Коррекционно-развивающие занятия для детей старшего дошкольного возраста. М.: ТЦ Сфера, 2002. 91 с.
2. Вологодина Н.Г. Детские страхи и днем и ночью. М.: Феникс, 2006. 224 с.

3. Захаров А.И. Дневные и ночные страхи у детей. СПб.: «Издательство СОЮЗ» 2000. 448 с.