

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2019, №6, Том 7 / 2019, No 6, Vol 7 <https://mir-nauki.com/issue-6-2019.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/85PSMN619.pdf>

Ссылка для цитирования этой статьи:

Фадеева А.А., Данилова М.В. Психолого-педагогическая профилактика страхов детей дошкольного возраста // Мир науки. Педагогика и психология, 2019 №6, <https://mir-nauki.com/PDF/85PSMN619.pdf> (доступ свободный). Загл. с экрана. Яз. рус., англ.

For citation:

Fadeeva A.A., Danilova M.V. (2019). Psychological and pedagogical prevention of fears of preschool children. *World of Science. Pedagogy and psychology*, [online] 6(7). Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/85PSMN619.pdf> (in Russian)

УДК 159.9

ГРНТИ 15.31

Фадеева Анна Александровна

ФГБОУ ВО «Владимирский государственный университет имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых», Владимир, Россия
Студент-магистрант
E-mail: Lvitha25@mail.ru

Данилова Марина Владимировна

ФГБОУ ВО «Владимирский государственный университет имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых», Владимир, Россия
Заведующий кафедрой «Социальной педагогики и психологии»
Кандидат педагогических наук, доцент
E-mail: mv_danilova@inbox.ru
ORCID: <http://orcid.org/0000-0003-4527-9095>
РИНЦ: http://elibrary.ru/author_profile.asp?id=218672

Психолого-педагогическая профилактика страхов детей дошкольного возраста

Аннотация. Статья посвящена исследованию страхов детей дошкольного возраста. В современной жизни в практической психологии и педагогике актуальным является вопрос о своевременной диагностике неблагополучия эмоционального состояния дошкольников, а также поиск продуктивных путей профилактики. Исходя из данной проблемы, нами были изучены теоретические аспекты понятийного характера. В ракурсе исследуемой темы проанализированы и охарактеризованы взгляды различных авторов на причины возникновения такой эмоции как страх. Подлежал рассмотрению вопрос, касающийся выявления характерных и значимых особенностей возникновения страхов у детей дошкольного возраста. Представлены результаты эмпирического исследования по определению присутствующих у дошкольников страхов, а также выделены преобладающие виды. Должное внимание уделено рассмотрению вопроса тревожности детей дошкольного возраста, а именно акцентированию уровней страха. На основе анализа опыта работы педагогов по организации профилактической деятельности разработана программа профилактики страхов детей дошкольного возраста по следующим направлениям: аксиологическое, инструментальное, потребностно-мотивационное. Данные направления отражают «Я-концепцию» личности ребенка, именно с принятия себя такого, какого есть начинается первый шаг к противостоянию своих страхов (аксиологическое направление), далее организуется работа на осознание дошкольниками причинно-следственных связей своих эмоций (инструментальное направление) и завершающий этап – это

работа, направленная на борьбу со своим чувством страха, либо на уменьшение его влияния на личность дошкольника (потребностно-мотивационное направление).

Ключевые слова: страх; тревожность; психолого-педагогическая профилактика; эмоциональное состояние; рефлексивные техники; вербальные и невербальные техники

В современном мире ребенок находится в центре социума и является самой чувствительной ее частью. Он подвержен различным влияниям окружающей среды, в том числе и негативным. Последние статистические исследования показывают, что среди дошкольников возрастает число детей с повышенной тревожностью и наличием разного рода страхов. Страх представляет собой эмоцию наносящую вред гармоничному развитию дошкольников. Исследования, которые представляют изучение проблемы страхов детей дошкольного возраста, дают весомые обоснования для подробного рассмотрения этой эмоции. К сожалению, в практике детских садов проблеме страхов не уделяется должного внимания, очень важно в период нахождения ребенка в детском саду предоставить ему возможность пройти все тесты тревожности и помочь ему справиться с чувством страха в своем сознании [1, с. 58].

В Федеральном государственном стандарте дошкольного образования делается акцент на важности развития индивидуальности и осознание ребенком собственной значимости. К задачам педагога относится помощь в развитии разного рода активной деятельности, мотивации к овладению знаниям и навыкам, создание условий для проявления творческих способностей, способствовать созданию первоначального доверительного отношения дошкольника к миру, приобретение культурных наследий и создание возможности для продуктивной социализации в поликультурном обществе. Полноценно следовать этим задачам возможно только при создании благоприятной эмоциональной сферы вокруг ребенка дошкольного возраста и его нервно-психического состояния [2, с. 48].

Страхи и эмоциональные нарушения тяжело поддаются коррекции, поэтому чрезвычайно важно своевременно проводить профилактику. Вследствие чего актуальным остается вопрос нахождения результативных способов установления причин страхов детей дошкольного возраста и осуществления профилактических мероприятий.

Методологической основой построения психолого-педагогической профилактики страхов у детей дошкольного возраста являются теоретические концепции передовых отечественных психологов:

- концепция В.С. Мухиной, Л.С. Выготского, А.Н. Леонтьева о необходимости нахождения механизмов активно развивающийся детской психики в период дошкольного детства как значимого момента в непрерывном процессе формирования личности;
- концепция А.А. Бодалева, А.И. Захарова о значимости семьи в эмоциональном развитии детей дошкольного возраста;
- концепция В.А. Ананьева, П.К. Анохина, В.И. Гарбузова о понимании психофизиологической и социальной природы возникновения страхов у дошкольников.

Характеристика понятия «страх» представлено многими исследователями и имеет разные трактовки.

Американский когнитивный психолог А. Ребер понимает эмоцию страха как «состояние чувственного пребывания, которое появляется под воздействием стимулов извне [3, с. 255].

Вследствие чего происходит переживание смятения, желаниа бежать или атаковать, все это последствия внутренних испытывающих индивидом волнений» [4, с. 56].

Австрийский психолог З. Фрейд имеет следующую точку зрения по данной проблеме. По его взгляду «страх – отражение одного из значимых событий в жизни индивида, которое сопровождается совокупностью чувствования удовлетворения – неудовлетворения с отвечающими иннервациями расслабления сложной ситуации и ее осознанного понимания» [5, с. 67].

Отечественные психологи А.В. Петровский и М.Г. Ярошевский объясняют страх как «эмоциональное положение, которое берет свое начало в момент опасности биологическому или социальному проживанию индивида и ориентированное на происхождение реальной и воображаемой угрозы» [6, с. 70].

Исследователи выделяют различные причины, вызывающие страх.

Американский психолог К. Изард разделяет причины страха на поверхностные (видимые протекание жизненных процессов и ситуаций) и глубинные (интересы и процессы саморегуляции). Они выражают запросы и когнитивные процессы, которые отражаются в ожидании ребенком опасного стимула при воспоминании о нем [7, с. 88]. Культурные факторы, которым обучают детей с самого раннего детства, становятся, по мнению К. Изарда, внешними причинами. Стоит обратить внимание на тот факт, что свое несогласие по поводу данной точки зрения выразил Дж. Боулби, который полагал, что всему виной неправильное истолкование культурных факторов, которые могут быть связаны с природными детерминантами [8, с. 34]. В пример можно привести следующую ситуацию: если у ребенка существует страх темноты, он может бояться приведений, в этом случае страх приведения является рационализацией страха темноты. Другой пример, ребенок боится грома, вследствие этого он может бояться удара молнией. Значительную долю страхов среди детей дошкольного возраста занимает страх боли, а именно те ситуации когда ребенок испытывает боль. Даже одна лишь вероятность получения болезненных ощущений, может спровоцировать страх [9, с. 105]. Психолог С. Речмен высказывает свое негативное мнение по поводу концепции травматического обусловливания страха, на которую ссылаются многие ученые (среди отечественных ученых изучением данной проблемы занимался В.С. Дерябин). Он приводит в пример выявленный им факт, что дети, которым никогда не приходилось получать болезненные ощущения от змей, а многие даже их никогда не видели, все равно утверждают, что испытывают страх по отношению к змеям [10, с. 32].

Таким образом, большинство страхов детей дошкольного возраста возникают по причине неосознанного либо сознательного внушения родителями дошкольников в течение процесса воспитания собственных страхов или в процессе навязывание ребенку систему субъективных ценностных ориентаций.

Для того чтобы результативно проводить профилактику страхов необходимо определить состояние эмоциональной сферы. С данной целью нами было проведено эмпирическое исследование видов и уровней страха у детей дошкольного возраста.

Исследование проводилась среди воспитанников детского сада в количестве 30 человек. Применялся следующий диагностический инструментарий:

1. тест тревожности у дошкольников (В. Амена, Р. Тэмбла, М. Дорки);
2. методика «Страхи в домиках» (А.И. Захарова, М.А. Панфиловой);
3. тест тревожности «Оценка уровня тревожности ребенка» (А.И. Захарова).

Результаты тестирования тревожности у дошкольников (В. Амена, Р. Тэмгла, М. Дорки) изображены на рисунке 1. Таким образом, у 23,3 % дошкольников отмечен высокий уровень тревожности, у 66,6 % – средний, у 10 % – низкий.

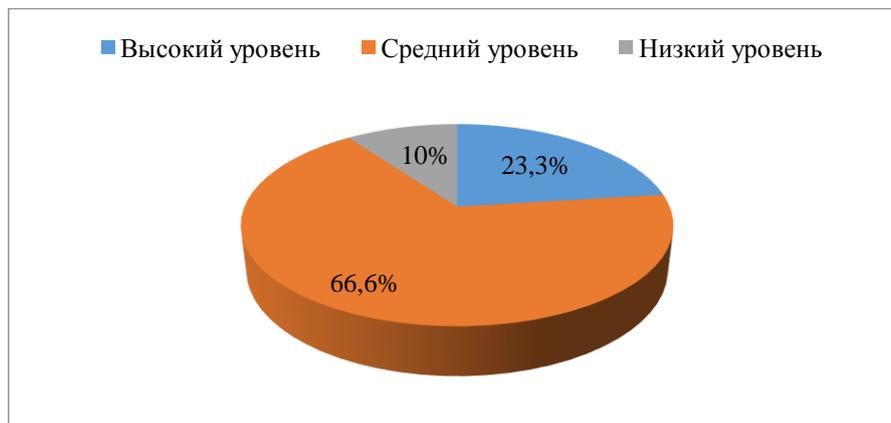
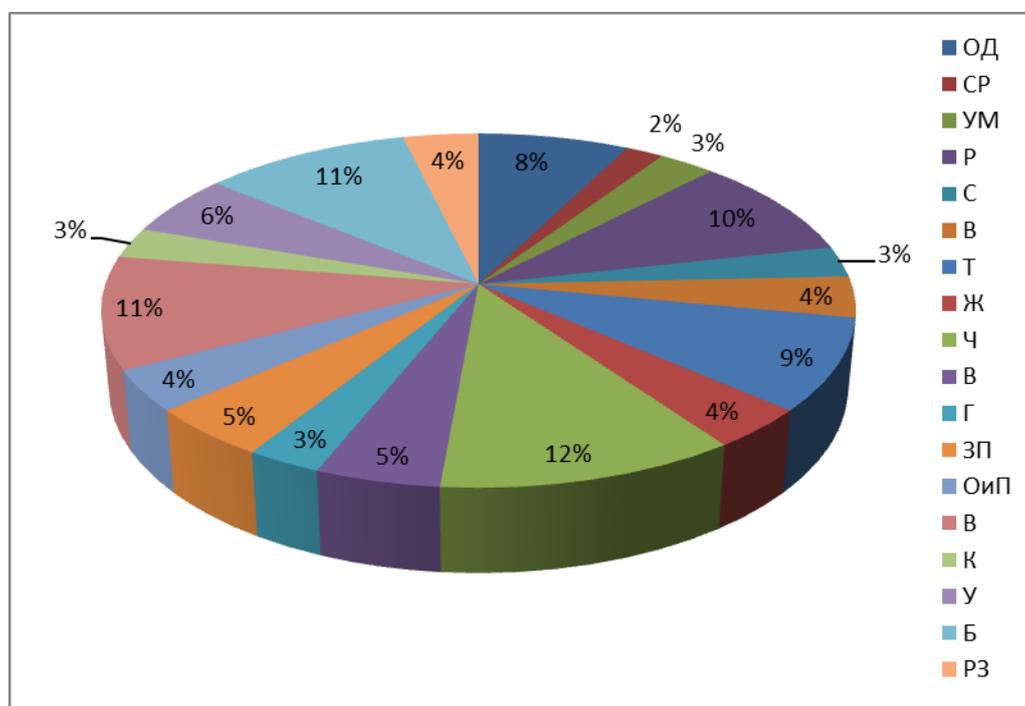


Рисунок 1. Результаты тестирования тревожности у дошкольников (В. Амена, Р. Тэмгла, М. Дорки)

Из рисунка 2 видно, что преобладающими страхами являются: страх одиночества (8 %), страх наказания родителей (10 %), страх темноты (9 %), страх чудовищ (12 %), страх перед врачами (11 %), страх боли (11 %).



Условные обозначения: ОД – страх одиночества, СП – страх смерти родителей, УМ – страх умереть, Р – страх наказания родителей, С – страх снов, В – страх войны, Т – страх темноты, Ж – страх перед животными, Ч – страх чудовищ, В – страх высоты, Г – страх глубины, ЗП – страх замкнутого пространства, ОиП – страх огня и пожара, В – страх перед врачами, К – страх крови, У – страх перед уколами, Б – страх боли, РЗ – страх резких звуков [7, с. 221]

Рисунок 2. Результаты по методике «Страхи в домиках» (А.И. Захарова, М.А. Панфиловой)

Таким образом, страх одиночества отмечается у 50 % дошкольников с высоким уровнем тревожности и 50 % со средним. Страх наказания родителей наблюдается у 66,7 % со средним уровнем тревожности и 33,3 % детей с низким уровнем. Страх темноты присутствует у 66,7 %

дошкольников со средним уровнем тревожности и 33,3 % с высоким уровнем. Страх чудовищ присутствует у детей со средним уровнем тревожности – 80 %, и высоким – 20 %. Страх врачей отражается у 50 % детей с высоким уровнем тревожности и 50 % с низким. Страх боли характерен для 75 % респондентов со средним уровнем тревожности и 25 % с низким.

На рисунке 3 показано, что у 9 % дошкольников невроз был или будет в ближайшее время; у 63 % наблюдается нервное расстройство, но не обязательно достигающее стадии заболевания и 28 % дошкольников нуждаются в повышенном внимании.

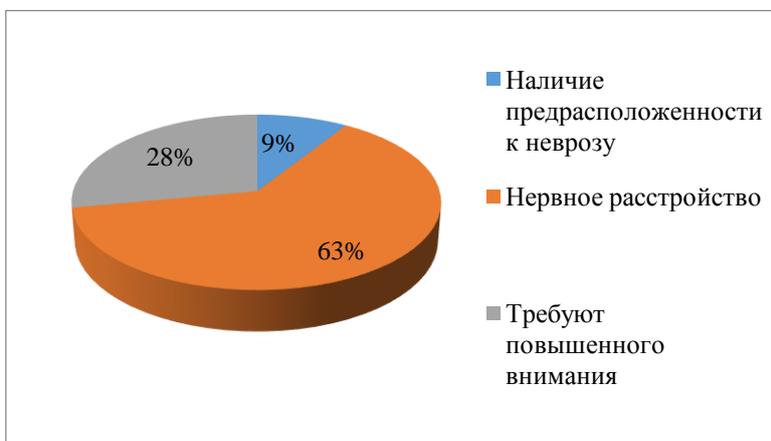


Рисунок 3. Результаты теста тревожности «Оценка уровня тревожности ребенка» (А.И. Захарова)

Таким образом, можно сделать вывод, что большинство дошкольников подвержены тревожности и страхам. Диагностика родителей показала, что у больше половины детей наблюдается нервное расстройство. Эти показатели легли в основу разработки программы профилактики страхов детей дошкольного возраста «Я сильнее своего страха».

Профилактика представляет собой комплекс различных мероприятий, и совокупность мер, направленных на предостережение либо изживания возможных психологических отклонений в развитии личности [9, с. 13].

Проанализировав ряд программ, апробированных в детских садах, мы выделили основные компоненты содержания: четкая формулировка цели и задач программы, разработка критериев эффективности программы, изложение основных принципов работы, описание ожидаемых результатов. Среди основных методов применяются игры, упражнения, этюды, беседы, релаксация, арт-терапия. Следует отметить такой факт, что в программах не выделяются направления работы, ориентированные на личностные аспекты ребенка, так же отсутствует объяснение последовательности проводимых мероприятий. С учетом положительных сторон и недостатков нами разработана программа психолого-педагогической профилактики страхов детей дошкольного возраста. Задачи программы: понизить уровень тревожности, уменьшить эмоциональное напряжение, повысить уровень самооценки, способствовать нахождению конструктивных форм поведения и нового опыта общения. Программа разработана для детей 6–7 лет для проведения занятий 2 раза в неделю продолжительностью 25 минут в групповой форме.

Актуальность данной программы заключается в последовательной работе по трем направлениям: аксиологическое, инструментальное, потребностно-мотивационное. Аксиологическое направление связано с научением дошкольника адекватно давать оценку своим и чужим действиям, умением принимать себя и окружающих. Инструментальное направление нацелено на создание способности ребенка к проживанию своих чувств, понимать причины своего поведения, осознавать причинно-следственные связи своих поступков.

Потребностно-мотивационное направление своей целью ставит научить ребенка видеть в себе способность преодолевать трудные жизненные ситуации, уметь брать на себя ответственность за свою жизнь, делать выбор из различных вариантов, создание у ребенка мотивации в саморазвитии и самореализации. Нами были выбраны данные направления, так как они отражают «Я-концепцию» личности дошкольника, первоначально ему нужно научиться принимать себя, с этого момента начинается первый шаг к противостоянию своих страхов (аксиологическое направление), далее важно организовать работу на осознание дошкольниками причинно-следственных связей своих эмоций (инструментальное направление) и завершающий этап – это работа, направленная на борьбу со своим чувством страха, либо на уменьшение его влияния на личность дошкольника (потребностно-мотивационное направление). Данная программа реализует комплексный подход профилактики страхов, затрагивающий важные аспекты развития личности дошкольников.

В программе применяются рефлексивные техники, вербальные и невербальные техники эмоционального состояния ребенка. Развитие самосознания осуществляется за счет осознания ребенком собственных действий и эмоционального состояния, в котором он находится в данный конкретный момент. Рефлексия дает дошкольнику возможность проследить, как он ощущает себя во время нахождения в дошкольном учреждении, а также как складываются его взаимодействия со сверстниками, и как на него воздействует домашняя атмосфера. Когда дети овладевают навыком восприятия себя и других они начинают осознавать чувства сверстников и свои собственные переживания. Так же в программе используются проективные методики, этюды, упражнения, они позволяют ребенку познакомиться с эмоцией страха и научиться принимать, и не бояться ее. Игровые упражнения являются основным методом профилактики эмоции страха, поскольку игра является ведущим видом деятельности детей дошкольного возраста. Особое внимание уделяется работе с преобладающими страхами: страх одиночества, страх наказания родителей, страх темноты, страх чудовищ, страх перед врачами, страх боли.

Таким образом, проанализировав теоретические аспекты и практический опыт психолого-педагогической профилактики страхов дошкольников, нами разработана программа «Я сильнее своего страха». Основанная на комплексном подходе в реализации трех направлений (аксиологическое, инструментальное, потребностно-мотивационное) программа является эффективным инструментом в работе педагогов-психологов.

ЛИТЕРАТУРА

1. Алексеева, Е.Е. Страхи у детей дошкольного возраста [Текст] / Алексеева, Е.Е. // Дошкольная педагогика. – 2016. – № 2. – С. 58.
2. Федеральный Государственный образовательный стандарт дошкольного образования [Текст]: утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г., №1155 / Министерство образования и науки Российской Федерации. – Москва: 2013 г. – 96 с.
3. Рогов, Е.И. Настольная книга психолога [Текст] / Е.И. Рогов. – М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2018. – 384 с.
4. Данилина, Т.А. В мире детских эмоций: пособие для практических работников ДОУ [Текст] / Т.А. Данилина, В.Я. Зедгенидзе, Н.М. Степина. – М.: Айрис-пресс, 2017. – 160 с.
5. Григорьева, Н.Д. Развитие эмоциональной сферы [Текст] / Н.Д. Григорьева // Дошкольное воспитание. – 2016. – № 2. – С. 67.
6. Леви, В.Л. Приручение страха [Текст] / В.Л. Леви. – М.: Метафора, 2018. – 192 с.
7. Овчарова, Р.В. Практическая психология [Текст] / Р.В. Овчарова. – М.: – Сфера, 2016. – 374 с.
8. Мантрова, М.С. К вопросу о компонентах Я – концепции личности [Текст] / М.С. Мантрова // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. – 2016. – № 3. – С. 34.
9. Обухова, Л.Ф. Возрастная психология. [Текст] / Л.Ф. Обухова. – М.: Юрайт, 2018. – 464 с.
10. Локалова, Н.П. Связь когнитивно-эмоционального развития со становлением позитивных личностных характеристик старших дошкольников [Текст] / Н.П. Локалова, Л.И. Никонова // Вопросы психологии. – 2018. – № 4. – С. 32.

Fadeeva Anna Aleksandrovna

Vladimir state university named after Alexander and Nikolay Stoletovs, Vladimir, Russia
E-mail: Lvitha25@mail.ru

Danilova Marina Vladimirovna

Vladimir state university named after Alexander and Nikolay Stoletovs, Vladimir, Russia
E-mail: mv_danilova@inbox.ru

Psychological and pedagogical prevention of fears of preschool children

Abstract. The article is devoted to the study of the fears of preschool children. Today, actual for practical psychology and pedagogy is the problem of identifying the child's mental ill-being and finding the most effective ways of prevention, including the fears of preschoolers. Based on this problem, we have studied the theoretical aspects of a conceptual nature. From the perspective of the topic under study, the views of various authors on the causes of such an emotion as fear are analyzed and characterized. Subject to consideration was the issue of identifying the characteristic and significant features of the occurrence of fears of preschool children. The results of an empirical study of fears of preschool children are presented, as well as the prevailing species are highlighted. Due attention is paid to the consideration of anxiety of preschool children, namely the emphasis on levels of fear. Based on the analysis of the experience of teachers in organizing preventive activities, a program for the prevention of fears of preschool children in the following areas is developed: axiological, instrumental, and need-motivational. These directions reflect the "I-concept" of the child's personality, it is with the acceptance of oneself as who the first step to confronting their fears begins (axiological direction), then work is organized to preschoolers realize the causal relationships of their emotions (instrumental direction) and the final stage – this is a work aimed at combating one's sense of fear, or at reducing its effect on the personality of a preschooler (need-motivational direction).

Keywords: fear; anxiety; psychological and pedagogical prevention; emotional state; reflective techniques; verbal and non-verbal techniques