

- Информирование о созависимости. На этом этапе проводится информирование о феномене созависимости и его проявлениях. Реализация данного этапа может осуществляться по средствам демонстрационного материала (плакатов, листовок) по проблеме созависимости, а также проведение лекций.

- Психологические тренинги. Задача данного этапа профилактики является выработка у лиц групп риска адаптивных навыков коммуникации и взаимодействия. В тренингах группа риска получает навыки продуктивного преодоления стресса и приемлемого открытого выражения эмоций.

- Активизация личностных ресурсов и организация деятельности. На данном этапе проводится помощь в гармонизации личности созависимого человека. Посредством индивидуального консультирования или психотерапии с использованием арт-терапевтических методов

#### **ЛИТЕРАТУРА**

1. *Калашикова Е.А.* Проблема многообразия подходов к причинам возникновения созависимого поведения. М.: Народное образование, 2011. № 4. С. 52-58 с.
2. *Зайцев С.Н.* Созависимость – умение любить. Н. Новгород: Асвета, 2004. 90 с.
3. *Артемцева Н. Г.* Феномен созависимости: психологический аспект. М.: РИО МГУДТ, 2012. 222 с.

### **Исследование особенностей страхов у детей старшего дошкольного возраста**

*Туркова Т.В.*

*УО «Гомельский государственный университет им. Ф.Скорины»  
г.Гомель, Республика Беларусь*

Актуальность исследования особенностей страхов у детей старшего дошкольного возраста определяется тем, что с возрастом у детей меняются мотивы поведения, отношение к окружающему миру, взрослым, сверстникам. У 6-летних детей уже развито понимание, что кроме хороших, добрых и отзывчивых родителей есть и плохие. Плохие – это не только несправедливо относящиеся к ребенку, но и те, которые ссорятся и не могут найти согласия между собой. И от того, смогут ли родители и педагоги уловить эти перемены, понять изменения, происходящие с ребенком, и в соответствии с этим изменить свои отношения, будет зависеть тот положительный эмоциональный контакт, который является основой нервно-психического здоровья ребенка.

Страх – эмоция, возникающая в ситуациях угрозы биологическому или социальному существованию индивида и направленная на источник действительной или воображаемой опасности [1].

Феномен страха подвергался изучению в отраслях психологии и педагогики как отечественными (А. И. Захаров, Зеньковский В.В., Спиваковская А.С., Панфилова М. А., Овчарова Р.В., Неймер Ю.Л. и др.), так и зарубежными (Д. Боулби, Джемс У., Томкинс С., Уотсон Дж. и др.) исследователями.

Также можно отметить, что страх принадлежит к категории фундаментальных эмоций человека. Чувство страха появляется непроизвольно, помимо воли и сопровождается выраженным чувством волнения, беспокойства или ужаса. Причинами страха могут быть события, условия или ситуация, которые являются сигналом опасности, но также это может быть, как и присутствие чего-то угрожающего либо отсутствие того, что обеспечивает безопасность [2].

В психологических теориях выделяются несколько классификаций страхов, таких авторов, как: Ю.В. Щербатых, А.И. Захаров, А. Карвасарский, А.С. Зобов, Д.Б. Сэдок, Г.И. Каплан, Р.В. Овчарова и другие.

Дошкольный возраст является одним из важных этапов формирования психики ребенка: происходит развитие познавательных процессов, формирование мышления и личностных особенностей. В настоящее время увеличилось число тревожных детей, отличающихся повышенным беспокойством, неуверенностью, эмоциональной неустойчивостью. Возникновение и закрепление тревожности связано с неудовлетворением возрастных требований ребенка. А из-за неудовлетворения потребностей у ребенка вырабатываются механизмы защиты [3]. Самые распространенные детские страхи: боязнь одиночества и замкнутого пространства [4].

В возрасте наиболее часто выявляемых страхов, то есть в старшем дошкольном возрасте, можно уже говорить не только об эмоциональной, но и рациональной основе страхов как новой психической структуре формирующейся личности.

Страх всегда подразумевает переживание какой-либо реальной или воображаемой опасности, понимание опасности, ее осознание формируется в процессе жизненного опыта, и межличностных отношений, когда некоторые безразличные для ребенка раздражители постепенно приобретают характер угрожающих воздействий. Обычно в этих случаях говорят о появлении травмирующего опыта (испуг, боль, болезнь, конфликты, неудачи, поражения и т. д.).

Нами было проведено исследование, с целью выявить особенности страхов у детей старшего дошкольного возраста. В данном исследовании принимали участие 31 ребенок в возрасте 5-6 лет, из них 20 мальчиков и 11 девочек.

Для того, чтобы выявить эти особенности, были подобраны следующие психодиагностические методики:

- Методика А.И. Захарова и М.А. Панфиловой «Страхи в домиках»;
- Проективная методика А.И. Захарова «Мои страхи».

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

Итак, в ходе анализа по данным методикам, были получены следующие результаты:

Если рассматривать результаты, которые были получены с помощью методики «Страхи в домиках», то можно увидеть, что дети наиболее подвержены таким страхам как: умереть; уколов; войны; того, что умрут родители; животных; огня; пожара; нападения; неожиданных и резких звуков, стихий; страшных снов; заболеть.

В дополнении, можно просмотреть результаты, которые были получены с помощью проективной методики «Мои страхи», где можно увидеть, что большинство детей нарисовали «Сказочных персонажей»: мумия, инопланетяне, зомби, роботы, пикачу, приведения, монстры, кощей, шрек, Сиреноголовый, что составило 45,16% от общего числа детей; 19,35% детей нарисовали животных (змеи, медведь, кошка, пауки); 9,68% детей нарисовали стихийные бедствия (водоворот, гроза, вулкан, черная дыра); 6,45% нарисовали транспортные средства (самолет, дорога); 3,23% детей нарисовали глубину, высоту, темноту, кровь, нападение, смерть, неожиданное падение.

Также можно отметить, что какие-то страхи преобладают у мальчиков, какие-то у девочек.

По методике «Страхи в домиках»: у мальчиков такие страхи как: остаться одному; умереть; того, что умрут родители; каких-то детей; перед тем как заснуть; животных; транспорт; стихий; высоты; замкнутого пространства; огня; пожара; войны; больших улиц; врачей; крови; уколов; боли, неожиданных и резких звуков; опоздать в сад.

А у девочек: страх каких-то людей; сказочных персонажей; темноты; глубины; воды.

По методике «Мои страхи»: выяснилось, что страх сказочных персонажей у мальчиков и у девочек практически поровну (мальчики – 45%, девочки – 45,45%); страх животных преобладает у девочек (девочки – 27,27%, мальчики – 15%); страх стихий преобладает у мальчиков (15%, у девочек – 0%); страх транспорта преобладает у мальчиков (10%, у девочек – 0%) и т.д.

Также было выявлено какому количеству страхов подвержены дети по методике «Страхи в домиках». Сравнивалось количество страхов, которым

подвержен ребёнок по методике «Страхи в домиках» М.А. Панфиловой с возрастными нормами страхов по полу и возрасту у старших дошкольников А.И. Захарова, где можно увидеть, что из 31 ребенка количество страхов сверх нормы выявлено у 23, а это 74,19% и только у 8 детей количество страхов соответствует норме – 25,81%.

Также можно добавить, что у 14 детей высокий уровень выраженности страха – предполагает такие особенности, как неадекватная самооценка, тревожность, напряженность, пугливость, ребенок недостаточно общителен, проявляет подозрительность и недоверчивость к окружающим. У 3 детей средний уровень страха – предполагает достаточную общительность, не напряженность. И у 14 низкий уровень страха – характеризуется наименьшей тревожностью, не напряженностью, уверенностью в себе, общительностью, налаженностью отношений с окружающими, преобладанием повышенного настроения.

Для детей с высоким уровнем страха характерно то, что они не боятся нападения, детей, мамы и папы, того, что мама и папа их накажут (у мальчиков, перед, тем как заснуть (у девочек), воды.

Для детей со средним уровнем страха характерно то, что они не боятся мамы или папы, высоты, транспорта, воды, больших улиц, детей.

А для детей с низким уровнем страха характерно то, что они боятся умереть, войны, нападения (у девочек), того, что умрут родители (у мальчиков).

Прежде чем помогать детям в преодолении страхов, необходимо выяснить, каким конкретно страхам они подвержены. Безусловным фактором является терпение при работе с детьми по устранению страхов, так как не всегда удается достичь незамедлительных результатов. Особенно широко в коррекционной работе используется ведущая деятельность детей. В дошкольном возрасте – это игра в различных ее разновидностях (сюжетная, дидактическая, подвижная, игра-драматизация, режиссерская).

#### ЛИТЕРАТУРА

1 *Петровский А.В., Ярошевский М.Г.* Психология. Словарь. М.: Политиздат, 1990. 494 с.

2 *Захаров А.И.* Происхождение детских неврозов и психотерапия. М.: ЭКСМО-Пресс, 2000. 448 с.

3 *Воднева М.А., Янушковская А.Д., Данич О.В.* Экспериментальное исследование особенностей проявления страхов и тревожности у детей 5-6 лет // Мир детства в современном образовательном пространстве. 2020. С. 38-40.

4 *Дорофеева Г.А.* Страхи: определение, виды, причины. // Известия Южного федерального университета. Технические науки. 2002.