

4. Злоказов К.В. Современные модели развития идентичности личности (в контексте эриксоновской традиции) // Педагогическое образование в России. 2015. №11. С.99-108.

5. Методические рекомендации для педагогов-психологов и социальных педагогов образовательных организаций по проведению профилактической работы с несовершеннолетними, склонными к суицидальному поведению. М., 2018. 35 с.

6. Селиванова Е.А. Профилактика суицида у подростков: как уберечь ребенка от игр со смертью // Метеор-Сити. 2017. №3.

7. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. М.: Издательская группа «Прогресс», 1996. 344 с.

*Приходько Е. В., старший преподаватель
кафедры психологии*

ekaterina0308@mail.ru

Туркова Т.В., студент

факультет психологии и педагогики

УО «Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины»

tanya.turkova.2001@mail.ru

г. Гомель, Республика Беларусь

Сказкотерапия как коррекция детских страхов

Fairytale therapy as a correction of children's fears

Аннотация. В данной статье можно узнать, что собой представляет страх. Какие авторы рассматривали феномен страха и какими авторами были созданы различные классификации страхов. Можно будет узнать, что такое сказкотерапия и почему этот метод является одним из самых эффективных для коррекции страхов. Также проводилось эмпирическое исследование для того чтобы определить боящегося ребенка и какие у него страхи присутствуют и соответственно в этой статье можно будет ознакомиться с результатами этого исследования. И в завершении была разработана коррекционная программа, с целями и задачами, которой можно будет ознакомиться в данной статье.

Ключевые слова: коррекция, страх, сказкотерапия, сказка, программа, диагностика

Abstract. In this article, you can learn what fear is. Which authors considered the phenomenon of fear and which authors have created various classifications of fears. It

will be possible to find out what fairy tale therapy is and why this method is one of the most effective for correcting fears. An empirical study was also carried out in order to determine the fearful child and what fears he has, and accordingly, in this article it will be possible to familiarize yourself with the results of this study. And in the end, a correction program was developed, with the goals and objectives, which can be found in this article.

Keywords: correction, fear, fairy tale therapy, fairy tale, program, diagnostics

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

Страх принадлежит к фундаментальным эмоциям человека. Чувство страха обычно появляется спонтанно, помимо воли и может сопровождаться выраженным чувством волнения, беспокойства или даже ужаса. Причинами страха могут быть какие-то события, условия, ситуация, которые являются сигналом опасности для человека, но также это может быть, как и присутствие чего-то угрожающего или даже отсутствие того, что обеспечивает безопасность.

Страх – это эмоция, которая возникает в ситуациях угрозы или биологическому, или социальному существованию человека и также эта эмоция направлена на источник реальной или воображаемой опасности [1].

В психологических теориях выделяют несколько классификаций страхов, авторами которых являются: Ю.В. Щербатых, А.И. Захаров, А. Карвасарский, А.С. Зобов, Д.Б. Сэдок, Г.И. Каплан, Р.В. Овчарова и другие.

В последнее время вопросы диагностики и коррекции страхов приобрели большое значение из-за их довольно широкого распространения среди детей. И на данный момент остро встаёт необходимость комплексного подхода к решению проблемы коррекции детских страхов.

Одним из самых эффективных методов, который способствует коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста является сказкотерапия. Можно выделить таких исследователей, как А. И. Захаров, В. С. Мухина, А. М. Прихожан и др., которые утверждали, что именно метод сказкотерапии помогает преодолевать детские страхи [2].

Сказкотерапия – это процесс поиска смысла, расшифровки знаний о мире и системе взаимоотношений в нем, переноса сказочных смыслов в реальность;

процесс объективизации проблемных ситуации, активизации потенциала личности, всестороннего образования и воспитания; терапия средой, особой сказочной обстановкой, в которой могут проявиться потенциальные части личности, нечто нереализованное, может материализоваться мечта, а главное, в ней появляется чувство защищенности и аромат тайны.

Сказка – средство приобщения ребенка к миру человеческих судеб, к истории; это «золотой ключик» к изменению окружающего, его творческому, созидательному преобразованию. Ребенок наполовину живет в воображаемом, нереальном мире, и не просто живет, а активно действует в нем, перестраивая его и себя. Именно из этой сокровищницы он черпает сведения о реальности, которой еще не знает, черты будущего, о котором еще не умеет задумываться [3, с. 42].

Актуальность метода сказкотерапии в том, что сказки – это естественная составляющая повседневной жизни детей. Ребёнок, находясь в сказке, взаимодействует со многими сказочными героями и, как в жизни, ищет пути решения проблем, которые встают перед ним.

Сказка побуждает ребенка сопереживать персонажам, в результате чего у него появляются новые представления о людях, предметах и явлениях окружающего мира, а также новый эмоциональный опыт.

Во время работы над сказкой ребенок может получить способы борьбы с собственными страхами и его эмоциональный мир может становится более ярким. Процесс сказкотерапии может позволить ребенку осознать свои проблемы, а также увидеть пути их решения. Воспринимая сказку, ребенок обычно сравнивает себя со сказочным героем, а это в свою очередь позволяет ему понять, что не только у него есть такие проблемы и переживания. Также сказка помогает найти пути решения возникших конфликтов, выход из различных сложных ситуаций. Все это может положительно влиять на коррекцию страхов детей старшего дошкольного возраста. Знакомство дошкольника со сказкой, инсценировка сюжета способствуют развитию творческих способностей ребенка, психических функций, помогает избавиться от страхов, тревожности и агрессии [2].

Прежде чем помочь детям в преодолении страхов, необходимо выяснить, каким конкретно страхам они подвержены. Страхи, которые проявляются в поведении ребенка, отражают далеко не полную картину его внутренних, часто неотделимых от опасений страхов. Поэтому выяснить весь спектр страхов можно только специальным опросом при условии эмоционального контакта с ребенком, доверительных отношений и отсутствия конфликта [4].

Определить боящегося ребенка обычно бывает легко, если при этом учесть и напряженность в поведении, избегание источника угрозы и положительный ответ на вопрос о наличии страха. В последнем случае может присутствовать не столько сам страх, сколько опасения по поводу вероятности того или иного события.

Итак, для того чтобы определить боящегося ребенка и какие у него страхи присутствуют, мы провели эмпирическое исследование, в котором принимали участие 31 ребенок, которые являлись старшими дошкольниками и им было по 5-6 лет, из них 20 мальчиков и 11 девочек.

Для исследования страхов у детей старшего дошкольного возраста, 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, смерти, медицинские страхи, одиночества и т. д.) у детей старше 3-х лет.

Итак, в ходе анализа по методике «Страхи в домиках» М.А. Панфиловой, были получены следующие результаты: дети в этом возрасте наиболее подвержены таким страхам как: умереть; войны; того, что умрут родители; уколов; животных; пожара; огня; нападения; стихий; страшных снов; заболеть, неожиданных и резких звуков.

Также была проведена проективная методика А.И. Захарова «Мои страхи» и в ходе анализа рисунков были получены результаты: большинство детей нарисовали «Сказочных персонажей»: пикачу, инопланетяне, зомби, приведения, монстры, кощей, шрек, мумия, Сиреноголовой, роботы, что составило 45,16% от общего числа детей; 19, 35% детей нарисовали животных (змеи, кошка, медведь, пауки); 9,68% детей нарисовали стихийные бедствия (водоворот, гроза, вулкан, гроза, черная дыра); 6,45% нарисовали транспортные средства (дорога, самолет); 3,23% детей нарисовали высоту, глубину, темноту, кровь, смерть, нападение, неожиданное падение.

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

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

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

Дополнительно была выявлена зависимость уровней страха от пола детей с помощью проективной методики «Мои страхи». Выяснилось, что страх сказочных персонажей и 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.

Если сравнить 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, то можно увидеть, что из 31 человека количество страхов сверх нормы выявлено у 23, если рассматривать это в процентном содержании, то это 74,19% и только у 8 детей количество страхов соответствует норме – 25,81%.

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

На основе полученных результатов, нами была составлена программа коррекционной работы по устранению страхов у детей старшего дошкольного возраста посредством метода сказкотерапии. Занятия проводились с одной группой детей, в которую входило 10 человек и мальчики и девочки. Возраст детей составляет 5-6 лет. Также нужно отметить, что в эту группу входили дети с высоким уровнем страха.

Программа включает в себя 9 занятий, которые проводятся 2 раза в неделю по 45 – 60 минут.

Цель программы – способствовать устранению страхов у детей старшего дошкольного возраста посредством сказкотерапии.

Задачи программы:

- развитие образного и креативного мышления, воображения;
- использование средств сказкотерапии, арт-терапии, игротерапии для коррекции страхов;
- снижение уровня тревожности;
- нейтрализовать страхи и эмоционально-отрицательные переживания у детей;
- повысить уверенность в себе.

Форма работы: групповая.

Методы и техники, которые использовались в программе:

- Игротерапия;
- Арт-терапия;
- Релаксация;
- Психодиагностика;
- психогимнастические упражнения.

В содержании программы занятий выделяются три блока, которые обеспечивают решение поставленных задач.

Первый блок – развлекательный, который включают как объединение детей, так и задания, которые будут направлены на создание безопасной и доброй обстановки.

Второй блок – коррекционно-направленный и обучающий, сюда входит и коррекция эмоциональных нарушений.

3 блок – развлекательный, обучающий, контрольный.

Если рассматривать контрольный этап, то он позволяет увидеть эффективность коррекционной работы, так как контроль осуществляется с использованием диагностического материала. Результаты этой диагностики будут фиксироваться и сравниваться.

Структура занятий

Ритуал приветствия – 5 минуты.

Разминка – 10 минут.

Коррекционно-развивающий этап – 30-40 минут

Подведение итогов – 5 минут.

Ритуал прощания – 2 минуты.

Ожидаемые результаты от проведения коррекционной программы:

- снижение интенсивности и количества страхов;
- повышение уверенности в себе;
- снижение тревожности;
- сформированные у детей положительные эмоциональные реакции в отношении себя.

Библиографический список:

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

2 Бежаева Д.Н., Зинковенко О.А. Сказкотерапия как средство работы с детскими страхами у дошкольников // Актуальные вопросы современной педагогики: материалы VIII Междунар. науч. конф. Самара: ООО «Издательство АСГАРД», 2016. С. 53-56.

3 Михальченко К. А. История развития и значение сказкотерапии как направления практической психологии // Психологические науки: теория и практика: материалы

Междунар. науч. конф. М.: Буки-Веди, 2012. С. 42-45.

4 Захаров А.И. Дневные и ночные страхи у детей. СПб.: Питер, 2000. 400 с.

Приходько Е.В., старший преподаватель

Журавенко И.И., студентка

кафедра психологии

УО «Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины»,

ekaterina0308@mail.ru

г. Гомель, Республика Беларусь

Факторы, способствующие возникновению эмоционального выгорания у медицинских работников

Factors Contributing to Burnout in Healthcare Professionals

Аннотация. Проблема эмоционального выгорания медицинских работников, обусловленная его сложным характером, а также разнообразием факторов его провоцирующих, требует поиска новых исследовательских путей по выявлению причин, обуславливающих эмоциональное выгорание медицинских работников с целью их ликвидации. Существует предположение, что больший вклад в развитие эмоционального выгорания вносят психологические факторы работников, нежели их демографические характеристики, а также факторы рабочей среды. Личностные ресурсы могут стать фактором, сдерживающим формирование эмоционального выгорания. В настоящее время нет определенной и общепризнанной в науке точки зрения на факторы возникновения и протекания эмоционального выгорания.

Цель исследования: описать и систематизировать факторы, способствующие возникновению синдрома эмоционального выгорания среди медицинских работников. Научная новизна: проведена систематизация факторов, способствующих возникновению синдрома эмоционального выгорания среди медицинских работников. Практическая значимость исследования заключается в том, что систематизация теоретических данных может быть использована в рамках проведения психодиагностических, психопрофилактических и психокоррекционных мероприятий, направленных на профилактику и