

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Тольяттинский государственный университет»

Гуманитарно-педагогический институт
(наименование института полностью)

Кафедра «Педагогика и психология»
(наименование)

37.03.01 Психология
(код и наименование направления подготовки / специальности)

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА (БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА)

на тему Сказкотерапия как средство коррекции страхов в младшем школьном
возрасте

Обучающийся	А.Р. Аширова (Инициалы Фамилия)	 (личная подпись)
Руководитель	канд. психол. наук И.В. Седова (ученая степень (при наличии), ученое звание (при наличии), Инициалы Фамилия)	

Тольятти 2023

Аннотация

Бакалаврская работа посвящена актуальной, на сегодняшний день, проблеме коррекции страхов у детей в младшем школьном возрасте.

Цель исследования – теоретически обосновать и экспериментально проверить возможности сказкотерапии в коррекции страхов у детей младшего школьного возраста.

Задачи исследования:

1. Рассмотреть теоретические аспекты коррекции страхов у детей младшего школьного возраста средствами сказкотерапии.
2. Провести диагностику исходного уровня страха у детей младшего школьного возраста.
3. Разработать и апробировать психологическую работу по коррекции страхов у детей младшего школьного возраста средствами сказкотерапии.
4. Провести анализ эффективности психологической работы по коррекции страхов у детей младшего школьного возраста.

В бакалаврской работе представлена актуальность исследования, научный аппарат, теоретические положения работы, экспериментальная часть, заключение, список используемой литературы в количестве 40 источников. Объем работы составил вместе с приложением 60 страниц.

Содержание

Введение.....	4
1 Теоретические аспекты коррекции страхов у детей младшего школьного возраста средствами сказкотерапии.....	9
1.1 Проблема страха в психологической литературе.....	9
1.2 Психологическая характеристика детей младшего школьного возраста.....	15
1.3 Возможности сказкотерапии в коррекции страхов у детей младшего школьного возраста.....	20
2 Опытнo-экспериментальная работа по коррекции страхов у детей младшего школьного возраста средствами сказкотерапии.....	26
2.1 Диагностика исходного уровня страха у детей младшего школьного возраста.....	26
2.2 Разработка и апробация психологической работы по коррекции страхов у детей младшего школьного возраста средствами сказкотерапии.....	37
2.3 Анализ эффективности психологической работы по коррекции страхов у детей младшего школьного возраста.....	42
Заключение.....	48
Список используемой литературы.....	50
Приложение А Список младших школьников.....	54
Приложение Б Результаты констатирующего этапа.....	55
Приложение В Тематический план психологической работы по коррекции страхов у младших школьников.....	57
Приложение Г Результаты контрольного этапа.....	59

Введение

Актуальность темы исследования. В современном образовательном пространстве все больше внимания уделяется не только когнитивному развитию детей, но и их эмоциональному благополучию. В силу различных социальных, семейных и школьных факторов, у детей в младшем школьном возрасте могут возникать различные страхи, которые могут негативно сказываться на их обучении и адаптации в обществе.

«Страх - это эмоция, которая может проявиться в любом возрасте. Когда дети поступают в школу, они уже имеют достаточно высокий уровень тревожности и страха перед поступлением в учебное заведение. Детские страхи - это эмоциональные реакции детей на угрожающую ситуацию (реальную или воображаемую) или на объект, воспринимаемый детьми как опасный, которые они переживают как дискомфорт, желание убежать или спрятаться.

Страхи детей школьного возраста вполне естественны и даже необходимы. Благодаря им, даже со временем, они успешно развивают свое воображение и творческие способности. С другой стороны, если страхи носят устойчивый характер, то через некоторое время они могут привести к негативным эмоциям. В долгосрочной перспективе это замедляет развитие личности и вызывает тревогу. Устойчивые детские страхи тщательно изучаются специалистами, психологами и педагогами» [7, с. 36].

Значительное увеличение количества страхов приводит к повышению возбудимости и увеличению показателей тревожности у детей. В результате в этих условиях происходит развитие имеющихся у личности потенциальных возможностей.

«Страхи встречаются у младших школьников достаточно часто и они разнообразные, так как эмоциональная сфера на данном возрастном этапе еще не достаточно устойчива и стабильна. Поэтому любые не значительные изменения в социальном окружении часто способствуют возникновению

страхов у младших школьников. Возникновению страхов способствует и достаточно развитие воображение, особенно еще в начале младшего школьного возраста, так как в начале возрастного этапа сохраняется много психологических особенностей характерных для старшего дошкольника» [16, с. 89].

Одним из средств коррекции страхов детей младшего школьного возраста является сказкотерапия.

Одним из важных преимуществ сказкотерапии является ее соответствие Федеральному государственному образовательному стандарту начального общего образования (ФГОС НОО). В нем отмечается, что образовательное пространство должно быть направлено не только на усвоение учебных знаний, но и на развитие личности и социальных компетенций. Сказкотерапия вписывается в эту концепцию, так как помогает детям развивать эмоциональную грамотность, улучшать самооценку и уверенность в себе, а также развивать эмпатию и способность к сопереживанию.

Таким образом, тема «Сказкотерапия как средство коррекции страхов в младшем школьном возрасте» имеет высокую актуальность и значимость для психологии развития и практической работы с детьми. Она способна помочь детям преодолеть страхи и развить навыки эмоциональной регуляции и адаптации к современным условиям жизни.

В последнее десятилетие отечественные психологи А.Я. Варга, А.И. Захаров, И.Е. Кулинцова, Г.П. Лаврентьева, М.А. Панфилова, А.С. Спиваковская отмечают рост числа детей, страдающих от разных страхов. Это явление делает изучение природы страхов актуальным и практически значимым в психолого-педагогическом контексте.

Страх является одной из базовых эмоций человека. Все различные психологические школы и направления, такие как У. Джеймс, К. Изард, Н. Ланге, Ст. Холл, З. Фрейд, изучали страх как проблему. В различных возрастных группах, страхи обладают специфическими характеристиками,

связанными с особенностями развития ребенка. Они отражают не только возрастные особенности познания, но и индивидуальный опыт взаимодействия ребенка с окружающим миром.

На данный момент, сказкотерапия развивается активно в разных направлениях. Например, Т.М. Грабенко, О.Ю. Епанчинцева, Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, Д.Б. Кудзилов, Н.А. Сакович провели исследования и разработали методы для совместного использования сказкотерапии и песочной терапии. Есть также работы Л.Г. Гребенщиковой и А.Ю. Татаринцевой, посвященные использованию кукол в сказкотерапии.

Однако, на сегодняшний день, наблюдается недостаточное использование потенциала сказкотерапии при коррекции страхов у детей. Это означает, что существует возможность более эффективного применения данного метода для помощи детям в преодолении и уменьшении их страхов.

Это приводит к возникновению противоречия между необходимостью коррекции страхов у детей младшего школьного возраста и недостаточным использованием возможностей сказкотерапии при осуществлении данного процесса.

Выявленное противоречие позволяет выделить проблему исследования: каковы возможности сказкотерапии в коррекции страхов у детей младшего школьного возраста?

Отталкиваясь от актуальности данной проблемы, была сформулирована тема исследования: «Сказкотерапия как средство коррекции страхов у детей младшего школьного возраста».

Объект исследования: эмоциональная сфера.

Предмет исследования: коррекция страхов у детей младшего школьного возраста средствами сказкотерапии

Цель исследования – теоретически обосновать и экспериментально проверить возможности сказкотерапии в коррекции страхов у детей младшего школьного возраста.

Гипотеза исследования: реализация занятий с использованием сказкотерапии по улучшению эмоционального благополучия и адаптации детей в школьной среде будет способствовать снижению страхов у детей младшего школьного возраста.

Задачи исследования:

1. Рассмотреть теоретические аспекты коррекции страхов у детей младшего школьного возраста средствами сказкотерапии.
2. Провести диагностику исходного уровня страха у детей младшего школьного возраста.
3. Разработать и апробировать психологическую работу по коррекции страхов у детей младшего школьного возраста средствами сказкотерапии.
4. Провести анализ эффективности психологической работы по коррекции страхов у детей младшего школьного возраста.

Теоретико-методологическая основа исследования:

- исследования в области психологии развития младших школьников (Н.Н. Авдеева, М.Б. Батюта, А.К. Болотова, А.А. Крылов и другие);
- работы учёных, отражающие особенности страхов младших школьников отражены (Л.С. Акопян, Е.А. Коненко, и другие);
- исследования, описывающие сказкотерапию как средства коррекции страхов у детей младшего школьного возраста (С.В. Гараева, О.В. Зеленко, К.В. Клименко, М.В. Милютина, Е.А. Пашкина, К.Г. Понаморенко и другие.).

Методы исследования: теоретические (анализ, синтез и обобщение научной и учебной литературы по рассматриваемой теме); эмпирические (констатирующий, формирующий и контрольный этапы педагогического эксперимента, тестирование младших школьников).

Экспериментальная база исследования. МБУ «Школа №82» г.о. Тольятти. В исследовании принимали участие 40 детей 8-9 лет, из них: 20

школьников вошли в экспериментальную группу и 20 школьников вошли в контрольную группу.

Новизна исследования: состоит в разработке и апробировании психологической программы по коррекции страхов у детей младшего школьного возраста с использованием средств сказкотерапии.

Теоретическая значимость исследования. В данной исследовательской работе был проведен анализ теоретических аспектов проблемы страхов детей младшего школьного возраста и ее коррекции. Представленный анализ позволяет получить более глубокое понимание данной проблематики и указывает на возможности ее решения. Полученные выводы имеют важную теоретическую значимость и могут быть использованы в качестве основы для проведения аналогичных исследований. Результаты анализа теоретических положений позволяют точнее и более конкретно определить предшествующие данные, полученные по данной проблеме. Таким образом, данная работа имеет значительную теоретическую ценность, так как вносит новые знания в область изучения страхов детей младшего школьного возраста и предлагает важные предпосылки для дальнейших исследований в данной области.

Практическая значимость исследования: состоит в том, что разработанная и реализованная психологическая программа с использованием средств сказкотерапии может быть использована психологами в своей практической деятельности для коррекции страхов у детей младшего школьного возраста.

Структура бакалаврской работы. Работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка используемой литературы (40 наименований) и 4 приложений. Работа проиллюстрирована 8 рисунками. Основной текст изложен на 57 страницах.

1 Теоретические аспекты коррекции страхов у детей младшего школьного возраста средствами сказкотерапии

1.1 Проблема страха в психологической литературе

Понятие страха является важным аспектом в психологической литературе, многие исследователи и теоретики обратили своё внимание на эту эмоцию и её влияние на психическое состояние человека. Страх может проявляться в различных формах и иметь разнообразные причины, что делает его особенно интересным для исследования.

В психолого-педагогической литературе одной из важнейших тем является понимание понятия страхов и их сути. Страх – это естественная реакция организма на возможную угрозу, который может возникнуть в нашей жизни в любой момент времени. Но, также страх может вызывать деструктивную реакцию, приводя к агрессивности, панике, фобиям и другим негативным последствиям.

Проблема возникновения страхов и его воздействие на человека – значительный социокультурный регулятор. Вследствие этого данная проблема весьма актуальна в наши дни. В числе прочего это проведение как теоретических, так практических исследований.

Е.П. Ильин отмечает, что в русском языке в настоящее время нет какого-либо достаточно четкого определения, которое имело бы отношение к страху. В энциклопедических словарях страхи оказываются, представлены в такой трактовке, как: «страшиться, робеть» [22, с. 17].

В Толковом словаре страх определяется в качестве состояния сильной тревоги, смятения перед возникновением беды, опасности. В существующем справочнике по детской психиатрии говорится о том, что страх – это «реакция на угрозу человеку как существу биологическому, когда опасности подвергается жизнь человека (то есть имеет место быть та или иная

определенная витальная угроза), а также его физическая ценность и т.п.» [34, с. 161].

В итоге следует отметить то, что в настоящий период времени феномен страха представляет собой важный объект для проведения исследования. Данным вопросом занимаются исследователи, представители разных направлений науки. Ученые, обсуждая данную проблему, нередко применяют в качестве синонима страха, другие понятия, такие как фобия, тревога и т. д. Страх является негативным эмоциональным явлением, связанным напрямую с отрицательными чувствами.

Исследование феномена страха очень важно в рамках педагогики, психологии и других наук. Его изучали издревле, начиная с античных времен.

Е.П. Ильин полагает, что страх можно определить в качестве «эмоционального состояния, которое отражает в себе защитную биологическую реакцию человека или животного при переживании ими реальной, либо же мнимой опасности, которая может быть проявлена в отношении их здоровья и благополучия» [22, с. 26].

А.Н. Фокина полагает, что страх - это эмоция, проявляющаяся в виде реакции на имеющуюся в наличии опасность, существующую в окружении того или иного человека [36].

К.Э. Изард, рассматривая страхи, отметил в итоге, что они присущи для человека. Они проявляются, когда под угрозой оказывается безопасность человека [21].

«Страх – это проявление у человека реакции на те или иные раздражители, важные для самого человека» - заявляет И.А. Фурманов [37, с.78].

Проблеме страха ранее и в настоящее время уделяли и уделяют внимание психологи, философы, другие специалисты. Упоминания о проявлении страха встречается часто. Эта эмоция рассматривается в различных концептуальных системах. О.С. Фролова отмечает, что мы можем

говорить о том, что «страх определяется через корреляцию с категориями «ценность» и «норма» – элементами социальной системы, наделяемыми в индивидуальном или общественном сознании особым значением и служащими регулятивному поведению людей» [38, с. 26].

Управление страхами является важной областью психологии и педагогики, и знание о понятии и сущности страхов имеет немаловажное значение для обучения и развития человека. К числу страхов, которые часто возникают в различных ситуациях, можно отнести: страх провала, страх социального отвержения, страх неизвестности и т.д.

Понимание этих видов страха и их сути позволяет педагогам и практикующим психологам эффективнее помогать людям преодолевать свои страхи и развиваться, особенно детям. Дети, с ними нужно работать более внимательно, т.к. формирование страхов в детстве может повлиять на стиль их жизни в будущем.

Л.С. Выготский определял понятие страх, как: «сильная эмоция, оказывающая весьма значительное влияние на поведение индивида и перцептивно – когнитивные процессы. Наше внимание резко снижается, когда мы испытываем страх, заостряясь на предмете или ситуации, сигнализирующей нам об опасности. Интенсивный страх существенно ограничивает мышление, восприятие и свободу выбора индивида, создавая эффект « туннельного восприятия» (восприятие, основанное на малой доле реальности, и поэтому неадекватное или неполное). Кроме того, страх резко ограничивает человека в свободе поведения. Можно сказать, что в страхе личность перестает принадлежать себе, он движим одним – единственным стремлением – избежать опасности или угрозу» [5, с. 87].

Е.Ч. Макарова утверждала, что «каждый страх или вид страхов должен появляться в определенном возрасте. Она определяет страх, как необходимое условие функционирования психики ребенка» [30, с. 49].

Е.А. Кононенко в своих трудах трактует страх, как естественный рефлекс, основанный на инстинктах высшей нервной деятельности. В чистом виде эта эмоция возникает на угрожающее явление [25, с. 548].

З. Фрейд, один из самых влиятельных психологов и основатель психоанализа, посвятил значительную часть своих трудов изучению различных аспектов страха. В своих работах он исследовал природу, происхождение и влияние страха на психику человека.

З. Фрейд считал, что страх является врожденным чувством, которое возникает у человека в ответ на потенциальную опасность или угрозу. Он утверждал, что страх играет важную роль в защите и выживании, поскольку дает сигнал о том, что необходимо принять меры для предотвращения возможных травм или повреждений.

Отмечая, что страх является неотъемлемой частью жизни каждого человека, Фрейд подчеркивал, что страх может возникать как в раннем детстве, так и во взрослом возрасте. Он полагал, что ранние негативные жизненные события и травмы могут стать источниками тревожности и страха в позднейшем. Однако З. Фрейд также предлагал интересный взгляд на страх, связанный с нашими внутренними конфликтами и неосознанными желаниями. Он считал, что страх может быть результатом подавления некоторых запретных желаний и невыполненных фантазий. По мнению Фрейда, страх может быть символическим выражением истинных потребностей, которые мы не осознаем в полной мере.

В своих исследованиях З. Фрейд также обратил внимание на страхи, связанные с нашим сексуальным развитием. Он предполагал, что некоторые страхи могут быть связаны с нашим потреблением информации о сексе или нашими сексуальными фантазиями. Фрейд считал, что эти страхи и тревоги могут возникать из-за желания удовлетворить свои сексуальные потребности, но одновременно негативно относящиеся к ним из социокультурных или этических соображений.

Отметим, что страх имеет и положительные стороны. Он помогает человеку предостеречь себя от беды. Так, к примеру, человек, испытывая страх чего-то, вначале проводит оценку той или иной ситуации. Наряду с положительными сторонами, страх также несёт себе и отрицательные моменты. Так, к примеру, человек, испытывая чрезмерный страх или фобии может сильно ограничивать свою жизнь и отказывать себе во многом.

Таким образом, страх - это одна из основных и врожденных форм реакции души, которая может меняться в зависимости от контекста, но остается всегда присутствующей в нашем отношении к миру и людям.

Согласно С.С. Степанову: «страхи – это эмоционально насыщенные ощущения беспокойства, в ответ на реальную или воображаемую угрозу. В ситуации явной опасности для жизни, например, при обморочных состояниях, удушье, внезапных потерях равновесия, падениях и т.п., страх имеет интенсивный характер и представляет собой оборонительную реакцию, средство защиты» [26, с. 83].

В.И. Гарбузов разрабатывал концепцию неврозов у детей. Анализируя специфику детских страхов, он отмечал, что «за всеми страхами ребенка стоит неосознаваемый или осознаваемый страх смерти» [6, с. 89].

«Страх возникает в ответ на действие угрожающего стимула. Существуют две угрозы, имеющие универсальный и одновременно фатальный в своем исходе характер. Это смерть и крах жизненных ценностей, противостоящих таким понятиям как жизнь, здоровье, самоутверждение, личное и социальное благополучие. Но и помимо крайних выражений страха, всегда подразумевает волнение какой – либо реальной или придуманной опасности» [13, с. 104].

Страх является базовой эмоцией, которая возникает в ответ на реальную или воображаемую угрозу. Это естественная реакция организма на ситуации, которые мы воспринимаем как опасные или угрожающие. Страх может быть как реакцией на внешние факторы, так и на наши собственные мысли и внутренние переживания.

Исследования показывают, что страх может быть универсальным в своих проявлениях, однако конкретные объекты или ситуации, вызывающие страх, могут быть индивидуальными. Например, такие фобии, как боязнь высоты, пауков или общественных мест, имеют свои особенности и могут различаться у разных людей. Реакции на страх также могут быть разнообразными – от повышенной тревожности и нервозности до физических проявлений, таких как повышенный пульс, потливость или дрожь [10, с. 80].

Одним из важных аспектов понимания страха является его эволюционное значение. Страх играет важную роль в выживании человека в опасных ситуациях, помогая ему предотвратить потенциальные угрозы или подготовиться к ним. Однако, в неконтролируемых или патологических формах, страх может привести к серьезным проблемам в повседневной жизни человека, вызывая фобии, панические атаки или посттравматический стрессовый синдром.

Психологическая литература активно изучает механизмы возникновения и снятия страха, поиск эффективных методик его преодоления и воздействия на психическое состояние человека. Исследования в этой области помогают лучше понять природу страха, его влияние на нашу жизнь и найти пути преодоления и управления им [13, с. 73].

Итак, понятие страха играет важную роль в психологической литературе, различные аспекты этой эмоции активно изучаются с целью изучения механизмов возникновения и снятия страха, а также разработки эффективных терапевтических методик. Понимание страха и его влияния на психическое состояние помогает людям более эффективно справляться с этой эмоцией и улучшать качество своей жизни.

1.2 Психологическая характеристика детей младшего школьного возраста

В психологии – детской и педагогической, одно из центральных мест занимает проблема психологических особенностей младших школьников. Знание и учет психологических особенностей детей младшего школьного возраста позволят правильно выстроить учебно-воспитательную работу в классах [13].

«Младший школьный возраст – это возраст 6-11-летних детей, обучающихся в 1–4 классах начальной школы. Границы возраста и его психологические характеристики определяются принятой на данный временной отрезок системой образования, теорией психического развития, психологической возрастной периодизацией» [23, с. 78].

В настоящее время нет единой теории, которая способна дать полное представление о психическом развитии ребенка в разные периоды. Поэтому для получения полной картины развития, поведения и воспитания детей, были проанализированы несколько теорий, которые затрагивают периодизацию младшего школьного возраста.

Л.С. Выготский в основу периодизации психического развития ребенка положил понятие ведущей деятельности. «На каждом из этапов психического развития ведущая деятельность имеет решающее значение. При этом другие виды деятельности не исчезают – они есть, но существуют параллельно и не являются главными для психического развития» [7, с. 89].

З. Фрейд в психоаналитической теории объяснял развитие личности действием биологических факторов и опытом раннего семейного общения. Дети проходят 5 стадий психического развития, на каждой стадии интересы ребенка сосредоточены вокруг определенной части тела. Возраст 6 - 12 лет соответствует латентной стадии. Таким образом, у младших школьников уже сформированы все те качества личности и варианты ответных реакций, которыми он будет пользоваться на протяжении всей своей жизни. И на

протяжении латентного периода происходит «оттачивание» и упрочение его взглядов, убеждений, мировоззрения. В этот период сексуальный инстинкт предположительно дремлет [29].

«Начало школьного обучения означает переход от игровой деятельности к учебной как ведущей деятельности младшего школьного возраста, в которой формируются основные психические новообразования. Поэтому, поступление в школу вносит важнейшие изменения в жизнь ребёнка. Резко изменяется весь уклад его жизни, его социальное положение в коллективе, семье. Основной, ведущей деятельностью становится учение, важнейшей обязанностью - обязанность учиться, приобретать знания. Это серьёзный труд, требующий организованность, дисциплину, волевые усилия ребёнка» [16, с. 38].

Особенности мышления. «Младший школьный возраст имеет большое значение для развития основных мыслительных действий и приемов: сравнения, выделения существенных и несущественных признаков, обобщения, определения понятия, выделения следствия и причин» [7, с. 22]. Несформированность полноценной мыслительной деятельности приводит к тому, что усваиваемые ребенком знания оказываются фрагментарными, а порой и просто ошибочными. Это серьезно осложняет процесс обучения, снижает его эффективность.

Д.Б. Эльконин, Л.С. Выготский писали о том, что в период начального школьного обучения наиболее активно развивается мышление, в особенности словесно-логическое. То есть, мышление становится доминирующей функцией в младшем школьном возрасте [7, 33].

Особенности восприятия. «Развитие отдельных психических процессов осуществляется на протяжении всего младшего школьного возраста. Дети приходят в школу развитыми процессами восприятия (сформированы простые виды восприятия: величина, форма, цвет). У младших школьников совершенствование восприятия не останавливается, становится более управляемым и целенаправленным процессом» [19, с. 52].

Особенности внимания. «Возрастными особенностями внимания младших школьников являются сравнительная слабость произвольного внимания и его небольшая устойчивость. Значительно лучше у младших школьников развито непроизвольное внимание. Постепенно ребенок учится направлять и устойчиво сохранять внимание на нужных, а не просто внешне привлекательных предметах. Развитие внимания связано с расширением его объема и умением распределять внимание между разными видами действий. Поэтому учебные задачи целесообразно ставить так, чтобы ребенок, выполняя свои действия, мог и должен был следить за работой товарищей» [32, с. 69].

Особенности памяти. «Продуктивность памяти младших школьников зависит от понимания ими характера задачи и от овладения соответствующими приемами и способами запоминания и воспроизведения. Соотношение непроизвольной и произвольной памяти в процессе их развития внутри учебной деятельности различно. В 1 классе эффективность непроизвольного запоминания выше, чем произвольного, так как у детей еще не сформированы особые приемы осмысленной обработки материала и самоконтроля. По мере формирования приемов осмысленного запоминания и самоконтроля произвольная память у второклассников и третьеклассников оказывается во многих случаях более продуктивной, чем непроизвольная» [26, с. 83].

Особенности воображения. «Систематическая учебная деятельность помогает развить у детей такую важную психическую способность, как воображение. Развитие воображения проходит две главные стадии. Первоначально воссоздаваемые образы весьма приблизительно характеризуют реальный объект, бедны деталями. Построение таких образов требует словесного описания или картины. В конце 2 класса, а затем в 3-м классе наступает вторая стадия, и этому способствует значительное увеличение количества признаков и свойств в образах» [30, с. 76].

«Как и другие психические процессы, в условиях учебной деятельности изменяется общий характер эмоций детей. Учебная деятельность связана с системой строгих требований к совместным действиям, с сознательной дисциплиной и с произвольным вниманием и памятью. Все это влияет на эмоциональный мир ребенка. На протяжении младшего школьного возраста наблюдается усиление сдержанности и осознанности в проявлениях эмоций и повышение устойчивости эмоциональных состояний» [30, с. 57].

В младшем школьном возрасте дети испытывают множество страхов, которые кажутся им самыми настоящими и ужасными. Этот период жизни отличается особой уязвимостью и непостоянством, поэтому дети подвержены влиянию различных факторов, которые могут вызывать у них страх.

«Одним из наиболее распространенных страхов в этом возрасте является страх перед учителями. Дети часто переживают, что учитель поставит им плохую оценку или жестко накажет за какую-либо ошибку. Их кажется, что учителя постоянно наблюдают за ними и готовы раскритиковать каждый их шаг. Это создает у них постоянное напряжение и дискомфорт в школе.

Еще одним значимым страхом младшего школьного возраста является страх перед непониманием со стороны сверстников. Дети стараются привлечь внимание и быть в центре внимания всех, но при этом боятся быть отвергнутыми. Они опасаются, что другие дети не примут их, и они окажутся в одиночестве. Из-за этого страха они могут испытывать тревогу и неуверенность в себе» [17, с. 90].

Еще одним распространенным страхом младшего школьного возраста является страх перед темной. Дети часто боятся оставаться в одиночестве в темноте, так как это вызывает у них чувство беспомощности и уязвимости. Они могут видеть различные ужасные существа в темноте и иметь ночные кошмары. Этот страх может быть связан с неразвитой фантазией и сложившимися стереотипами.

В младшем школьном возрасте дети также испытывают страх перед незнакомыми людьми. Они могут бояться, что незнакомец может им причинить вред или сделать что-то плохое. Эта иррациональная тревога может создавать неприятные ситуации при взаимодействии с незнакомыми людьми и ограничивать ребят в общении.

Переход от дошкольного к школьному детству, осуществляется через кризис 7 лет.

Поступление ребенка в школу, совпадая по времени с возрастным кризисом развития, является переломным моментом. Одни дети это испытание выдерживают вполне успешно, для других новая ситуация развития становится ситуацией риска. Л.И. Божович этот период возрастного кризиса называет «периодом рождения социального Я ребенка». «В этот период происходит осознание своего места в мире общественных отношений, новой социальной позиции – позиция школьника, занимающегося «высокооценимой взрослыми» деятельностью; происходит переоценка ценностей (меньшую ценность приобретает игра, большую – учебная деятельность), появление новых мотивов поведения, происходит психофизиологическое формирование ребенка, предоставляющее возможность постоянного обучения в школе» [4, с. 210].

«Данный возрастной этап обладает своими специфическими потребностями, которые являются движущей силой в развитии ребенка, а неудовлетворение этих потребностей ведет к внутри личностному конфликту, что вызывает повышенную ситуативную тревожность. При поступлении в школу жизнь ребенка кардинальным образом изменяется, начинает формироваться учебная деятельность, которая становится ведущей для ребенка. В учебной деятельности развиваются главные психологические новообразования детей младшего школьного возраста. Эта деятельность, как и все предыдущие виды деятельности ребенка, развивается постепенно, через опыт вхождения в нее» [4, с. 217].

Младшие школьники могут испытывать различные страхи, такие как страх быть отделенными от родителей или близких людей, темноты, животных, выступлений перед людьми, болезней, неизвестного и быть избитыми на перемене.

Все эти страхи являются нормальными для младших школьников. Они помогают детям адаптироваться к окружающей среде и научиться решать проблемы. Родители и педагоги должны помочь детям преодолевать свои страхи, давая им поддержку и ориентируя на рациональное мышление и действия.

Таким образом, подводя итог данному параграфу, можно сделать вывод о том, что в младшем школьном возрасте дети сталкиваются с множеством страхов, которые могут быть вызваны разными факторами. Учителя, сверстники, темнота и незнакомые люди - все эти элементы могут привести к тревоге и дискомфорту у детей. Поэтому важно поддерживать малышей, объяснять, что большинство страхов являются нормальными и временными, и помогать им преодолевать эти страхи.

1.3 Возможности сказкотерапии в коррекции страхов у детей младшего школьного возраста

Современное общество предоставляет не только множество возможностей для развития, но и неизбежно ставит перед детьми некоторые вызовы и трудности. В особенности, младшие школьники, только начавшие свой путь в образовании, могут столкнуться со своими страхами и тревогами. В таких ситуациях сказкотерапия становится весьма эффективным и нежным методом коррекции страхов у детей младшего школьного возраста.

На сегодняшний день сказкотерапия является одним из основных средств психотерапевтического воздействия, применяемого с целью коррекции различных психических процессов и поведенческих реакций ребенка. «В современной ситуации развития общей психокоррекции

сказкотерапия позволяет исследовать первопричины поведенческих реакций ребёнка и служит ресурсной практикой в психотерапии. Данный метод психо-коррекционной работы можно использовать, начиная с раннего детства. Возможности сказкотерапии заключаются в том, что она позволяет выявить внутренние и внешние состояния ребенка.

В настоящее время психологи и терапевты проводят исследования, позволяющие изучить и описать воздействие сказок на подсознание и сознание детей. Главная особенность сказки состоит в том, что сказка — это выдуманная волшебная история со счастливым завершением. Она позволяет передавать опыт, умения, навыки, помогает ребёнку понять, где добро, а где зло. Большое количество сказок пронизано аллегориями, а также жизненным поведением» [8, с. 84].

«Главное достоинство сказкотерапии как метода заключается еще и в том, что ядром любой сказки является метафора. Именно она является средством психологического воздействия. Точность и глубина метафоры определяет эффективность коррекционных методов в работе с детьми. Данный метод психокоррекции основывается на том, что выдуманная история несёт в себе скрытый смысл решения сложных проблем. Чтение сказок помогает ребёнку преодолеть жизненные трудности, найти выход из сложных ситуаций» [1, с. 49].

«Сама ценность и эффективность сказкотерапии очевидна: во-первых, в сказочных ситуациях отсутствует дидактика, то есть как поступить в какой-либо жизненной ситуации сказка лишь намекает, также ребенок усваивает причинно-следственные связи, потому как сюжет сказки логично построен. Во-вторых, в сказках отсутствуют чёткие персонификации, и это позволяет ребёнку идентифицировать себя с главным героем. Наблюдая за судьбой персонажа, ребёнок видит последствия того или иного выбора. В-третьих, образность языка позволяет сказке иметь множество граней, и благодаря этому, ребёнку в разные периоды жизни, может помочь одна и та же сказка. В-четвёртых, как правило, счастливый конец сказки даёт ребёнку чувство

психологической защищенности. Ребенок под руководством взрослого делает вывод о том, что все трудности делают людей мудрее и сильнее. Постепенно ребенок начинает понимать и осознавать то, что вознаграждается тот герой, который проявил свои лучшие качества и прошёл через все испытания, а персонаж, который совершал плохие поступки, осуждается окружающими. И именно здесь заложен смысл закона жизни: «... как ты относишься к людям, так и они будут относиться к тебе». В-пятых, в сказках всегда есть наличие тайны и волшебства, ведь в сказке любой предмет оживает, и ребёнок может идентифицировать себя с одушевлённым персонажем. Эта особенность играет большую роль для развития психики ребёнка, так как развивается способность децентрироваться, ставить себя на место другого» [2, с. 76].

Сказкотерапия – это один из эффективных способов устранения страха у детей младшего школьного возраста. Она базируется на использовании различных сказок и рассказов, которые помогают ребенку понять свои эмоции и научиться справляться со страхом [19].

Сказкотерапия – это форма психологической помощи детям, основанная на использовании сказок, историй и мифов [23]. Ее целью является помочь детям понять свои страхи, преодолеть их и достичь психологического равновесия. В процессе сказкотерапии психолог работает со сказкой в качестве инструмента, помогая ребенку идентифицировать свои эмоции, разобраться в них и осознать причины своих страхов.

Основной принцип сказкотерапии – активное участие ребенка. Консультант-терапевт выбирает сказку, которая наилучшим образом соответствует сложившейся у ребенка ситуации, и вместе с ним начинает ее анализировать. Обсуждаются главные персонажи, сюжетная линия, смысловые цепочки.

После этого ребенка приглашают участвовать в импровизированной игре, где он сам становится героем сказки. Это позволяет ему вжиться в

образ персонажа, прочувствовать его реакции и поступки, а также преодолеть свой страх [18].

Одной из важнейших возможностей сказкотерапии в коррекции страхов у детей младшего школьного возраста является создание безопасной среды для выражения эмоций. В сказке ребенок может найти воплощение своих страхов и пережитых событий, не боясь оценки или осуждения. Это помогает ему осмыслить свои эмоции, а также разработать стратегии для их преодоления.

Сказкотерапия также способствует развитию воображения и креативности у детей. Путем восприятия и ассоциации с героями сказок, дети могут легче отождествиться с идеальными образами, искать решения проблем и преодолевать страхи.

Кроме того, сказкотерапия учит детей видеть альтернативные варианты поведения и помогает им осознать, что за каждой ситуацией скрывается возможность роста и позитивных изменений [22].

Еще одной важной составляющей сказкотерапии является эмоциональная разгрузка и направление энергии. Сказочные истории и переживания помогают детям выразить свои эмоции и переживания, избавиться от негативных чувств и зарядиться позитивной энергией. Вместе с тем, рассказывая и слушая сказки, дети учатся эмпатии и адекватному реагированию на эмоции других людей.

И, наконец, еще одной значимой возможностью сказкотерапии в коррекции страхов у детей младшего школьного возраста является развитие коммуникативных навыков. Ребенок путём обсуждения сказок с психологом улучшает свою способность к выражению своих мыслей, а также развивает навыки слушания и эмоционального понимания других людей [22].

Итак, сказкотерапия – это метод психотерапии, основанный на использовании сказки как инструмента для помощи клиенту в решении его проблем.

Она может быть эффективным средством коррекции страхов у детей младшего школьного возраста. Вот некоторые из возможностей, которые предоставляет сказкотерапия для работы со страхами детей:

- создание безопасной среды: Существует множество страшных элементов в мире, с которыми дети могут встретиться каждый день. Сказкотерапия помогает в создании безопасной среды, в которой дети могут исследовать и выразить свои страхи без опасности;
- идентификация и осознание страхов: Часто дети могут иметь страхи, но не понимать, от чего они возникают или как с ними справиться. С помощью сказок, дети могут лучше понять свои страхи, распознавая их через персонажей и сюжеты сказки;
- поиск решений и стратегий. В сказках персонажи часто сталкиваются со страхами и преодолевают их. Сказкотерапия помогает детям искать и находить решения и стратегии для преодоления своих страхов, исследовать варианты поведения и реакции;
- укрепление позитивной самооценки: Сказкотерапия может помочь детям понять, что они способны на преодоление страхов и на рост. Рассказывая истории и обращаясь к сильным героям сказок, дети могут развивать положительную самооценку и уверенность в себе;
- выражение эмоций: Дети младшего школьного возраста часто трудно находят слова для описания и выражения своих эмоций и страхов. Рассказывая или играя роли в сказочных историях, дети могут более свободно выражать свои эмоции и ощущения;
- поддержка формирования социальных навыков: Сказкотерапия может использоваться для развития социальных навыков, таких как коммуникация, сотрудничество и эмоциональное взаимодействие. В процессе сказкотерапии дети могут учиться эффективно общаться с другими, выражать свои потребности и находить компромиссы [14].

В целом, сказкотерапия может быть эффективным инструментом для коррекции страхов у детей младшего школьного возраста.

Она помогает детям лучше понять и выразить свои страхи, развивает их самооценку, находит стратегии преодоления страхов и поддерживает развитие социальных навыков [30].

Таким образом, подводя итог данному параграфу, можно сделать вывод о том, что сказкотерапия открывает перед детьми младшего школьного возраста целый мир возможностей для понимания и преодоления своих страхов. Здесь они находят безопасность, поддержку и помощь в развитии своих личностных качеств.

Сказки становятся мостом между ребенком и психологом, позволяя разрешить тревоги и страхи, идти дальше и строить самые смелые мечты. Сказкотерапия позволяет детям справиться со страхом и негативными эмоциями, а также научиться более глубоко понимать себя и свои чувства. Применение этого метода в работе с младшими школьниками дает отличные результаты и может быть рекомендовано как дополнительный инструмент для коррекции страховых состояний.

Сказкотерапия является одним из эффективных и доступных способов коррекции страхов у детей младшего школьного возраста.

В процессе сказкотерапии дети погружаются в мир фантазии, который помогает им более осознанно и эффективно воспринимать и осознавать свои страхи, находить решения конфликтных ситуаций и развивать свои когнитивные и эмоциональные навыки.

Кроме того, в процессе сказкотерапии дети также учатся развивать свою креативность, воображение и способности к самостоятельному рассуждению и аргументации.

В итоге, сказкотерапия оказывает комплексное положительное влияние на психическое и психологическое развитие детей, помогая им стать более уверенными, счастливыми и успешными людьми.

2 Опытнo-экспериментальная работа по коррекции страхов у детей младшего школьного возраста средствами сказкотерапии

2.1 Диагностика исходного уровня страха у детей младшего школьного возраста

С целью коррекции страхов у детей младшего школьного возраста средствами сказкотерапии, нами была проведена опытнo-экспериментальная работа.

Опытнo-экспериментальная работа была проведена на базе МБУ «Школа №82» г.о. Тольятти. В исследовании принимали участие 40 детей 8-9 лет, из них: 20 школьников вошли в экспериментальную группу и 20 школьников вошли в контрольную группу.

Проанализируем социальные и психолого-педагогические особенности младших школьников, участвующих в выборке исследования.

В детском коллективе учеников 2-ых классов царит дружелюбная и позитивная психологическая атмосфера. Дети относятся друг к другу с уважением и поддерживают партнерские взаимоотношения. В процессе учебной деятельности они активно сотрудничают, выполняют задания совместно, обмениваются идеями и знаниями.

Конфликты между детьми возникают редко, и когда они возникают, они быстро и эффективно разрешаются. В основном, дети сами находят решение и не нуждаются в помощи взрослых. Часто они используют навыки коммуникации, которые они приобрели в процессе социального взаимодействия в классе.

Каждый ребенок в этом классе имеет развитые навыки и интересы в различных областях. Многие из них дополнительно занимаются в кружках и секциях, предлагаемых в школьном образовательном учреждении. Это

позволяет им изучать различные предметы и развивать свои способности в интересующих их областях.

В целом, этот класс представляет собой гармоничное сообщество учеников, где каждый ребенок имеет возможность проявить и развить свои уникальные таланты и интересы. Психологическая атмосфера, основанная на доброжелательности, поддержке и сотрудничестве, способствует успешному обучению и общему благополучию всех детей в коллективе.

Опытно-экспериментальная работа включала в себя три этапа: констатирующий, формирующий и контрольный.

На констатирующем этапе нами был проведён анализ теоретического материала по теме исследования, осуществлялось формирование выборки исследования, подбор диагностических методик в соответствии с целью деятельности, проведение первичной диагностики уровня развития страхов у детей младшего школьного возраста.

На формирующем этапе нами был разработан и реализован комплекс занятий, направленный на коррекцию страхов у детей младшего школьного возраста.

На контрольном этапе нами была проведена повторная диагностика уровня развития страхов у детей младшего школьного возраста. Повторная диагностика была проведена с целью выявления эффективности проведённого на формирующем этапе комплекса коррекционных занятий.

Для исследования уровня развития страхов у детей младшего школьного возраста были использованы теоретические и эмпирические методы исследования.

К теоретическим методам исследования относятся: анализ, синтез и обобщение научной и учебной литературы по рассматриваемой теме исследования.

Рассмотрим каждый из данных методов подробнее.

- анализ является логическим приемом, методом исследования,

- который предполагает мысленное разъединение предмета на составные части для изучения в качестве элемента единого целого;
- синтез - объединение отдельных компонентов педагогической реальности или самостоятельного педагогического процесса в единое целое и изучение их интегральных параметров развития и функционирования;
 - обобщение представляет собой мысленное выделение конкретных признаков, которыми характеризуется некоторый класс предметов, переход от единичного к общему, от менее общего к более общему.

Эмпирические методы исследования уровня развития страхов у младших школьников охватывают такие виды исследовательской деятельности, как тестирование, анкетирование, наблюдение и педагогический эксперимент. Каждый из этих методов предоставляет уникальную возможность для изучения и анализа страхов обучающихся. Рассмотрим каждый из них подробнее.

Тестирование – это один из наиболее широко распространенных методов исследования страхов у младших школьников. Путем проведения специальных тестов и опросников выявить уровень страха у младших школьников. Тестирование позволяет получить количественные данные, которые затем могут быть подвергнуты статистическому анализу.

Анкетирование – это метод, основанный на заполнении опросных листов индивидами.

Наблюдение – это метод, при котором исследователь непосредственно наблюдает за поведением и деятельностью индивида. Наблюдение позволяет выявить конкретные проявления страха в реальных ситуациях.

Психологический эксперимент – это метод исследования, основанный на проведении специальных педагогических мероприятий с целью исследования страхов у младших школьников.

Для диагностики уровня развития страхов у детей младшего школьного

возраста нами были использованы следующие методики:

- модифицированная методика «Страхи» А.И. Захарова;
- методика «Страхи в домиках» М.А. Панфиловой;
- опросник выявления уровня страха у детей Г.П. Лаврентьевой.

Данные методики позволили нам выявить уровень развития страха у детей младшего школьного возраста. Рассмотрим их более подробно.

1. Модифицированная методика «Страхи» А.И. Захарова является инструментом, которым можно выявить уровень страха у детей в возрасте 8-9 лет.

Перед проведением методики нужно подготовить специальные карточки для детей. На каждой карточке должно быть нарисовано изображение объекта, вызывающего страх, например, паук, собака, темная комната и т.д. Количество карточек должно быть достаточным для охвата различных видов страхов. Детям предлагают карточки с изображениями и просят выбрать такие, которые вызывают у них страх. Ребенку предлагается рассказать о своих страхах, объяснить, почему они испытывают страх перед данными объектами. По результатам методики проводится анализ и оценка уровня страха у каждого ребенка. Страхи категоризируются по степени и интенсивности, определяется, есть ли у ребенка фобии или повышенная тревожность. После проведения анализа, полученные результаты обсуждаются с родителями или опекунами ребенка. Дается рекомендация по дальнейшим действиям - например, может быть рекомендовано посещение психолога или проведение специальных тренингов по преодолению страхов. Важно учесть, что данная методика должна быть проведена квалифицированным специалистом, так как требуется грамотное ведение беседы с ребенком и интерпретация его ответов.

Критерии оценки:

- 3 балла – высокий уровень страха указывает на неуверенность в себе и нерешительность. Младшие школьники с высоким уровнем страха

- могут испытывать низкую самооценку и недоверие к окружающим, что часто приводит к проявлению агрессии и подозрительности;
- 2 балла – средний уровень страха – характеризуется общительностью и адекватной самооценкой. Младшие школьники с таким уровнем страха обычно достаточно уверены в себе и способны справляться с повседневными ситуациями без чрезмерного беспокойства;
 - 1 балл – низкий уровень страха – подразумевает достаточную уверенность в себе и общительность, а также преобладание повышенного настроения. Младшие школьники с низким уровнем страха склонны быть более открытыми и позитивно настроенными к окружающему миру.

2. Методика «Страхи в домиках» М.А. Панфиловой. Данная методика основана на игровом подходе и предполагает создание специальных «домиков» с изображениями различных страшных предметов или ситуаций. Необходимо изготовить небольшие деревянные конструкции, наподобие миниатюрных домиков, которые будут использоваться в игре. На каждом домике необходимо нарисовать или прикрепить изображение конкретного страшного предмета или ситуации, например, паука, монстра или мрачной ночи. Ребенку предлагается выбрать домик, который вызывает у него страх или неопределенность. Затем ребенку задают вопросы, связанные с выбранным страшным предметом или ситуацией, например, «Что тебя пугает в этом домике?» или «Что может произойти, если ты окажешься в такой ситуации?». Дети отвечают на вопросы, выражают свои эмоции и рассказывают о своих страхах. По ответам ребенка можно сделать выводы о его уровне страха и важности конкретного страшного предмета или ситуации. Можно также оценить, насколько сильно и ярко ребенок переживает свои страхи.

Методика «Страхи в домиках» позволяет детям выразить свои страхи, разобраться в них и найти пути преодоления. Она также может

использоваться психологами и специалистами в работе с детьми для дальнейшего планирования индивидуальных программ поддержки и помощи.

«Критерии оценки.

1-3 балла – низкий уровень страха. Характеризуется несущественным проявлением страха или полным его отсутствием у детей. В некоторых ситуациях они могут испытывать легкую тревогу или неприятные ощущения, но это не препятствует полноценной жизни. Дети способны самостоятельно справиться со своим страхом или обращаться за помощью к близким людям. Младшие школьники сравнительно легко восстанавливаются после столкновения со страхом;

4-6 баллов – средний уровень страха. У младших школьников имеются от 6 до 10 различных страхов у детей. В таких случаях они могут испытывать страх в определенных ситуациях, но могут контролировать его самостоятельно. Младшим школьникам свойственны частые переживания неприятных ощущений и тревоги, которые влияют на их способность полноценно жить. Они нуждаются в помощи других людей, чтобы справиться со своими страхами. Детям младшего школьного возраста, как правило, требуется время для восстановления после ситуаций, вызывающих страх;

7-10 баллов – высокий уровень страха. Количество страхов у данных детей более 10. В таких случаях они испытывают интенсивный страх в большинстве ситуаций и всегда переживают неприятные и критические ощущения. Это серьезно препятствует их способности жить полноценной жизнью. Школьникам требуется значительное количество времени для восстановления после столкновения со страхом» [11, с. 80].

3. Опросник выявления уровня тревожности у детей, предложенный Г.П. Лаврентьевой. Опросник выявления уровня тревожности у детей, предложенный Г.П. Лаврентьевой, является методикой, разработанной для определения уровня страха у детей в возрасте 8-9 лет. Она направлена на

выявление тревожности у детей и оценку интенсивности и характера их страхов. Методика включает в себя серию вопросов и заданий, которые позволяют получить информацию о причинах и характере страхов детей. Вопросы могут быть связаны со страхами во время сна, в школе, дома или вне дома, а также могут касаться конкретных ситуаций или объектов, вызывающих страх.

Детям предлагается оценить свой уровень страха по шкале, где они должны указать степень страха от «не боюсь» до «очень боюсь». Кроме того, могут быть заданы вопросы, требующие описания ситуаций, в которых ребенок чувствует страх, а также задания, направленные на выявление способов для того, чтобы справиться с ним. Оценивая ответы и реакции ребенка, полученные в ходе опросника, можно определить уровень тревожности и индивидуальные особенности страхового опыта. Анализ результатов позволяет выявить основные причины страха у ребенка и его психологические потребности в отношении справления со страхами.

Методика Г.П. Лаврентьевой позволяет получить информацию о страхах и тревоге у детей 8-9 лет, что поможет родителям, педагогам и психологам обратить внимание на проблемы и разработать эффективные стратегии поддержки и помощи для детей, переживающих тревогу.

Критерии оценки:

- 1-6 баллов – низкий уровень;
- 7-14 баллов – средний уровень;
- 15-20 баллов – высокий уровень.

Результаты, которые были получены на констатирующем этапе опытно-экспериментальной работы были обработаны и представлены ниже.

Итак, первой методикой, которую провели на констатирующем этапе с детьми 8-9 лет, была модифицированная методика «Страхи» А.И. Захарова. Результаты, полученные в ходе проведения данной методики представлены в таблицах Б.1 и Б.2 (приложение Б), а также в виде гистограммы на рисунке

ниже (рисунок 1).



Рисунок 1 – Уровень страха у детей 8-9 лет по результатам проведения методики «Страхи» А.И. Захарова на констатирующем этапе

Как видно из рисунка 1, низкий уровень страха был выявлен у 3 (15%) детей младшего школьного возраста из экспериментальной группы и у 3 (15%) детей из контрольной группы. Данные школьники склонны быть более открытыми и позитивно настроенными к окружающему миру. Средний уровень страха был выявлен у 9 (45%) младших школьников из экспериментальной группы и у 8 (40%) младших школьников из контрольной группы. Младшие школьники с таким уровнем страха обычно достаточно уверены в себе и способны справляться с повседневными ситуациями без чрезмерного беспокойства. Высокий уровень страха по результатам проведения на констатирующем этапе экспериментальной работы диагностической методики «Страхи» А.И. Захарова был выявлен у 8 (40%) младших школьников из экспериментальной группы и у 9 (45%) младших школьников из контрольной группы. Данные школьники испытывают низкую самооценку и недоверие к окружающим, что часто приводит к проявлению агрессии и подозрительности.

Следующей методикой, которая была проведена на констатирующем этапе экспериментальной работы, была методика «Страхи в домиках» М.А. Панфиловой. Результаты, которые мы получили в ходе проведения

данной методики были обработаны и представлены в виде гистограммы на рисунке 2.

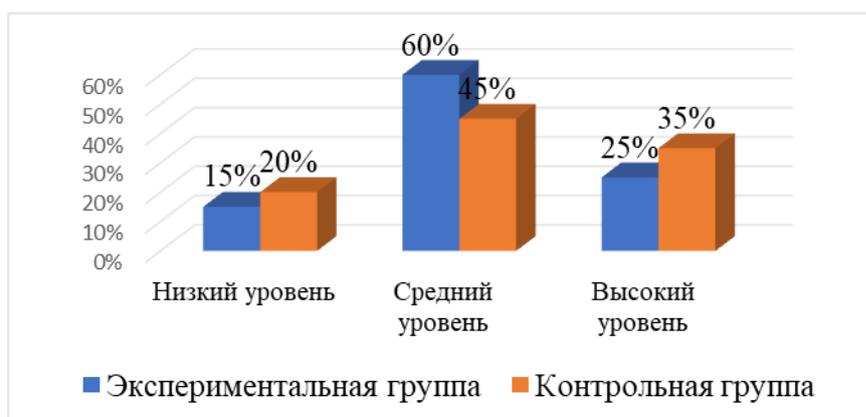


Рисунок 2 –Уровень страхов у младших школьников по методике «Страхи в домиках» М.А. Панфиловой на констатирующем этапе

Как видно из рисунка 2, низкий уровень страха был выявлен у 3 (15%) детей младшего школьного возраста из экспериментальной группы и у 4 (20%) детей из контрольной группы. Данные школьники в некоторых ситуациях могут испытывать легкую тревогу или неприятные ощущения, но это не препятствует полноценной жизни. Дети способны самостоятельно справиться со своим страхом или обращаться за помощью к близким людям. Младшие школьники сравнительно легко восстанавливаются после столкновения со страхом.

Средний уровень страха был выявлен у 12 (60%) младших школьников из экспериментальной группы и у 9 (45%) младших школьников из контрольной группы. У данных школьников имеются от 6 до 10 различных страхов у детей. В таких случаях они могут испытывать страх в определенных ситуациях, но могут контролировать его самостоятельно. Младшим школьникам свойственны частые переживания неприятных ощущений и тревоги, которые влияют на их способность полноценно жить. Они нуждаются в помощи других людей, чтобы справиться со своими страхами. Детям младшего школьного возраста, как правило, требуется

время для восстановления после ситуаций, вызывающих страх.

Высокий уровень страха по результатам проведения на констатирующем этапе экспериментальной работы диагностической методики «Страхи в домиках» М.А. Панфиловой был выявлен у 5 (25%) младших школьников из экспериментальной группы и у 7 (35%) младших школьников из контрольной группы. Количество страхов у данных детей более 10. В таких случаях они испытывают интенсивный страх в большинстве ситуаций и всегда переживают неприятные и критические ощущения. Это серьезно препятствует их способности жить полноценной жизнью. Школьникам требуется значительное количество времени для восстановления после столкновения со страхом.

Последней диагностической методикой, которая была проведена с младшими школьниками на констатирующем этапе экспериментальной работы, был опросник выявления уровня тревожности и страхов у детей, предложенный Г.П. Лаврентьевой.

Результаты, полученные в ходе проведения данного опросника представлены на рисунке ниже (рисунок 3).

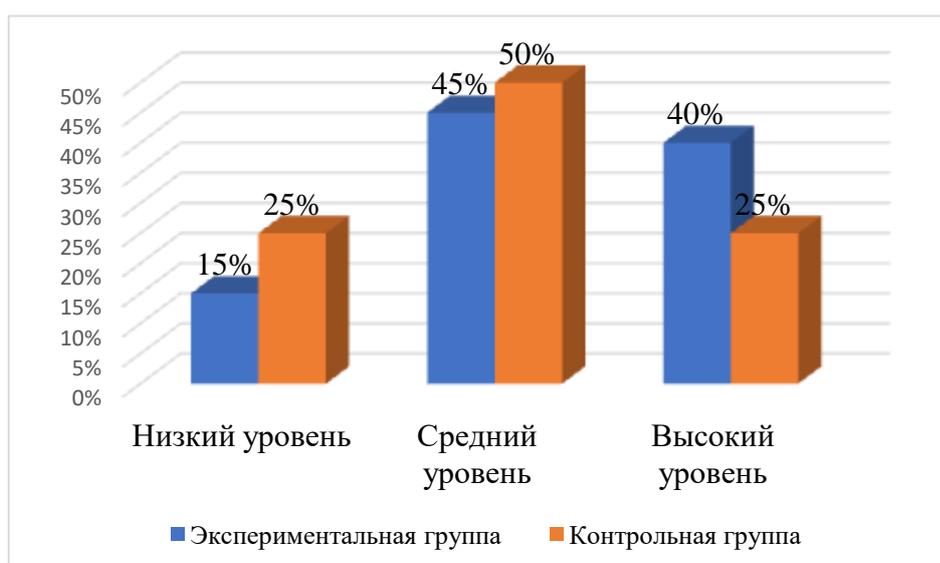


Рисунок 3 – Уровень тревожности и страхов у младших школьников по опроснику Г.П. Лаврентьевой на констатирующем этапе

Как видно из рисунка 3, низкий уровень тревожности и страха был выявлен у 3 (15%) детей младшего школьного возраста из экспериментальной группы и у 5 (25%) детей из контрольной группы. Средний уровень тревожности и страха был выявлен у 9 (45%) младших школьников из экспериментальной группы и у 10 (50%) младших школьников из контрольной группы. Высокий уровень тревожности и страха по результатам проведения на констатирующем этапе экспериментальной работы опросника выявления уровня тревожности и страхов у детей, предложенный Г.П. Лаврентьевой был выявлен у 8 (40%) младших школьников из экспериментальной группы и у 5 (25%) младших школьников из контрольной группы.

Далее нами был проведён подсчёт средних результатов всех трёх методик (рисунок 4).

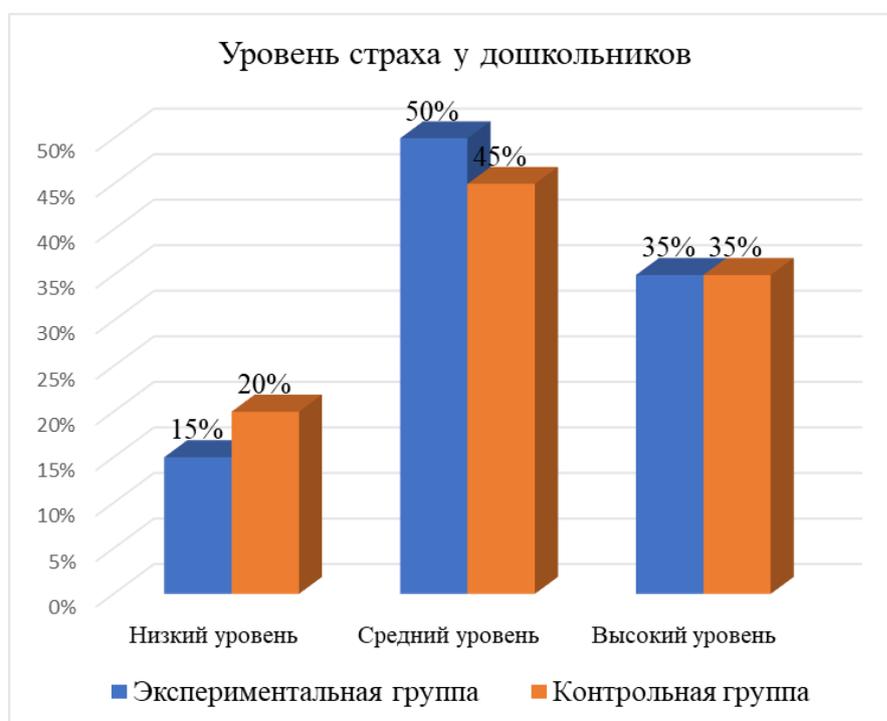


Рисунок 4 – Уровень развития страхов у детей младшего школьного возраста по результатам констатирующего этапа экспериментальной работы

Таким образом, подводя итог констатирующему этапу экспериментальной работы, можно сделать вывод о том, что у детей младшего школьного возраста как ЭГ, так и КГ, преобладает средний уровень развития страхов. В связи с этим, нами был разработан и реализован комплекс занятий (коррекционная программа), направленный на психологическую коррекцию страхов у детей младшего школьного возраста. Для психологической коррекции нами был выбран такой метод, как сказкотерапия. Более подробно формирующий этап экспериментальной работы рассмотрим в следующем параграфе.

2.2 Разработка и апробация психологической работы по коррекции страхов у детей младшего школьного возраста средствами сказкотерапии

Психологическая работа по коррекции страхов у детей младшего школьного возраста средствами сказкотерапии является комплексным и эффективным подходом к разрешению психологических проблем, связанных со страхами и фобиями у детей. Сказкотерапия, основанная на использовании сказок и их символического значения, позволяет детям на бессознательном уровне осознавать и преодолевать свои страхи.

Цель психологической работы: помочь младшим школьникам справляться со своими страхами на основе сказкотерапии.

Задачи:

1. Разучить младшим школьникам техники расслабления и тренировать их в применении этих техник в ситуациях, когда испытывается страх.
2. Учить младших школьников использовать сказки для коррекции ситуационных и эмоциональных проблем.
3. Развивать у младших школьников способность к эмоциональной саморегуляции и пониманию своих эмоций.

4. Помочь младшим школьникам понять, что страх – это нормальное чувство и научить их справляться с ним.

5. Создать доверительную и поддерживающую атмосферу на занятиях, где каждый ребенок может чувствовать себя комфортно и безопасно.

План занятий:

1. Введение: объяснение цели и задач занятий.

2. Знакомство: поговорить с детьми, есть ли у кого-то страхи и назвать свои собственные страхи.

3. Расслабление: провести дыхательную гимнастику и визуализацию для достижения расслабления.

4. Сказка: рассказать детям сказку, которая отражает проблему, с которой они сталкиваются, и сделать анализ этой сказки.

5. Дискуссия: обсудить, какие уроки из сказки можно применить в повседневной жизни.

6. Упражнения: провести упражнения, направленные на тренировку эмоциональной саморегуляции, такие как управление дыханием и медитация.

7. Развлечения: провести релаксационные игры и упражнения.

8. Заключение: обсудить, какие инструменты и техники помогают детям справляться со своими страхами и как они могут использовать их в будущем.

9. Домашнее задание: попросить детей дать себе обещание быть смелыми во время недели и дать друг другу поддержку в этом.

Важной составляющей сказкотерапии является послесказочное обсуждение. После прослушивания или чтения сказки с младшими школьниками была проведена беседа по прочитанному. Это делалось для того, чтобы они осознали и сумели интерпретировать сказочные сюжеты и символы в контексте своих собственных страхов. Это позволило младшим

школьникам проникнуться сказкой и обрести новые осознанные ресурсы для преодоления собственных проблем.

Психологическая работа по коррекции страха у детей младшего школьного возраста проводилась в групповой форме. Они были интерактивными и привлекательными для детей, чтобы они были готовы принять участие и научиться новым вещам. Всего было проведено 5 занятий. На каждое занятие было выделено 2 часа. Психологическая работа была проведена только с детьми из экспериментальной группы. Те школьники, которые вошли в состав контрольной группы, дополнительных занятий не посещали.

Тематическое планирование по коррекции страхов у младших школьников средствами сказкотерапии представлен в таблице В.1 (Приложение В).

Ниже приведём описание того, как проводилось каждое из занятий психологической работы по коррекции тревожности у детей младшего школьного возраста из экспериментальной группы.

Итак, первое занятие, которое было проведено в рамках психологической работы в экспериментальной группе, было посвящено теме «Сказка - наш друг». Занятие началось с приветствия и сообщения темы. Для того, чтобы настроить детей на контакт, была проведена игра «Знакомство», в ходе которого ребята называли своё имя и кратко рассказывали о себе и своих увлечениях. После этого была прочитана сказка «Бом и Минь», в которой речь идёт о двух братьев-путешественников в мир фантазии. Они любили фантазировать и воображать. После того, как сказка была прочитана, с детьми обсудили ключевые моменты сказки. Это было сделано для того, чтобы убедиться, что младшие школьники сумели уловить суть и смысл сказки. Школьники высказывали своё мнение о героях сказки, о их фантазиях и путешествиях. Кто-то из ребят предпочитал отмалчиваться, другие

наоборот были активными и высказывали своё мнение, с удовольствием участвовали в обсуждении.

После этого младшим школьникам из экспериментальной группы было предложено придумать историю в продолжении прочитанной сказки. Каждый из ребят выбирал для себя роль, которая ему больше всех понравилась и придумывал историю-продолжение. Кто-то из ребят предложил отправить наших героев в путешествие на Древо Счастья, а другие ребята предложила помочь им справиться с Кошмаром и превратить его в доброго и забавного существа.

Завершилось занятие подведением итогов. Дети получили возможность раскрыть свой внутренний мир, познакомиться с собой и научиться справляться с тревожностью. Они узнали, что сказки - это не только источник удовольствия, но и мощный инструмент для развития личности и решения психологических проблем.

На втором занятии мы использовали сказкотерапию для профилактики немотивированных страхов. Чтение сказки "Сказка Как лошадка Лу стала храброй" помогло детям понять, как справляться со страхами. Мы также обсудили пословицы о храбрости и их значения. В итоге дети чувствуют себя увереннее и готовы преодолевать свои страхи.

На третьем занятии мы использовали сказку «Мышонок и темнота» для формирования уверенности в себе и снижения страха. Дети рассказывали о своих страхах и делились стратегиями их преодоления. Занятие было успешным и помогло детям развить уверенность в себе. Эффективность сказкотерапии подтверждена активностью и интересом детей из экспериментальной группы.

Четвёртое занятие, проведённое с младшими школьниками, было на тему «Небоюська». Началось занятие с приветствия. Далее было чтение сказки «Полезная Боюська». В этой сказке главная героиня, девочка Небоюська, преодолевает свои страхи, осознавая, что многие из них

вытекают из ее воображения или несущественных причин. После прочтения сказки, в групповой форме был проведён анализ прочитанного. Каждый из учеников высказал своё мнение относительно девочки Небоюськи. После анализа сказки «Полезная Боюська» с младшими школьниками из экспериментальной группы была проведена беседа на тему повышенной тревожности, с которой сталкиваются многие младшие школьники, а также их боязни темноты. Во время беседы особое внимание было уделено важности понимания собственных эмоций. Также обсудили, что страхи являются естественной частью нашей жизни, но не должны контролировать нашу повседневность и предвзятый взгляд на себя и мир вокруг нас. По окончании занятия мы проведем небольшой обзор пройденного материала и его влияния на формирование уверенности в себе и навыков для снижения страха и напряжения. Младшие школьники из экспериментальной группы проявляли большую заинтересованность и активное участие во время занятия. Они были открыты к обсуждению темы тревожности и страха, задавали много вопросов и делились своими опытами. Мы провели ряд игр и упражнений, которые помогли ученикам проявить свои личные силы и таланты, а также добиться успеха в маленьких достижениях. В результате экспериментальная группа продемонстрировала больше самоуверенности, уверенности в своих силах и готовности преодолевать свои страхи. Таким образом, занятие по формированию уверенности в себе и навыков для снижения страха и напряжения, проведенное с использованием сказкотерапии на тему «Небоюська», было полезным и эффективным. Мы смогли провести анализ сказки, обсудить важные аспекты тревожности и страха, а также найти практические пути и советы для преодоления этих эмоций. Младшие школьники из экспериментальной группы проявили большой интерес и активность, что является показателем положительного влияния данного занятия на их эмоциональное благополучие и самооценку.

Заключительное занятие по коррекции страха в младшей школе с использованием сказкотерапии было проведено на тему «Храбрецы». Начали мы с упражнения «Кто это?», где ученики угадывали персонажей, связанных с храбростью. Затем мы прочитали сказку «Девочка Надя и Баба», где героиня смело преодолела свои страхи. После чтения, мы обсудили сюжет и проявление храбрости в сказке. Далее, ученики представляли ситуации, в которых они хотели бы проявить храбрость, и обдумывали, как это сделать. На заключительном этапе, ученики поделились своими впечатлениями и мыслями о том, чему они научились. Занятие было успешным и полезным для всех участников, они получили новые знания и навыки, чтобы быть храбрыми и смелыми.

Таким образом, психологическая работа по коррекции страхов у детей младшего школьного возраста средствами сказкотерапии позволила детям освободиться от негативных эмоций, преодолеть свои страхи и развить позитивные механизмы адаптации. Этот метод является эффективным инструментом для развития психического и эмоционального благополучия детей, помогая им строить здоровые и уверенные отношения с собой и окружающими.

2.3 Анализ эффективности психологической работы по коррекции страхов у детей младшего школьного возраста

После того, как в экспериментальной группе была проведена психологическая работа по коррекции страхов средствами сказкотерапии, была проведена повторная диагностика уровня страха у младших школьников.

Цель проведения контрольного среза заключалась в том, чтобы определить, насколько эффективной была проведённая психологическая

работа и как изменился уровень страха у младших школьников после её проведения.

Повторная диагностика была проведена как с детьми из экспериментальной группы, так и с детьми из контрольной группы. Для повторной диагностики были использованы те же диагностические методики, что и на констатирующем этапе экспериментальной работы.

Итак, первой методикой, которую провели на контрольном этапе с детьми 8-9 лет, была модифицированная методика «Страхи» А.И. Захарова. Результаты, полученные в ходе проведения данной методики представлены в таблицах Г.1 и Г.2 (приложение Г), а также в виде гистограммы на рисунке ниже (рисунок 5).

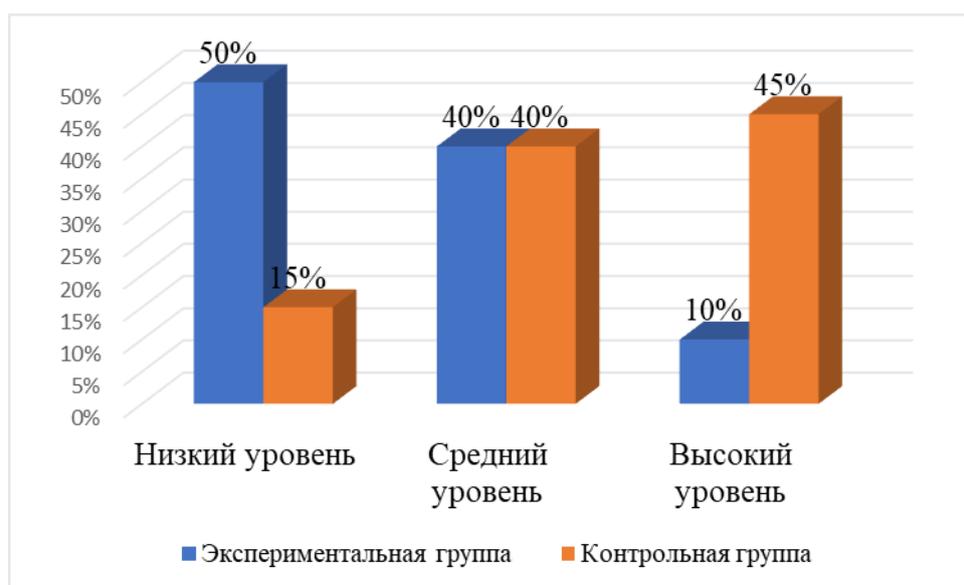


Рисунок 5 – Уровень страха у детей 8-9 лет по результатам проведения методики «Страхи» А.И. Захарова на контрольном этапе

Как видно из рисунка 5, низкий уровень страха был выявлен у 10 (50%) детей младшего школьного возраста из экспериментальной группы и у 3 (15%) детей из контрольной группы. Данные школьники склонны быть более открытыми и позитивно настроенными к окружающему миру. Средний уровень страха был выявлен у 8 (40%) младших школьников из

экспериментальной группы и у 8 (40%) младших школьников из контрольной группы. Младшие школьники с таким уровнем страха обычно достаточно уверены в себе и способны справляться с повседневными ситуациями без чрезмерного беспокойства. Высокий уровень страха по результатам проведения на констатирующем этапе экспериментальной работы диагностической методики «Страхи» А.И. Захарова был выявлен у 2 (10%) младших школьников из экспериментальной группы и у 9 (45%) младших школьников из контрольной группы. Данные школьники испытывают низкую самооценку и недоверие к окружающим, что часто приводит к проявлению агрессии и подозрительности.

Следующей методикой, которая была проведена на контрольном этапе экспериментальной работы, была методика «Страхи в домиках» М.А. Панфиловой. Результаты, которые мы получили в ходе проведения данной методики были обработаны и представлены в виде гистограммы на рисунке 6.

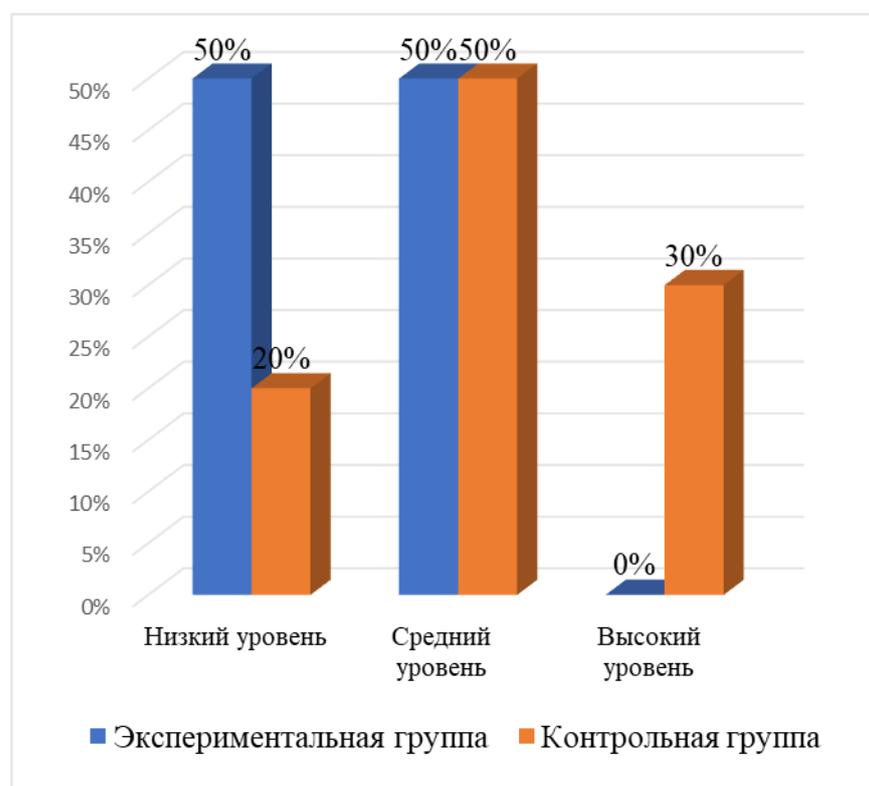


Рисунок 6 –Уровень страхов у младших школьников по методике «Страхи в домиках» М.А. Панфиловой на контрольном этапе

Как видно из рисунка 6, низкий уровень страха был выявлен у 10 (50%) детей младшего школьного возраста из экспериментальной группы и у 4 (20%) детей из контрольной группы. Данные школьники в некоторых ситуациях могут испытывать легкую тревогу или неприятные ощущения, но это не препятствует полноценной жизни. Дети способны самостоятельно справляться со своим страхом или обращаться за помощью к близким людям. Младшие школьники сравнительно легко восстанавливаются после столкновения со страхом.

Средний уровень страха был выявлен также у 10 (50%) младших школьников из экспериментальной группы и у 10 (50%) младших школьников из контрольной группы. У данных школьников имеются от 6 до 10 различных страхов у детей. В таких случаях они могут испытывать страх в определенных ситуациях, но могут контролировать его самостоятельно. Младшим школьникам свойственны частые переживания неприятных ощущений и тревоги, которые влияют на их способность полноценно жить. Они нуждаются в помощи других людей, чтобы справиться со своими страхами. Детям младшего школьного возраста, как правило, требуется время для восстановления после ситуаций, вызывающих страх.

Высокий уровень страха по результатам проведения на контрольном этапе экспериментальной работы диагностической методики «Страхи в домиках» М.А. Панфиловой в экспериментальной группе не был выявлен ни у одного младшего школьника, а в контрольной группе высокий уровень страха был выявлен у 6 (30%) младших школьников. Количество страхов у данных детей более 10. В таких случаях они испытывают интенсивный страх в большинстве ситуаций и всегда переживают неприятные и критические ощущения. Это серьезно препятствует их способности жить полноценной жизнью. Школьникам требуется значительное количество времени для восстановления после столкновения со страхом.

Последней диагностической методикой, которая была проведена с

младшими школьниками на контрольном этапе экспериментальной работы, был опросник выявления уровня тревожности и страхов у детей, предложенный Г.П. Лаврентьевой. Данная методика позволила выявить уровень тревожности и страхов у детей младшего школьного возраста из экспериментальной и контрольной групп.

Результаты, полученные в ходе проведения данного опросника представлены на рисунке ниже (рисунок 7).

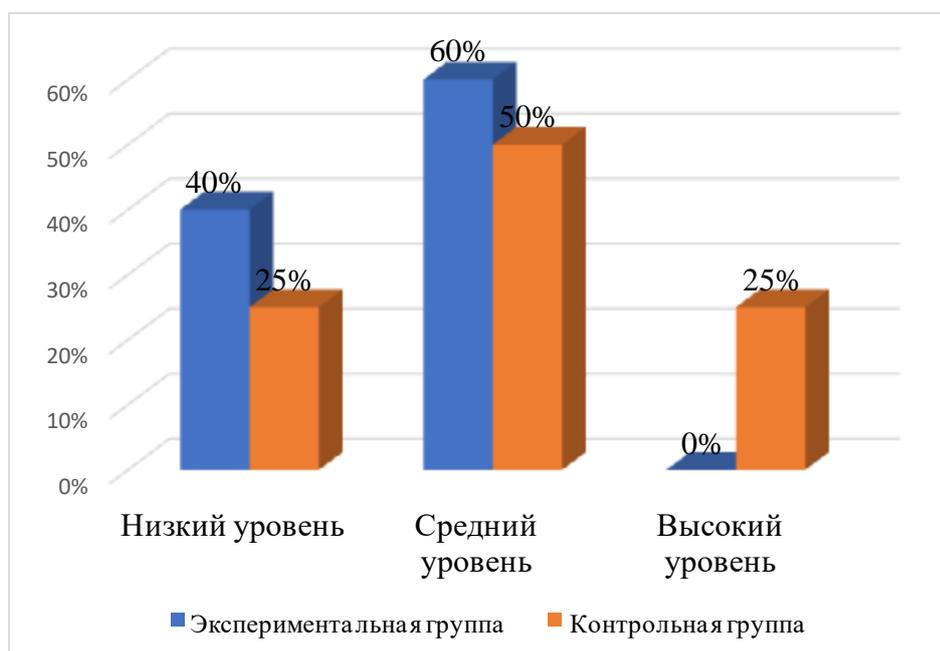


Рисунок 7 – Уровень тревожности и страхов у младших школьников по результатам проведения опросника Г.П. Лаврентьевой на контрольном этапе экспериментальной работы

Как видно из рисунка 7, низкий уровень тревожности и страха был выявлен у 8 (40%) детей младшего школьного возраста из экспериментальной группы и у 5 (25%) детей из контрольной группы. Средний уровень тревожности и страха был выявлен у 12 (60%) младших школьников из экспериментальной группы и у 10 (50%) младших школьников из контрольной группы. Высокий уровень тревожности и страха по результатам проведения на контрольном этапе экспериментальной работы

опросника выявления уровня тревожности и страхов у детей, предложенный Г.П. Лаврентьевой в экспериментальной группе не был выявлен ни у одного младшего школьника, а в контрольной группе был выявлен у 5 (25%) младших школьников из контрольной группы.

Далее нами был проведён подсчёт средних результатов всех трёх методик (рисунок 8).



Рисунок 8 – Уровень развития страхов у детей младшего школьного возраста по результатам контрольного этапа экспериментальной работы

Как видно из рисунка 8, по результатам проведения контрольного среза было выявлено, что в экспериментальной группе преобладает количество детей с низким и средним уровнем страха. В контрольной группе по-прежнему преобладает количество детей с средним и высоким уровнем страха. Следовательно, можно говорить о том, что, проведённая на формирующем этапе психологическая работа по коррекции страха у детей младшего школьного возраста с использованием средств сказкотерапии, является достаточно эффективной и оказала положительное влияние на снижение уровня страха у младших школьников из экспериментальной группы.

Заключение

Сказкотерапия как средство коррекции страхов в младшем школьном возрасте является одним из эффективных методов работы с детьми, которые испытывают трудности с преодолением своих страховых переживаний.

Сказкотерапия – это психотерапевтическое направление, основанное на использовании сказок, рассказов и метафорических историй для разрешения психических проблем. С помощью сказок можно создать виртуальную среду, в которой ребенок может безопасно и контролируемо исследовать и преодолевать свои страхи.

В младшем школьном возрасте дети активно осваивают новые ролевые модели и начинают более осознанно переживать свои эмоции. Они могут испытывать страхи, связанные с разными аспектами их жизни: страх перед учителями, новыми ситуациями, экзаменами, социальными отношениями и др. С помощью сказкотерапии педагоги и психологи могут помочь детям научиться справляться со своими страхами. В процессе сказкотерапии дети могут идентифицироваться с героями сказок, которые проходят через похожие ситуации или испытывают аналогичные эмоции.

Они могут переживать эти ситуации вместе с героями и осознавать различные способы преодоления страха. Специалист может использовать различные техники, такие как драматизация, ролевые игры, живопись или конструирование, чтобы помочь детям выразить свои эмоции и исследовать возможные варианты решения проблем. Сказки также могут иметь символическое значение, позволяющее детям отражать свои внутренние конфликты и неосознанные переживания через героев и сюжет сказки. Это помогает ребенку осознать свои страхи и обучиться справляться с ними.

В практической части данного исследования, с целью определения уровня страхов у детей старшего дошкольного возраста, нами была проведена опытно-экспериментальная работа.

Опытно-экспериментальная работа была проведена на базе МБУ «Школа №82» г.о. Тольятти. В исследовании принимали участие 40 детей 8-9 лет, из них: 20 школьников вошли в экспериментальную группу и 20 школьников вошли в контрольную группу. Для диагностики уровня развития страхов у детей младшего школьного возраста нами были использованы следующие методики: модифицированная методика «Страхи» А.И. Захарова; методика «Страхи в домиках» М.А. Панфиловой; опросник выявления уровня страха у детей Г.П. Лаврентьевой.

Результаты констатирующего этапа показали, что у детей младшего школьного возраста как ЭГ, так и КГ, преобладает средний уровень развития страхов. В связи с этим, нами был разработан и реализован комплекс занятий (коррекционная программа), направленный на психологическую коррекцию страхов у детей младшего школьного возраста.

Результаты проведенного контрольного среза показали, что в экспериментальной группе детей, которым была проведена психологическая работа по коррекции страха с использованием средств сказкотерапии, преобладает количество детей с низким и средним уровнем страха. В то же время, в контрольной группе, где детям психологическая работа без использования сказкотерапии не проводилась, по-прежнему преобладает количество детей со средним и высоким уровнем страха. Таким образом, можно сделать вывод о достаточной эффективности и положительном влиянии проведенной психологической работы на снижение уровня страха у детей младшего школьного возраста в экспериментальной группе. Это означает, что использование сказкотерапии в работе с детьми, направленной на формирование и коррекцию страха, доказало свою эффективность.

Список используемой литературы

1. Абдуллина Л. Б., Гребенникова Н. Л. Этапы и способы коррекции страхов в младшем школьном возрасте // МНКО. 2020. №2 (81). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/etapy-i-sposoby-korreksii-strahov-v-mladshem-shkolnom-vovraste> (дата обращения: 12.06.2023).
2. Авдеева Н. Н. Влияние стиля детско-родительских отношений на возникновение страхов у детей // Психологическая наука и образование 2018. Том. 13, № 4. С. 35–47.
3. Акопян Л. С. Психолого-педагогическое исследование страхов детей младшего школьного возраста: дис. ...канд. психол. наук. Самара, 2012. 201 с.
4. Батюта М. Б. Возрастная психология: учебное пособие. М. : Логос, 2013. 306 с.
5. Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте : психологическое исследование / Л. И. Божович. Санкт-Петербург : Питер, 2008. 398 с.
6. Болотова А. К. Психология развития и возрастная психология: учебное пособие. М.: ИД ГУ ВШЭ, 2012. 526 с.
7. Вачков И. В. Сказкотерапия: Развитие самосознания через психологическую сказку. М. : Ось-89, 2019. 144 с.
8. Венгер А. Л. Симптоматические рекомендации в психологическом консультировании детей и подростков // Журнал практической психологии и психоанализа. 2004. № 3. С. 6–8.
9. Волков Б. С. Психология младшего школьника : учебное пособие / Б. С. Волков. Москва : Академический проект, 2020. 208 с.
10. Вологодина Н. Г. Детские страхи днём и ночью. М. : «Феникс», 2019. 106 с.

11. Гараева С. В. Сказкотерапия как средство коррекции тревожности младших школьников // Сборник материалов III Международной научно-практической конференции. Редколлегия: Широков О. Н. и др. 2017. С. 181–183.
12. Голутвина В. В. Детские страхи. Москва: Гелеос, 2017. 67 с.
13. Голутвина В. В. Как победить детские страхи: простые методики, которые помогут вашему ребенку ничего не бояться. Москва: Гелеос, 2018. 256 с.
14. Гольева Г. Ю. Исследование психолого-педагогической коррекции страхов у детей младшего школьного возраста // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2019. № 2 (февраль). С. 116–120.
15. Гришина И. И., Дальхеева А. М., Сказотерапия как один из способов формирования самодостаточной личности у детей // Бюллетень ВСНЦ СО РАМН. 2016. №2 (48). С. 164–167.
16. Дубровина И. В. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми. Москва : «Академия», 2021. 58 с.
17. Захаров А. И. Дневные и ночные страхи у детей. СПб. : Изд-во Союз, 2014. 328 с.
18. Зеленко О. В. Современные технологии сказки для психологопедагогической работы с детьми и подростками // Эксперимент и инновации в школе. 2015. №5. С.45–49.
19. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Формы и методы работы со сказками. СПб. : Речь, 2008. 240 с.
20. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Практикум по сказкотерапии. СПб. : Речь, 2002. 168 с.
21. Изард К.Э. Психология эмоций / К.Э.Изард. СПб. : Питер, 2000. 464 с.
22. Ильин Е.П. Психология страха. / Е.П. Ильин: СПб. Серия «Мастера психологии», 2017. 81 с.

23. Клименко К. В. Коррекционный метод – сказкотерапия // Гуманитарный трактат. 2017. №18. С.67–75.
24. Колпакова А. С. Детские страхи и способы их коррекции у детей младшего школьного возраста. Москва : Флинта, 2021. 29 с.
25. Коненко Е. А. Особенности содержания страхов у детей школьного возраста // Молодой ученый. 2020. №15. С. 547–549.
26. Короткова Л. Д. Сказкотерапия в школе. Методические рекомендации. М. : ЦГЛ. 2018. 144 с.
27. Крылов А. А. Психология: учебник. М. : ПРОСПЕКТ, 2017. 584 с.
28. Купченко В. Е., Устюгова Е. В. Эффективность сказкотерапии как метода коррекции тревожности в младшем школьном возрасте // Сборник статей Международной научно-практической конференции. 2019. С. 201–205.
29. Ломакина Г. Р. Сказкотерапия. Воспитываем, развиваем, освобождаем ребенка от психологических проблем. М. : Центрполиграф. 2020. 158 с.
30. Макарова Е. Ч. Преодолеть страх или искусство терапия. Москва: Школа-Пресс, 2021. 87 с.
31. Милютин М. В. Применение сказкотерапии в работе педагога-психолога школы. Занятие педагога-психолога с элементами сказкотерапии для обучающихся 3-4 классов // Научно-методический журнал педагогический поиск. 2017. № 1. С. 45–50.
32. Пашкина Е. А., Ганичева И.А. Сказкотерапия как метод психокоррекционной работы с детьми дошкольного и младшего школьного возраста // Молодой ученый. 2015. № 22.1 (102.1). С. 152–154.
33. Пономаренко К. Г., Шапарь Я. Д. Коррекция детской психики через сказкотерапию // Уникальные исследования XXI века. 2019. №5(5). С. 168–170.

34. Справочник по психологии и психиатрии детского и подросткового возраста / под ред. С. Ю. Циркина;. Изд. 2-е, перераб. и доп. СПб. [и др.] : Питер, 2004 .–896 с.

35. Стишенок И. В. Сказка в тренинге: коррекция, развитие, личностный рост. СПб. : Речь, 2016. 141 с.

36. Фокина А. Н. Психолого-педагогическая коррекция страхов у детей школьного возраста // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2020. Т. 10. С. 286–290.

37. Фурманов И.А. Психология депривированного ребенка: пособие для психологов и педагогов / И.А.Фурманов - Издательство «Владос» 2020. 319с..

38. Фролова О.С. Проблема страха в современном обществе / О.С.Фролова // Актуальные проблемы социального функционирования транзитивного общества. Социологические очерки. Часть IV. Ростов- на-Дону : изд- во РГПУ, 2020. С.316- 318.

39. Хухлаева О. В. Психология развития: учебник для бакалавров. М. : Юрайт, 2013. 367 с.

40. Чебыкина О. А. Работа с младшими школьниками «группы риска» методом сказкотерапии // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2019. Т. 12. С. 201–205.

Приложение А
Список младших школьников

Таблица А.1 - Список младших школьников

№	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Имя школьника	Возраст	Имя школьника	Возраст
1	Ева А.	8,3 года	Маша А.	8,4 года
2	Амин Б.	8,8 лет	Миша А.	8,7 лет
3	Роза Б.	8,4 года	Леонид В.	8,6 лет
4	Виолетта В.	8,5 лет	Дарина Д.	8,9 лет
5	Михаил Г.	8,5 лет	Егор Д.	8,3 года
6	Гриша Д.	8,7 лет	Глеб И.	8,4 год
7	Юлия Д.	8,9 лет	Арина К.	8,7 лет
8	Кирилл Е.	8,4 года	Лиза Л.	8,8 лет
9	Алла З.	8,5 лет	Артемий М.	8,4 года
10	Ирина И.	8,7 лет	Дина Н.	8,6 лет
11	Катя К.	8,6 лет	Софья Р.	8,4 года
12	Алексей К.	8,5 лет	Евгения Р.	8,5 лет
13	Сергей Л.	8,6 лет	Демид С.	8,9 лет
14	Юрий М.	8,8 лет	Гордей Т.	8,7 лет
15	Анастасия Н.	8,4 года	Айдар Ф.	8,10 лет
16	Вера П.	8,6 лет	Вероника Х.	8,6 лет
17	Роман Р.	8,7 лет	Агния Ш.	8,5 лет
18	Денис Р.	8,6 лет	Алина Ш.	8,7 лет
19	Наталья С.	8,5 лет	Радомир Ю.	8,6 лет
20	Алмаз Я.	8,3 года	Света Я.	8,4 года

Приложение Б

Результаты констатирующего этапа

Таблица Б.1 – Уровень страха у детей экспериментальной группы на констатирующем этапе

№	Методика «Страхи» А.И. Захарова	Методика «Страхи в домиках» М.А. Панфиловой	Опросник выявления уровня страха у детей Г.П. Лаврентьевой
1	Средний уровень	Средний уровень	Средний уровень
2	Средний уровень	Средний уровень	Средний уровень
3	Высокий уровень	Средний уровень	Средний уровень
4	Высокий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
5	Средний уровень	Низкий уровень	Низкий уровень
6	Высокий уровень	Высокий уровень	Высокий уровень
7	Низкий уровень	Низкий уровень	Низкий уровень
8	Средний уровень	Средний уровень	Высокий уровень
9	Средний уровень	Средний уровень	Средний уровень
10	Высокий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
11	Высокий уровень	Высокий уровень	Высокий уровень
12	Низкий уровень	Низкий уровень	Низкий уровень
13	Средний уровень	Высокий уровень	Высокий уровень
14	Низкий уровень	Средний уровень	Средний уровень
15	Высокий уровень	Высокий уровень	Высокий уровень
16	Высокий уровень	Средний уровень	Средний уровень
17	Средний уровень	Средний уровень	Средний уровень
18	Средний уровень	Высокий уровень	Высокий уровень
19	Высокий уровень	Средний уровень	Средний уровень
20	Средний уровень	Средний уровень	Средний уровень

Таблица Б.2 – Уровень страха у детей младшего школьного возраста контрольной группы на констатирующем этапе

№	Методика «Страхи» А.И. Захарова	Методика «Страхи в домиках» М.А. Панфиловой	Опросник выявления уровня страха у детей Г.П. Лаврентьевой
1	Низкий уровень	Низкий уровень	Низкий уровень
2	Высокий уровень	Высокий уровень	Высокий уровень
3	Высокий уровень	Высокий уровень	Средний уровень
4	Высокий уровень	Высокий уровень	Средний уровень
5	Средний уровень	Средний уровень	Низкий уровень
6	Высокий уровень	Высокий уровень	Средний уровень
7	Низкий уровень	Низкий уровень	Низкий уровень
8	Средний уровень	Средний уровень	Высокий уровень

Продолжение Приложения Б

Продолжение таблицы Б.2

9	Средний уровень	Низкий уровень	Низкий уровень
10	Высокий уровень	Средний уровень	Средний уровень
11	Высокий уровень	Средний уровень	Средний уровень
12	Средний уровень	Средний уровень	Средний уровень
13	Средний уровень	Средний уровень	Высокий уровень
14	Низкий уровень	Низкий уровень	Низкий уровень
15	Высокий уровень	Высокий уровень	Высокий уровень
16	Высокий уровень	Высокий уровень	Средний уровень
17	Средний уровень	Средний уровень	Средний уровень
18	Средний уровень	Средний уровень	Средний уровень
19	Высокий уровень	Высокий уровень	Высокий уровень
20	Средний уровень	Средний уровень	Средний уровень

Приложение В
Тематический план психологической работы по коррекции страхов у
детей младшего школьного возраста

Таблица В.1 – Тематическое планирование по коррекции страхов у младших школьников средствами сказкотерапии

Тема	Часы	Цель занятия	Содержание занятия	Цель упражнений/ направленность сказки
Сказка - наш друг	2	Объединить детей совместной деятельностью, заинтересовать в занятиях	1. Приветствие. 2. Чтение сказки «Сказка про братьев Бом и Минь». 3. Продолжить и проиграть в прочитанную сказку. 4. Подведение итогов занятия.	Страх, общая боязнь
Вместе не страшно	2	Формирование уверенности в себе и навыков для снижения страха и напряжения	1. Приветствие. 2. Чтение сказки «Сказка Как лошадка Лу стала храброй» 3. Обсуждение сказки с детьми. 4. Запись пословиц про храбрость. 5. Подведение итога занятия.	Профилактика немотивированных страхов. Расширение эмоционального опыта в ситуациях межличностного взаимодействия
Ничего я не боюсь	2	Формирование уверенности в себе и навыков для снижения страха и напряжения	1. Приветствие. Сообщение темы занятия. 2. Чтение и обсуждение сказки «Мышонок и темнота». 3. Беседа с младшими школьниками на тему страха темноты, ночных кошмаров. 4. Подведение итогов занятия.	Страх темноты, повышенная тревожность. Ночные кошмары. Общая боязливость

Продолжение Приложения В

Продолжение таблицы В.1

Небоюська	2	Формирование уверенности в себе и навыков для снижения страха и напряжения	1. Приветствие. 2. Чтение и анализ сказки «Полезная Боюська». 3. Беседа на тему повышенной тревожности младших школьников, боязни темноты. 4. Подведение итогов занятия.	Страх темноты. Повышенная тревожность
Храбрецы	2	Формирование уверенности в себе и навыков для снижения страха и напряжения	1. Приветствие. 2. Упражнение Кто это? 3. Чтение и анализ сказки «Девочка Надя и Баба». 4. Упражнение Храбрец. 5. Подведение итогов занятия.	Формирование чувства общности у детей, формирование доброжелательного отношения друг к другу Высокая тревожность, боязливость. Чувство вины за нарушение родительских запретов Формирование навыков преодоления страха

Приложение Г
Результаты контрольного этапа

Таблица Г.1 – Уровень страха у детей экспериментальной группы на контрольном этапе

№	Методика «Страхи» А.И. Захарова	Методика «Страхи в домиках» М.А. Панфиловой	Опросник выявления уровня страха у детей Г.П. Лаврентьевой
1	Низкий уровень	Низкий уровень	Низкий уровень
2	Низкий уровень	Низкий уровень	Низкий уровень
3	Средний уровень	Средний уровень	Средний уровень
4	Средний уровень	Средний уровень	Средний уровень
5	Высокий уровень	Средний уровень	Средний уровень
6	Низкий уровень	Низкий уровень	Средний уровень
7	Низкий уровень	Низкий уровень	Низкий уровень
8	Низкий уровень	Низкий уровень	Средний уровень
9	Высокий уровень	Средний уровень	Средний уровень
10	Средний уровень	Средний уровень	Средний уровень
11	Низкий уровень	Низкий уровень	Низкий уровень
12	Средний уровень	Средний уровень	Средний уровень
13	Низкий уровень	Низкий уровень	Низкий уровень
14	Средний уровень	Средний уровень	Средний уровень
15	Средний уровень	Средний уровень	Средний уровень
16	Средний уровень	Средний уровень	Средний уровень
17	Низкий уровень	Низкий уровень	Низкий уровень
18	Низкий уровень	Низкий уровень	Низкий уровень
19	Средний уровень	Средний уровень	Средний уровень
20	Низкий уровень	Низкий уровень	Низкий уровень

Таблица Г.2 – Уровень страха у детей контрольной группы на контрольном этапе

№	Методика «Страхи» А.И. Захарова	Методика «Страхи в домиках» М.А. Панфиловой	Опросник выявления уровня страха у детей Г.П. Лаврентьевой
1	Средний уровень	Средний уровень	Средний уровень
2	Низкий уровень	Низкий уровень	Низкий уровень
3	Средний уровень	Средний уровень	Средний уровень
4	Высокий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
5	Средний уровень	Низкий уровень	Средний уровень
6	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
7	Средний уровень	Средний уровень	Средний уровень
8	Высокий уровень	Высокий уровень	Высокий уровень

Продолжение Приложения Г

Продолжение таблицы Г.2

9	Высокий уровень	Высокий уровень	Высокий уровень
10	Высокий уровень	Высокий уровень	Средний уровень
11	Низкий уровень	Низкий уровень	Низкий уровень
12	Высокий уровень	Высокий уровень	Средний уровень
13	Средний уровень	Средний уровень	Высокий уровень
14	Высокий уровень	Средний уровень	Средний уровень
15	Низкий уровень	Низкий уровень	Низкий уровень
16	Высокий уровень	Высокий уровень	Средний уровень
17	Средний уровень	Средний уровень	Средний уровень
18	Средний уровень	Средний уровень	Низкий уровень
19	Средний уровень	Средний уровень	Низкий уровень
20	Высокий уровень	Высокий уровень	Средний уровень