

ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ
Государственное бюджетное негосударственное образовательное учреждение
центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи
Красногвардейского района Санкт-Петербурга
«Школа здоровья и индивидуального развития»
(ГБНОУ «Школа здоровья и индивидуального развития»
Красногвардейского района Санкт-Петербурга)
195030, Санкт-Петербург, улица Отечественная, д. 10 лит. А

ПРИНЯТО:

На заседании Педагогического совета
ГБНОУ «Школа здоровья
и индивидуального развития»
Красногвардейского района
Санкт-Петербурга
протокол № 8 от 30.08.2018 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБНОУ
«Школа здоровья и
индивидуального развития»
Красногвардейского района
Санкт-Петербурга
С.А.Тихашин
Приказ №80 от 31.08.2018 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА**

ПРЕОДОЛЕНИЕ СТРАХОВ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Возраст детей 5-7 лет

Разработчик
Трощенко Наталья Олеговна,
Педагог-психолог

Санкт – Петербург
2018

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Преодоление страхов у детей дошкольного возраста» имеет социально-педагогическую направленность.

Актуальность программы.

Дети дошкольного возраста, как правило, очень восприимчивы к влияниям внешней среды. Из-за повышенной восприимчивости есть риск повышения уровня тревожности, а соответственно, и появление различных страхов.

Под влиянием страхов у детей дошкольного возраста может возникнуть состояние эмоционального перенапряжения, которое проявляется различными изменениями в поведении: заторможенность, импульсивность, непредсказуемые действия и др. Наличие устойчивых страхов говорит о том, что ребенок не способен справиться со своими чувствами, не может контролировать их.

Научная обоснованность.

В дошкольном возрасте страхи наиболее успешно подвергаются психологическому воздействию, поскольку они еще не завладели характером ребенка и чаще всего носят возрастной характер. У детей в возрасте 3 — 5 лет интенсивно развивается воображение, а вместе с этим и вероятность появления воображаемых страхов. В возрасте 5 — 7 лет дети повышено чувствительны к страху смерти, что способствует перерастанию различных опасений в невротические страхи.

Устранение отрицательных эмоциональных следов страха является необходимым условием психического здоровья детей.

Адресат программы:

Программа рассчитана на детей дошкольного возраста от 5 до 7 лет и младшего школьного возраста

.

Цель программы: Устранение, преодоление, десенсибилизация страхов у детей (профилактика, коррекция).

Задачи программы:

1. Предупреждение (коррекция) у детей неуверенности, застенчивости.
2. Снятие поведенческих нарушений у детей дошкольного возраста (торможение, импульсивность, скованность), возникающих в результате воздействия страхов.
3. Отреагирование при помощи эмоций ранее испытанных детьми переживаний страха.
4. Десенсибилизация страхов.
5. Обучение детей игровому проигрыванию своих переживаний психологического содержания.
6. Развитие умения владеть своими эмоциями и принимать решения.
7. Обучение детей дошкольного возраста адекватной психологической защите.

Условия реализации программы:

Занятия проводятся 1 раз в неделю, длительность каждого 25-45 минут. Общая продолжительность программы – 12 занятий (10 тематических и 2 диагностических), 12 академических часов. Предусматривается проведение 1-2 занятий в неделю (в зависимости от возможности расписания конкретной школы). Форма занятий может быть групповой (в группу набирается не более 12 человек) и индивидуальной.

Планируемые результаты программы:

Критериями результативности программы являются:

1. Улучшение эмоционального состояния,
2. Снятие напряжения и тревожности
3. Развитие навыков владения своими эмоциями и страхами
4. Отреагирование, вербализация своих переживаний с последующей нормализацией поведения и общего эмоционального состояния.

Учебно-тематический план

№	Наименование разделов и тем	Всего, час.	В том числе	
			теорет.	практ.
1.	Раздел 1. Входная часть.	1	-	1
1.1.	Занятие 1. Вводное занятие, знакомство.	1	-	1
2.	Раздел 2 Основная часть.	10	1,2	4,8
1.2	Занятие 2. Психологически мотивированные игры	1	0,20	0,80
3.2	Занятие 3. Тематическое рисование	1	0,20	0,80
4.2.	Занятие 4. Психотерапевтические игры	1	0,20	0,80
5.2	Занятие 5. Сказочные страхи	2	0,20	0,80
6.2.	Занятие 6. Ролевые игры по сюжетам сказок	4	0,20	0,80
7.2	Занятие 7. Психологическая безопасность	1	0,20	0,80
3.	Раздел 3. Заключительная часть	1	-	1
3.1	Занятие 8. Итоговое занятие. Диагностика	1	-	1
	ВСЕГО:	12	1,2	6,8

Оценка результативности:

Для оценки результативности могут использоваться:

1. Данные наблюдения, беседы, проективных методик.
2. Результаты теста "Страхи в домиках" (А.И. Захарова и М.А. Панфиловой)
3. Тест "Тревожности" (Р.Тэмпл, М. Дорки, В. Амен)
4. Детская тревожность. Тест для родителей (4-10 лет)
5. Данные анализа продуктов деятельности (на протяжении всех занятий);

Учебно-методический комплекс программы:

Для проведения занятий необходим специально оборудованный кабинет, в котором представлены разнообразные материалы для творческого самовыражения. Важно, чтобы у каждого участника был полный индивидуальный набор всего необходимого для работы. Пространство кабинета должно быть достаточно большим для того, чтобы оно могло быть организовано в соответствии с требованиями проведения групповой арт-терапии.

Отбор детей в группу производится по результатам предварительного консультирования родителей и индивидуальной диагностики ребенка.

Методическое оснащение программы:

1. Болсуновская Н. Настины приемы, Школьный психолог, № 4, 2005
2. Захаров А.И. Как помочь нашим детям избавиться от страха – С-Пб: Гиппократ, 1995
3. Куличковская Е.В., Степанова О.В. Как преодолеть свой страх? – С-Пб.: Речь, 2008
4. Панфилова М. Страхи в домиках, Школьный психолог, № 8, 1999
5. Стишенков И. «Трудный ребенок», - Библиотечка «Первого сентября», выпуск 32, М.: Чистые пруды, 2010

Содержание программы:

Раздел 1. Вводная часть

Создание благоприятной, дружелюбной обстановки в группе, Раскрытие своего "Я", формирование чувства близости с другими людьми, достижение взаимопонимания и сплочённости, устранение социальных страхов.

Занятие 1. Вводное занятие, знакомство.

Раздел 2. Основная часть

Обучение детей преодолению страха при помощи рисования, упражнение в умении отреагировать свой страх при посредством игры, сказки и рисования.

Занятие 2. Психологически мотивированные игры

Занятие 3. Тематическое рисование

Занятие 4. Психотерапевтические игры

Занятие 5. Сказочные страхи

Занятие 6. Ролевые игры по сюжетам сказок

Занятие 7. Психологическая безопасность

Раздел 3. Заключительная часть

Устранение отрицательных эмоциональных следов страха.

Занятие 8. Итоговое занятие. Диагностика

Календарный учебный график

Возраст учащихся	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
(5-10 лет)	Сентябрь	Май	12	12	Групповые занятия
начало занятий по мере комплектования групп, в течение учебного года.					

Список литературы

1. Вайзман Н. Реабилитационная педагогика - М., 2006.
2. Введение в психологию / Под. ред. А.В. Петровского. - М.: Академия, 1998.
3. Возрастная психология: Детство, отрочество, юность: Хрестоматия: Учеб. пособие для студ. пед. вузов. / Сост. и научный ред. В. С. Мухина, А. А. Хвостов. - М.: Издательский центр "Академия", 2010.
4. Гонкова-Ямпольская Р.В., Черток Т.Л. Воспитателю о ребенке дошкольного возраста - М.: Просвещение, 1987.
5. Дубровина И.В. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми: Учеб. пособие под. ред. Дубровиной И.В. - М.: "Академия", 2008.
6. Ежкова Н. Развитие эмоций в совместной с педагогом деятельности: Эмоциональное развитие детей дошкольного возраста // Дошкольное воспитание. - 2013. - №1.
7. Захаров А.И. Дневные и ночные страхи у детей. Серия - "Психология ребёнка". - СПб: 2000.
8. Захаров А.И. Как преодолеть страхи у детей. - М.: Педагогика, 1986.
9. Захаров А.И. Как предупредить отклонения в поведении ребенка. - М.: Просвещение, 1993.
10. Изард К.Э. Психология эмоций / Перевод с англ. - СПб: Издательство "Питер", 2009.