

Методика выявления детских страхов "Страхи в домиках"

Авторы методики: А.И. Захаров и М.Панфилова

Цель: выявление и уточнение преобладающих видов страхов (страх темноты, одиночества, смерти, медицинские страхи и т. д.) у детей старше 3-х лет. Прежде чем помочь детям в преодолении страхов, необходимо выяснить, весь спектр страхов и каким конкретно страхам они подвержены.

Данная методика подходит в тех случаях, когда ребенок еще плохо рисует или не любит рисовать (хотя такое задание даже не интересующиеся рисованием дети принимают обычно с удовольствием). Взрослый рисует контурно два дома (на одном или на двух листах) : черный и красный. И потом предлагает расселить в домики страхи из списка (взрослые называют по очереди страхи). Записывать нужно те страхи, которые ребенок поселил в черный домик, т.е. признал, что он боится этого. У детей постарше можно спросить: "Скажи, ты боишься или не боишься ...".

Беседу следует вести неторопливо и обстоятельно, перечисляя страхи и ожидая ответа "да" - "нет" или "боюсь" - "не боюсь". Повторять вопрос о том, боится или не боится ребенок, следует только время от времени. Тем самым избегается наводка страхов, их произвольное внушение. При стереотипном отрицании всех страхов просят давать развернутые ответы типа "не боюсь темноты", а не "нет" или "да". Взрослый, задающий вопросы, сидит рядом, а не напротив ребенка, не забывая его периодически подбадривать и хвалить за то, что он говорит все как есть. Лучше, чтобы взрослый перечислял страхи по памяти, только иногда заглядывая в список, а не зачитывая его.

После выполнения задания ребенку предлагается закрыть черный дом на замок (нарисовать его), а ключ - выбросить или потерять. Данный акт успокаивает актуализированные страхи.

Анализ полученных результатов заключается в том, что экспериментатор подсчитывает страхи в черном доме и сравнивает их с возрастными нормами. Совокупные ответы ребенка объединяются в несколько групп по видам страхов. Если ребенок в трех случаях из четырех-пяти дает утвердительный ответ, то этот вид страха диагностируется как имеющийся в наличии. Из 31 вида страхов, выделенных автором, у детей наблюдаются от 6 до 15. У городских детей возможное количество страхов доходит до 15.

Инструкция для ребенка: "В черном домике живут страшные страхи, а в красном - не страшные. Помоги мне расселить страхи из списка по домикам".

Страхи

Ты боишься:

1. когда остаешься один;
2. нападения;
3. заболеть, заразиться;
4. умереть;
5. того, что умрут твои родители;
6. каких-то детей;
7. каких-то людей;
8. мамы или папы;
9. того, что они тебя накажут;
10. Бабы Яги, Кощея Бессмертного, Бармалея, Змея Горыныча, чудовища. (У школьников к этому списку добавляются страхи невидимок, скелетов, Черной руки, Пиковой Дамы -

вся группа этих страхов обозначена как страхи сказочных персонажей);

11. перед тем как заснуть;
12. страшных снов (каких именно);
13. темноты;
14. волка, медведя, собак, пауков, змей (страхи животных);
15. машин, поездов, самолетов (страхи транспорта);
16. бури, урагана, наводнения, землетрясения (страхи стихии);
17. когда очень высоко (страх высоты);
18. когда очень глубоко (страх глубины);
19. в тесной маленькой комнате, помещении, туалете, переполненном автобусе, метро (страх замкнутого пространства);
20. воды;
21. огня;
22. пожара;
23. войны;
24. больших улиц, площадей;
25. врачей (кроме зубных);
26. крови (когда идет кровь);
27. уколов;
28. боли (когда больно);
29. неожиданных, резких звуков, когда что-то внезапно упадет, стукнет (боишься, вздрагиваешь при этом);
30. сделать что-либо не так, неправильно (плохо - у дошкольников);
31. опоздать в сад (школу);

Все перечисленные здесь страхи можно разделить на несколько групп:

- медицинские страхи- боль, уколы, врачи, болезни;
- страхи, связанные с причинением физического ущерба - транспорт, неожиданные звуки, пожар, война, стихии;
- страх смерти (своей);
- боязнь животных ;
- страхи сказочных персонажей;
- страх темноты и кошмарных снов;
- социально-опосредованные страхи - людей, детей, наказаний, опозданий, одиночества;
- пространственные страхи - высоты, глубины, замкнутых пространств;

Наличие большого количества разнообразных страхов у ребенка - это показатель преневротического состояния .

Так, присущие детям средней группы (4-5 лет), наиболее выраженные страхи:

выраженные страхи	у девочек	у мальчиков
страх одиночества	в 100% случаев	90%
страх смерти родителей	100%	70%
страх умереть	100%	30%
страх родителей	60%	90%
страх снов	100%	80%
страх войны	70%	90%
страх темноты	90%	60%
страх перед животными	90%	70%

страх чудовищ	40%	60%
страх высоты	70%	40%
страх глубины	30%	30%
страх замкнутого пространства	30%	40%
страх огня и пожара	100%	70%
страх перед врачами	20%	20%
страх крови	50%	30%
страх перед уколами	50%	30%
страх боли	40%	50%
страх резких звуков	30%	30%

Для детей подготовительной группы (5-7 лет) характерны такие страхи:

выраженные страхи	у девочек	у мальчиков
страх перед нападением	70%	90%
страх умереть	100%	50%
страх смерти родителей	100%	60%
страх перед папой и мамой	90%	90%
страх наказания	70%	100%
страх чудовищ	50%	80%
страх глубины	90%	40%
страх перед стихией	80%	60%
страх высоты	90%	40%
страх пожара	100%	60%
боязнь врачей и боли	80%	50%
боязнь крови	100%	20%
боязнь уколов	90%	40%
страх перед неожиданными звуками	100%	60%
страх темноты	60%	40%
страх увидеть страшные сны	70%	40%
страх замкнутого пространства	70%	20%
страх войны	70%	60%
страх огня	60%	60%
страх больших улиц	20%	20%

Возрастные особенности появления страхов

Младший дошкольный возраст

Боязнь сказочных персонажей, уколов, боли, крови, высоты, неожиданных звуков, одиночества, темноты, замкнутого пространства.

Старший дошкольный возраст

Страх смерти, смерти родителей, страх животных, сказочных персонажей, глубины, страшных снов, огня, пожара, нападения, страх войны.

Младший школьный возраст

Страх опоздания в школу, порицания, сделать что-нибудь не так, страх несчастья (магические представления).

Подростковый возраст Страх смерти родителей, страх войны.

Возрастные нормы

(по А. И. Захарову)

Среднее число страхов

В дошкольном возрасте: — у девочек =10,3; - у мальчиков — 8,2;

В школьном возрасте: — у мальчиков = 6,9; - у девочек = 9,2.

Среднее число страхов у детей (по полу и возрасту)

Возраст	Мальчики	Девочки
3	9	7
4	7	9
5	8	11
6	9	11
7д	9	12
7щ	6	9
8	6	9
9	7	10
10	7	10
11	8	11
12	7	8
13	8	9
14	6	9
15	6	7

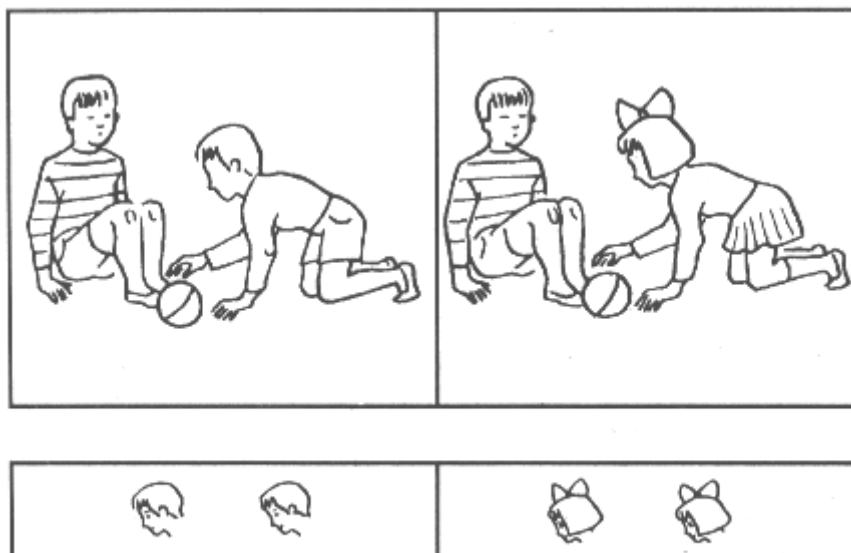


Рис. 33. Игра ребёнка с младшими детьми. Ребёнок в данной ситуации играет с двумя малышами.

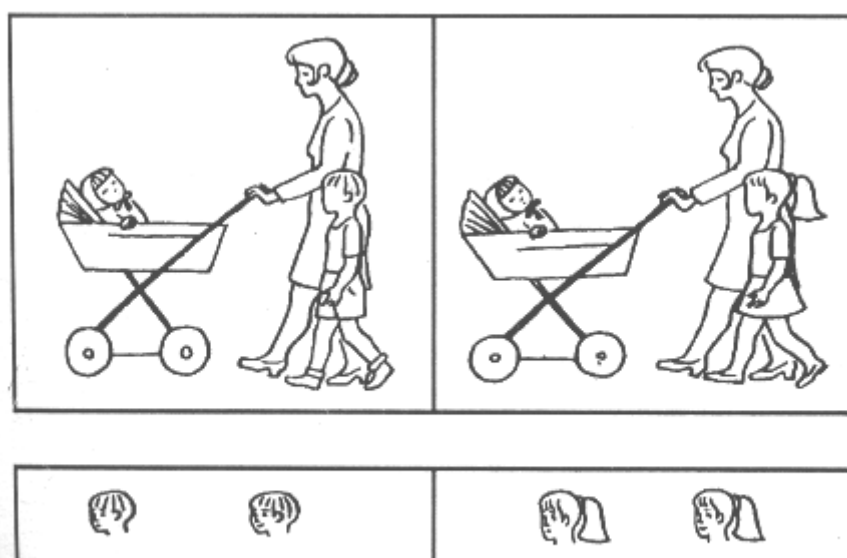


Рис. 34. Ребёнок и мать с младенцем. Ребёнок идёт рядом с матерью, которая везёт коляску с младенцем.

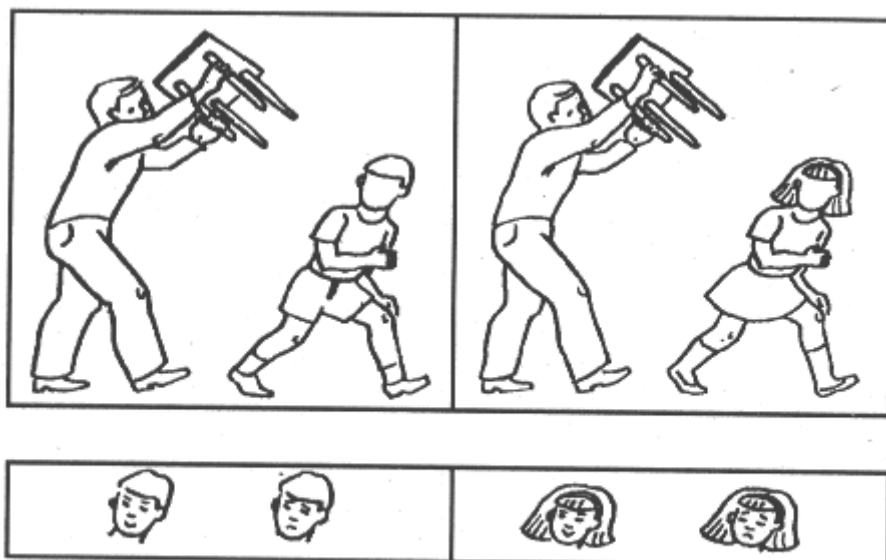


Рис. 35. Объект агрессии. Ребёнок убегает от нападающего на него сверстника.

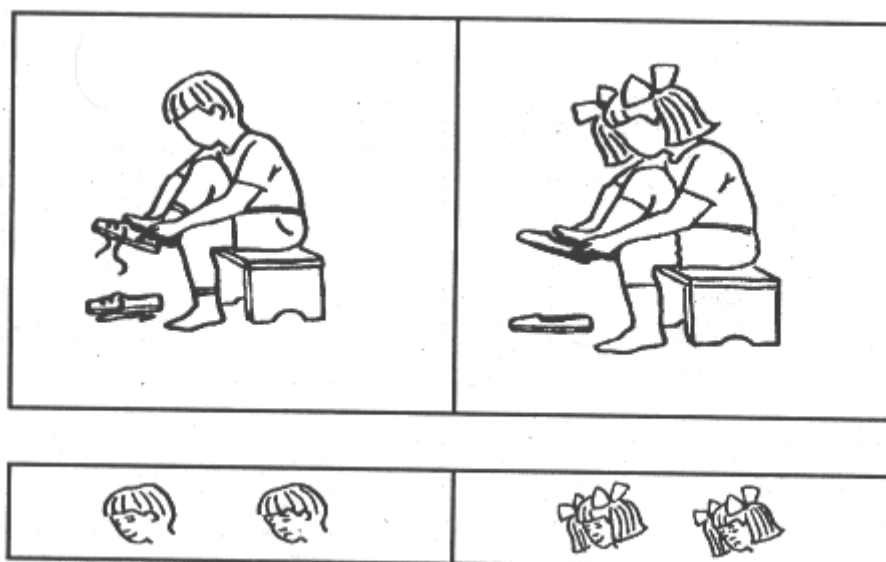


Рис. 36. Одевание. Ребёнок сидит на стуле и надевает ботинки.

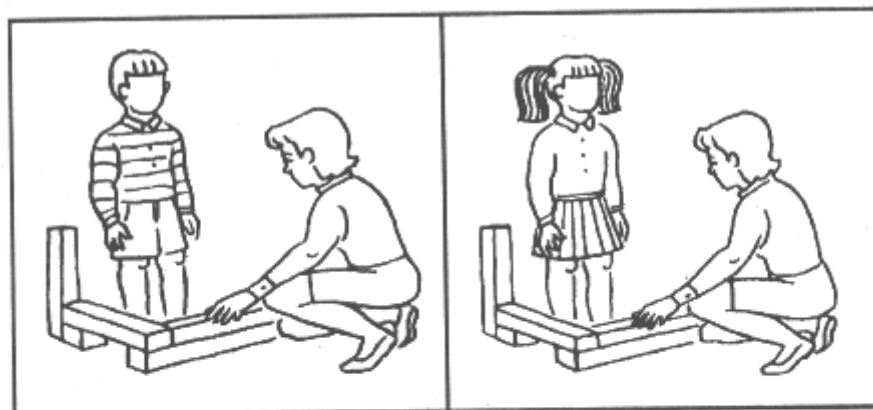


Рис. 37. Игра со старшими детьми. Ребёнок играет с двумя детьми, которые старше его по возрасту.

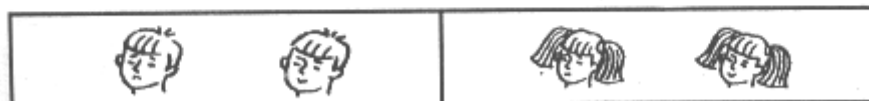
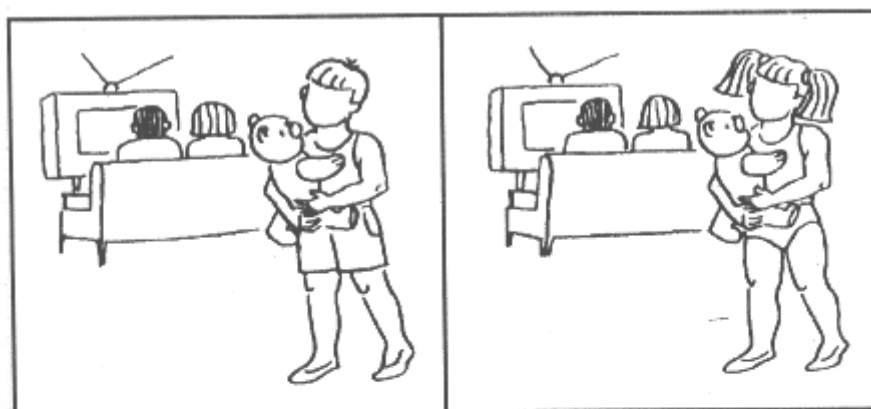


Рис. 38. Укладывание спать в одиночестве. Ребёнок идёт к своей кроватке, а родители не замечают его и сидят в кресле спиной к нему.

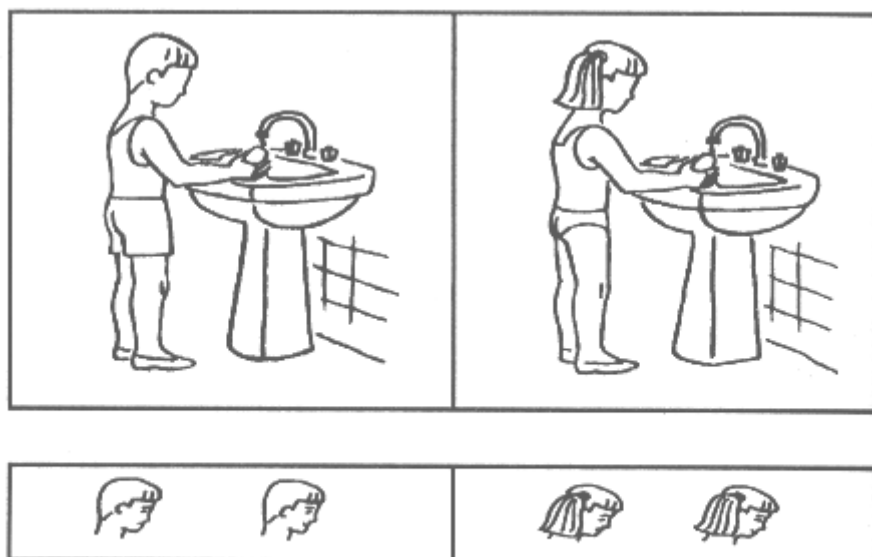


Рис. 39. Умывание. Ребёнок умывается в ванной комнате.

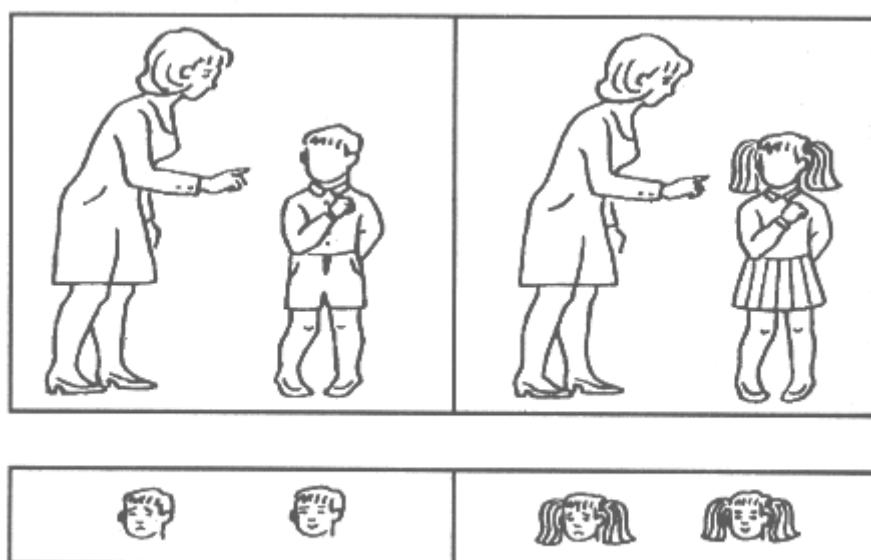


Рис. 40. Выговор. Мать, подняв указательный палец, строго выговаривает ребёнку за что-то.

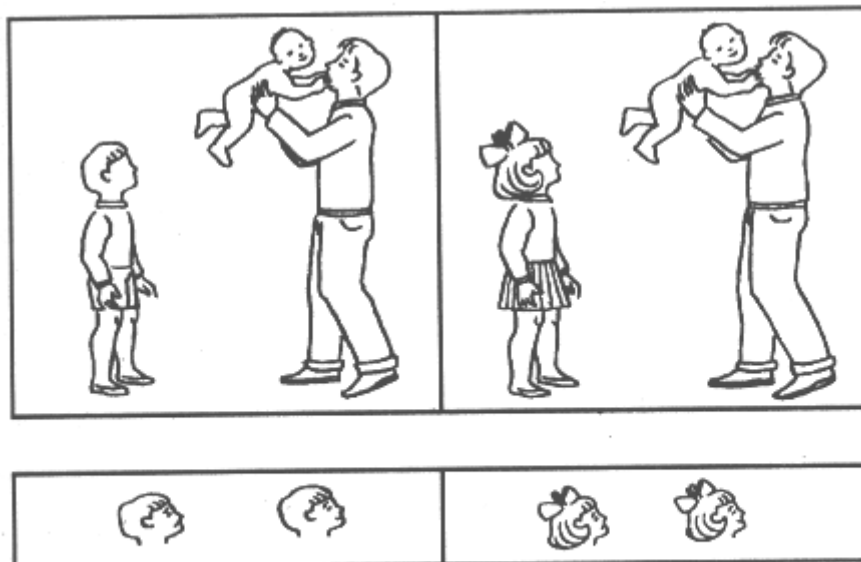


Рис. 41. Игнорирование. Отец играет с малышом, а более старший ребёнок стоит в одиночестве.

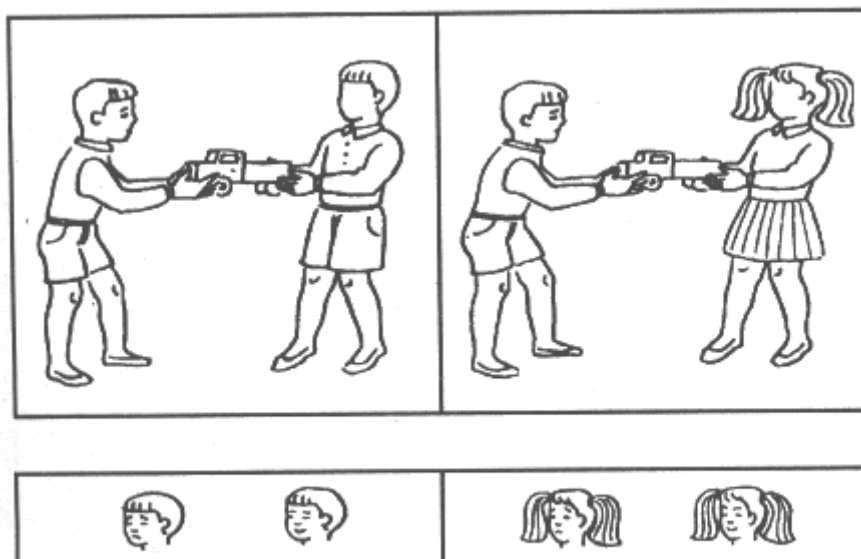


Рис. 42. Агрессивное нападение. Сверстник отбирает игрушку у ребёнка.

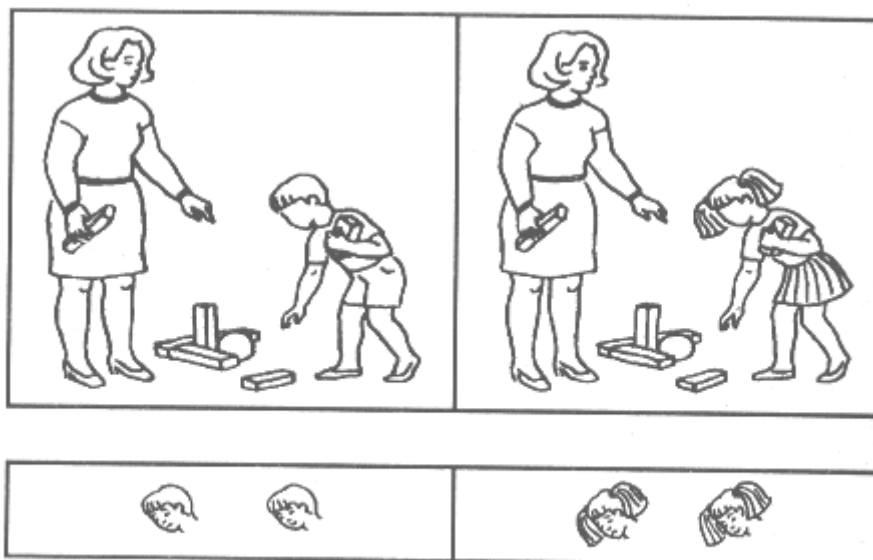


Рис. 43. Собираение игрушек. Мать и ребёнок убирают игрушки.

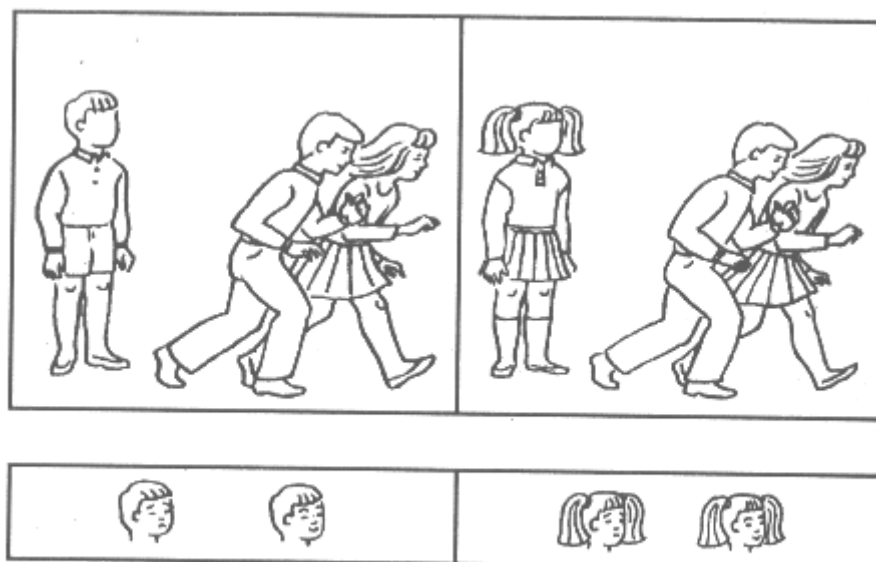


Рис. 44. Изоляция. Двое сверстников убегают от ребёнка, оставляя его в одиночестве.

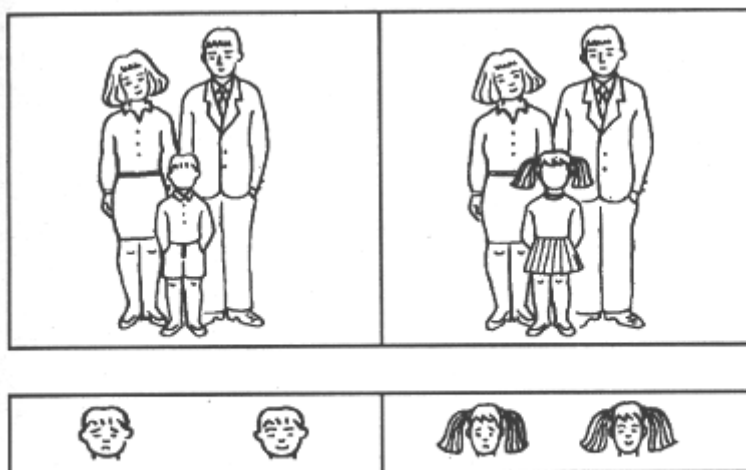


Рис. 45. Ребёнок с родителями. Ребёнок стоит между матерью и отцом.

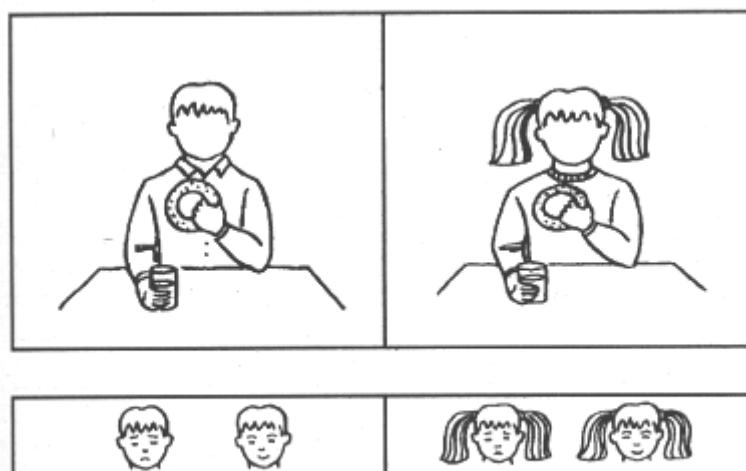


Рис. 46. Еда в одиночестве. Ребёнок сидит один за столом.

ТЕСТ ТРЕВОЖНОСТИ

Эта методика представляет собой детский тест тревожности, разработанный американскими психологами Р. Тэммл, М. Дорки и В. Амен.

Задача состоит в том, чтобы исследовать и оценить тревожность ребенка в типичных для него жизненных ситуациях, где соответствующее качество личности проявляется в наибольшей степени. При этом сама тревожность рассматривается как черта личности, функция которой состоит в обеспечении безопасности человека на психологическом уровне и которая вместе с тем имеет отрицательные следствия. Они заключаются, в частности, в торможении активности ребёнка, направленной на достижение успехов. Высокая тревожность сопровождается обычно высокоразвитой потребностью избегания неудач, что существенно препятствует стремлению к достижению успехов.

Тревожность, испытываемая человеком по отношению к определённой ситуации, не обязательно будет точно так же проявляться в другой социальной ситуации, и это зависит от отрицательного эмоционального опыта, приобретенного ребёнком в данной и иных жизненных ситуациях. Именно отрицательный эмоциональный опыт повышает и порождает тревожность как черту личности и тревожное, беспокойное поведение ребёнка.

Повышенный уровень личностной тревожности свидетельствует о недостаточно хорошей эмоциональной приспособленности, адаптированности ребёнка к жизненным ситуациям, вызывающим беспокойство. Психодиагностика тревожности оценивает внутреннее отношение данного ребёнка к определённым социальным ситуациям, дает полезную информацию о характере взаимоотношений, сложившихся у данного ребёнка с окружающими людьми, в частности в семье, в детском саду.

Психодиагностический изобразительный материал в этой методике представлен серией рисунков размером 8,5 x 11 см (рис. 1-14). Каждый рисунок сюжетно представляет собой некоторую типичную для жизни ребёнка-дошкольника ситуацию.

Каждый из описанных рисунков выполнен в двух вариантах: для мальчиков (на рисунке изображён мальчик) и для девочек (на рисунке представлена девочка). В процессе тестирования испытуемый идентифицирует себя с ребёнком того же пола, что и он сам. Лицо данного ребёнка не прорисовано полностью, дан лишь общий контур его головы.

Каждый рисунок снабжен двумя дополнительными изображениями детской головы, по размерам точно соответствующими контуру лица ребёнка на

рисунке. На одном из дополнительных изображений представлено улыбающееся лицо ребёнка, а на другом - печальное.

В процессе психодиагностики рисунки предъявляются ребёнку в той последовательности, в которой они здесь представлены, один за другим. Показав ребёнку рисунок, экспериментатор к каждому из них даёт инструкцию - разъяснение следующего содержания:

К рис. 1. Игра с младшими детьми: «Как ты думаешь, какое у ребёнка будет лицо, весёлое или печальное? Он (она) играет с малышами».

К рис. 2. Ребёнок и мать с младенцем: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое? Он (она) гуляет со своей мамой и малышом».

К рис. 3. Объект агрессии: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: весёлое или печальное?»

К рис. 4. Одевание: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: весёлое или печальное? Он (она) одевается».

К рис. 5. Игра со старшими детьми: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: весёлое или печальное? Он (она) играет со старшими детьми».

К рис. 6. Укладывание спать в одиночестве: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: весёлое или печальное? Он (она) идёт спать».

К рис. 7. Умывание: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: весёлое или печальное? Он (она) в ванной».

К рис. 8. Выговор: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: весёлое или печальное?»

К рис. 9. Игнорирование: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: весёлое или печальное?»

К рис. 10. Агрессивное нападение: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: весёлое или печальное?»

К рис. 11. Собираание игрушек: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: весёлое или печальное? Он (она) убирает игрушки».

К рис. 12. Изоляция: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: весёлое или печальное?»

К рис. 13. Ребёнок с родителями: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: весёлое или печальное? Он (она) со своими мамой и папой».

К рис. 14. Еда в одиночестве: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: весёлое или печальное? Он (она) ест».

Выбор ребёнком соответствующего лица и его словесные высказывания фиксируются в специальном протоколе.

Протоколы, полученные от каждого ребёнка, подвергаются далее анализу, который имеет две формы: количественную и качественную.

Количественный анализ состоит в следующем. На основании данных протокола вычисляется индекс тревожности ребёнка (ИТ), который равен выраженному в процентах отношению числа эмоционально-негативных выборов к общему числу рисунков.

ИТ = Количество эмоционально негативных выборов / 14 x 100%.

По индексу тревожности (ИТ) дети в возрасте от 3,5 лет до 7 лет условно могут быть разделены на три группы:

1. Высокий уровень тревожности. ИТ по величине больше 50%.
2. Средний уровень тревожности. ИТ находится в пределах от 20% до 50%.
3. Низкий уровень тревожности. ИТ располагается в интервале от 0% до 20%.

В ходе качественного анализа каждый ответ ребёнка (второй столбец протокола) анализируется отдельно. На основе такого анализа делаются выводы относительно эмоционального опыта общения ребёнка с окружающими людьми и того следа, который этот опыт оставил в душе ребёнка. Особенно высоким проективным значением в этой связи обладают рис. 4 (одевание), 6 (укладывание в постель в одиночестве), 14 (еда в одиночестве). Дети, в этих ситуациях делающие отрицательные эмоциональные выборы, с высокой степенью вероятности будут обладать высоким ИТ. Дети, делающие отрицательные эмоциональные выборы в ситуациях, изображенных на рис. 2 (ребёнок и мать с младенцем), рис. 7 (умывание), рис. 9 (игнорирование) и рис. 11 (собираание игрушек), с большой вероятностью получат высокий или средний индекс ИТ.

ТЕСТ "СТРАХИ В ДОМИКАХ"

На диагностическом этапе работы используется тест М.А. Панфиловой "Страхи в домиках", который позволяет выявить количество страхов у детей и определить их характер.

В ходе индивидуальной беседы, выясняется, боится ли ребёнок одиночества, нападения (бандитов), заболеть, умереть, смерти родителей, некоторых людей, наказания, сказочных персонажей, темноты, животных, транспорта, стихии, высоты, глубины, воды, огня, врачей, крови. После, составляется список страхов каждого ребёнка.

Ни в коем случае нельзя торопить ребёнка с выполнением задания, так как мысли о том, как изобразить страх, подразумевают встречу с ним, контакт, соприкосновение, что само по себе уменьшает остроту его восприятия.

Индивидуальная анкета теста "Страхи в домиках"

Ф.И (ребёнка):

Класс:

Возраст:

Скажи, пожалуйста, ты боишься или не боишься:

1. Оставаться дома в одиночестве
2. Нападения
3. Заболеть, заразиться
4. Умереть
5. Смерти родителей
6. Чужих людей

7. Потеряться
8. Мамы и папы
9. Наказания
10. Сказочных злодеев (Бабы-яги, Кощея, Бармалея...)
11. Опоздать в школу
12. Страшных снов
13. Темноты
14. Животных (волка, змей..)
15. Насекомых
16. Транспорта (самолетов, машин...)
17. Высоты
18. Глубины
19. Тесных, маленьких помещений
20. Воды
21. Огня
22. Войны
23. Стихии
24. Больших помещений, улиц
25. Врачей
26. Уколов
27. Боли
28. Крови
29. Резких, громких звуков

Если количество страхов превышает норму, ребёнок берётся на коррекцию.

Таблица «Нормы страхов»

СТРАХИ	МАЛЬЧИКИ						ДЕВОЧКИ					
	Количество лет						Количество лет					
	7	8	9	10	11	12	7	8	9	10	11	12
1. Остаться дома в одиночестве	+						+		+	+		
2. Нападения	+	+				+	+	+	+	+	+	
3. Заболеть, заразиться			+		+	+						+
4. Умереть	+						+					
5. Смерти родителей		+	+					+	+			+
6. Чужих людей							+					
7. Потеряться												
8. Мама и папа												
9. Наказания		+	+	+		+		+		+		+
10. Бабы-яги, Кощея...												
11. Опоздать в школу		+	+					+	+			
12. Перед тем, как заснуть					+							
13. Страшных снов		+	+			+	+					+
14. Темноты							+		+			
15. Животных: волков, змей пауков					+			+	+	+	+	+
16. Транспорта (любого)				+								
17. Землетрясений, наводнений,	+	+					+		+	+		
18. Высоты	+	+		+			+	+		+	+	+
19. Глубины	+		+				+			+	+	+
20. Тесных, маленьких помещений	+				+							
21. Воды							+		+			
22. Огня							+	+			+	
23. Пожара	+			+							+	
24. Войны				+	+			+		+		
25. Больших помещений, улиц			+					+		+		
26. Врачей				+		+			+		+	
27. Уколов						+	+	+			+	
28. Боли	+			+		+			+			+
29. Разных громких звуков		+			+			+				
НОРМА	9	8	7	7	6	7	12	11	10	9	9	8

РИСУНОК «ХОРОШЕЕ ИЛИ ПЛОХОЕ»

Ребёнку предоставляется возможность выбора событий, происходивших с ним.

Преобладание в рисунке серых тонов и доминирование чёрного цвета подчёркивает отсутствие жизнерадостности, пониженный тон настроения, большое количество страхов, с которыми не может справиться ребёнок.

Наоборот, яркие, светлые и насыщенные краски указывают на активный жизненный тонус и оптимизм. Широкие мазки при рисовании красками, масштабность, отсутствие предварительных набросков и после дующих, изменяющих первоначальный сюжет дорисовок, показывают уверенность и решительность.

Повышенная возбудимость и особенно гиперактивность находят своё выражение в неустойчивости изображения, его смазанности или большом числе отчётливых, но непересекающихся линий. В некоторых рисунках дети рисовали очень мало, что говорит об их заторможенности и беспокойстве. Такие дети предпочитают другие виды деятельности.