

Коррекция детских страхов с использованием сказочного персонажа "Боюська".

Страх это первое базовое чувство, возникающее у человека. Эта одна из первых эмоций, которую испытывает новорожденный младенец. Страх играет важную роль в эволюции человеческого рода, так как предотвращает слишком опасные для жизни, безрассудные и импульсивные действия. Он, несомненно, был уже у первобытного человека, постоянно подвергавшегося опасностям.

В разных культурах дети в своем развитии испытывают ряд общих страхов: в раннем детском и дошкольном возрасте - страх отделения от матери, в 7-8 лет - страх смерти и т.д. Это служит доказательством общих закономерностей психического развития. Некоторые психологические особенности делают возникновение страхов у детей более вероятным. К такого рода особенностям относятся прежде всего эмоциональная чувствительность и тесно связанная с ней впечатлительность, которые, подобно эмоциональной памяти, приводят к яркому, образному запечатлению травмирующих событий жизни. Инертность, ригидность нервных процессов, а также развитая долговременная память способствуют длительному удержанию и фиксации объекта страха в сознании и затрудняют переключение внимания, что, в свою очередь, закрепляет и усиливает чувство страха.

Виды страхов у детей

Теоретически все страхи, можно разделить на три группы. Страхи первой группы обращены к человеку как к биологическому существу, несут угрозу телу и физическому Я, этот страх можно назвать «быть ничем». Отправная точка развития страха «быть ничем», то есть не жить, не существовать, быть мертвым - страх смерти. Вторая группа страхов отражает угрозу отношений - лишения общества людей, этот страх может быть назван «быть ни с кем». Страхи третьей группы характеризуют человека как социальное существо и связаны с причинением ущерба социальному или психологическому статусу личности. Эти страхи можно условно назвать страхами «быть никем» или «быть не тем», то есть несоответствие Я - идеальному.

В таблице 1 приведены примеры конкретных страхов каждой группы.

Таблица 1

«Быть ничем»	«Быть ни с кем»	«Быть никем или не тем»
Страх смерти	Страх темноты	Страх опоздать
Страх нападения	Страх одиночества	Страх не оправдать надежды
Страх стихии	Страх при засыпании	Страх не ответить
Страх войны	Страх потеряться	Страх получить плохую оценку
Страх боли	Страх наказания	Страх незнакомых людей
Страх глубины	Страх открытого пространства	Страх разочаровать родителей
Страх высоты	Страх закрытого пространства	Страх перед контрольной

Для организации более эффективной работы с детскими страхами в опыте работы педагога-психолога Зелениной Е.Г. использовался персонаж Боюська. Этот герой помогает детям увидеть, что есть некое существо, которое питается страхом и желает его

заполучить себе в качестве лакомства. Для работы с персонажем, его изготавливают из картона, или других материалов и знакомят с ребенком. Ребенок прорисовывает свой страх и складывает к Боюське в коробочку. На следующем занятии из коробочки достаются обрезки или обрывки бумаги -«съеденный страх», которые затем выкидываются.

Как познакомить ребенка с персонажем «Боюська»? Рассказать историю появления этого персонажа...

В одном обычном городе на обычной улице в многоэтажном доме жила семья - папа, мама, сын Ваня и дочка Таня.

Все у них было хорошо, жили они дружно. Часто родители ходили с ними гулять, то в цирк, то в парк, выезжали на природу (в горы, леса, на море).

И все бы ничего, да вот иногда мама с папой говорили: «Сегодня наш день, дети, мы идем в кино (в гости), а вы остаетесь дома одни». Ох, как не любили эти дни Таня с Ваней. Ваня виду не подавал и храбрился, а Таня тихонечко хныкала. И вот в один из таких дней, когда мама с папой уже ушли, дети загрустили.

- Ваня мне страшно - сказала Таня.

- Вы девчонки вечно всего боитесь - браво ответил ей Ваня.

Тут в соседней комнате, где был выключен свет, что-то скрипнуло.

- Ваня что там? - прошептала Таня.

- Ерунда - сказал Ваня и подошел к двери. Он потянул за ручки и отскочил...

- Там, там... там - пролепетал мальчик - это большое и с хоботом...

Пауза.....могут последовать ответы и предположения ребенка.....

Итак, оставим ребят, которые уже немножко успокоились и сели смотреть любимые мультики и перенесемся на окраину города. Там в старом, старом доме тоже жила семья Боюсек - папа Бояка, мама Боягузка, дочка Бояська и сыночек Боюська. Каждый вечер все старшие разлетались по делам. А дело было такое: находить себе человека и бояться вместе с ним.

Вот и наш Боюська достиг того возраста, когда ему было нужно искать своего персонального человека, но т.к. он был маленьким, то и человека нужно было найти маленького, т.е. ребенка. И вот отправился Боюська на поиски.

Шёл он шёл, и вдруг озорной ветерок поднял его и закинул в открытую форточку той самой квартиры, где жили наши герои.

Боюська страшно испугался, ведь он ожидал встречи с одним ребенком, а здесь сразу двое.

Дети то же от неожиданности вытаращили глаза, они вообще никого кроме родителей не ожидали. А тут на них упало непонятное, маленькое, взъерошенное существо в смешных домашних тапочках с красными бумбонами.

Первым очнулся Ваня

- Ты, ты, ты кто?

- Я Боюська. А почему вас двое? -Какой такой Боюська? - спросил Ваня

Наконец к Тане вернулся дар речи, и как воспитанная девичка, она вспомнила, что надо то же представиться.

- Я Таня, а это мой брат Ваня, а ни про каких Боюсиков мы даже не слышали.

- А хотите, я буду вашим Боюськой?

- А для чего это - спросил Ваня.

- И что ты умеешь делать, - спросила Таня. -А я буду бояться вместе с вами или за вас. -

Здорово, - хором сказали дети.

- А что для этого нужно?

- Нужно научиться звать меня, - ответил Боюська. -Запоминайте.

*Эй, Боюська, приходи,
Мне бояться помоги*

*Я с Боюськой подружусь,
Ничего я не боюсь.
Мы с Боюською друзья,
Он поможет мне всегда
На, Боюська, ешь мой страх,
Будет славный тарарах
Мы с Боюською вдвоем
Наши страхи пожжем
Мы с Боюською вдвоем
Мои страхи уберем*

- А чего вы сидите здесь одни? - спросил Боюська, - ведь самое время играть, гулять, развлекаться?

- Мы боимся, нам нельзя.

- Чего это вы боитесь, ведь теперь у вас есть Я Лучший в мире Боюська, если что побоимся вместе или я побоюсь за вас, а то я что-то проголодался.

- Хочешь конфет? - предложила Таня.

- Нет спасибо, мне бы лучше страха, да побольше. Я есть хочу, а ем только страхи, от них я расту... - захныкал Боюська.

- Хорошо, - сказали Ваня и Таня - мы поделимся с тобой своими страхами, только как это сделать?

- Нарисуйте их и сложите в мою коробочку, чтобы я их съел! А когда ваши страхи закончатся, я отправлюсь к другим ребятам

После знакомства с персонажем детские страхи прорисовываются и складываются в коробочку с героем, а затем рвутся.

Источник: Куличковская Е.В. Степанова О.В. ПОБЕДИ СВОЙ СТРАХИЛИ ПУТЕШЕСТВИЕ ВАНИ, ТАНИ И БОЮСЬКИ. Программа «Победи свои страхи или путешествие Вани, Тани и Боюськи» рассчитана на детей от 4 (3,5) до 10 (12) лет.