

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА  
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт психолого-педагогического образования  
Кафедра психологии

**ЕВГРАФОВА АНАСТАСИЯ ПЕТРОВНА**

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ СТРАХОВ У ДЕТЕЙ  
СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы  
Практическая психология в образовании

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой  
канд. психол. наук, доцент Дубовик Е.Ю.  
29 05 2026

Руководитель  
канд. психол. наук, доцент Тодышева Т.Ю.  
29 05 2026

Обучающийся  
Евграфова А.П.  
29 05 2026

Дата защиты

Оценка

Красноярск, 2026

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ИССЛЕДОВАНИЮ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ СТРАХОВ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....	7
1.1. Основные характеристики понятия «страхи у детей».....	7
1.2. Социально-психологическая характеристика детей старшего дошкольного возраста.....	13
1.3. Психологическая коррекция страхов у детей старшего дошкольного возраста.....	22
Выводы по Главе 1.....	30
ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ И ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ СТРАХОВ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....	31
2.1. Эмпирическое исследование страхов у детей старшего дошкольного возраста.....	31
2.2. Реализация проекта программы психологической коррекции страхов у детей старшего дошкольного возраста.....	36
Выводы по Главе 2.....	49
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	50
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	54
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	60

## ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования темы, связанной со страхами, более всего обусловлена теми событиями, которые происходят в настоящее время в стране. При всем при том, что именно сейчас социально-экономическое положение государства как никогда отличается стабильностью – вовремя выплачиваются все социальные выплаты, не наблюдается дефицита товаров и нет перебоев в снабжении, образовательные и медицинские организации работают исключительно по графику, - но при этом нельзя говорить о том, что настроение и психическое состояние населения стабильно. Изменения политического пространства, сопровождаемое специальной военной операцией, объявляемые режимы беспилотной опасности и повышенной готовности – все это влияет на общий фон тревожности у большинства населения страны.

Также и до событий 2022 года обилие информационного потока, который повышается ежегодно, не стабилизирует психоэмоциональное поле населения, поскольку многочисленные сообщения о различного рода стихийных бедствиях, катаклизмах и прочих ситуациях стали постоянным фоновым потоком в СМИ. И первыми, кто реагирует на этот поток негативной информации, являются дети, критическое мышление которых еще не достаточно развито, отсутствуют навыки экологичного фильтра входящей информации и также не выработаны механизмы самозащиты о подобного рода внешних раздражителей.

Поэтому в условиях двух основных стресс-факторов: это политические события и высокий уровень информационного обмена, - уровень детской тревожности возрастает кратно возрастанию интенсивности потока внешних раздражителей. К этому нужно также добавить изменения образовательных стандартов, тенденцию к возрастанию нагрузки на ребенка от образовательных организаций, а также иные субъективные факторы, которые также ведут к культивированию детских страхов, различного рода

негативных состояний, ведущих к потере уверенности в себе и в завтрашнем дне.

Страхи являются спутником не только детской психики, но и взрослого человека, страх – это нормальная реакция человека на самые различные рациональные и иррациональные факторы. Однако, иррациональные страхи, как правило, не имеют положительного эффекта для детской психики и приводят эмоциональному неблагополучию детей, которое в современной образовательной политике является объектом для работы и устранения (п. 1.6 Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (ФГОС ДОО)) [3].

Внимание к эмоциональному благополучию в последние годы стало особенно высоким в рамках дошкольного образования, поскольку этот возраст чрезвычайно важен и значим в становлении личности. Дошкольный возраст является критическим периодом для формирования основ социальной и эмоциональной компетентности, которые в дальнейшем определяют успешность взаимодействия ребенка с окружающими. Дошкольники начинают активно взаимодействовать с окружающим миром, устанавливать социальные связи и формировать представление о себе и окружающих. Страхи, присущие дошкольникам, могут привести к нарушению статусной позиции ребенка в коллективе сверстников, снижению мотивации и познавательной активности, а впоследствии – к школьной дезадаптации.

Несмотря на то, что тема страхов разработана и раскрыта в психологической общей и возрастной литературе достаточно полно, остается актуальным вопрос адаптации уже имеющихся научных данных применительно к современным условиям информационного цифрового общества и социально-политических изменений. В связи с этим адаптация накопленных научных знаний о страхах к нынешним условиям, а также к изменяющимся требованиям программ дошкольных и школьных образовательных организаций.

Объект исследования: страхи у детей.

Предмет исследования: страхи у детей старшего дошкольного возраста.

Цель исследования – реализовать программу психологической коррекции страхов у детей старшего дошкольного возраста.

Для достижения поставленной цели в работе решаются следующие задачи:

1. Проанализировать подходы отечественных и зарубежных психологов к проблеме страхов у детей.
2. Представить социально-психологическую характеристику детей старшего дошкольного возраста.
3. Изучить возможности психологической коррекции страхов у детей старшего дошкольного возраста.
4. Провести эмпирическое исследование, направленное на изучение страхов у детей старшего дошкольного возраста.
5. Реализовать программу психологической коррекции страхов у детей старшего дошкольного возраста.

Гипотезой исследования послужило предположение о том, что реализация коррекционно-развивающей программы с включением в нее методов и техник арт-терапии, будет способствовать снижению уровня и количества страхов у детей.

Методы исследования:

– теоретические (анализ, синтез, обобщение, систематизация научной литературы);

– методы сбора эмпирической информации: опрос, тестирование

Методики исследования:

– опросник «Подверженность ребенка страхам» (автор – А.И. Захаров);

– тест «Страхи в домиках»(авторы – А.И. Захаров, М.А. Панфилова).

Теоретическая основа исследования:

– научные труды, посвященные изучению страхов у детей дошкольного возраста, таких ученых, как О.В. Акулова, К.В. Безчасный, Л.С. Выготский,

А.И. Захаров, М.К. Иванова, В.Г. Колягина, Е.Э. Кригер, С.А. Лебедева, В.Л. Леви, А.Н. Малахова, А.М. Прихожан, М. Серебрякова, Г.А. Урунтаева, В.А. Шиманская, Ю.В. Щербатых и другие;

– исследования особенностей психологической коррекции следующих ученых: И.П. Воропаева, А.И. Захаров, О.А. Карабанова, В.С. Мухина, М.И. Чистякова и другие.

Эмпирическая база исследования: дошкольная образовательная организация Красноярского края. В исследовании приняли участие 20 детей в возрасте от 6 до 7 лет.

Практическая значимость исследования заключается в том, что апробирована программа психологической коррекции страхов у детей старшего дошкольного возраста.

Структура работы. Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников и приложений.

# **ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ИССЛЕДОВАНИЮ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ СТРАХОВ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

## **1.1. Основные характеристики понятия «страхи у детей»**

Проблема страхов исследуется представителями естественных наук и даже теологами на протяжении всей истории исследования человеческой психики. Первое и общепринятое отношение к страху – это как к эмоции с отрицательным значением, блокирующей положительные эмоции человека и приводящей его в состояние ухудшения настроения. Однако, все сомнения и положительное значение страха как механизма предупреждения потенциальной опасности для человека. Страх – это не только негатив, но и механизм, позволяющий человеку избежать опасных для него ситуаций. Страх – это не только эмоция, это одновременно и мотив, и катализатор социальных и даже политических процессов. Страх является многогранным и многокомпонентным предметом исследования.

Среди зарубежных авторов страхи исследовали А. Адлер, Р. Бар-Он, Х. Гарднер Д. Гоулман, М. Зайднер, К. Изард, Д. Карузо, Р. Лазарус, Р. Липер, Дж. Майер, Дж. Меттьюис, М.А. Нгуен, Р. Робертс, Г. Салливан, З. Фрейд, С. Холл и другие ученые.

Одним из первых исследовал влияние страхов на деятельность и жизнь человека американский психолог Стенли Холл. В генезисе страха как социально-психологического явления он выделял страхи, присущие животным, которые базово заложены в детской психике и развиты в социальной среде до уровня человеческих [45].

Автор психоанализа Зигмунд Фрейд в основе страха видел следствие травматического стресс-фактора, который приводит к общему неудовольствию как психической эмоции. Травма может возникнуть в моменте или запомниться психикой и вызывать болезненные реакции от

триггеров. То есть в основе страха лежит стрессовая триггерная ситуация [10].

Страх по классификации эмоций относится к негативным переживаниям психики. Если говорить о различных типах эмоциональных состояний, то можно привести теорию американского психолога Кэрролла Изарда, который делил их на основные и производные от основных. И основные эмоции, которые в своей совокупности приводят к эмоциональному неблагополучию, основаны на тревожности и разных страхах, которые может испытывать ребенок в зависимости от различных условий текущей и фоновой социальной и психоэмоциональной ситуации, в которой он находится [22].

Говоря о страхе, автор К. Изард указывает, что он относится к базовым основным эмоциям, одним из фундаментальных животных инстинктов, лежащих в основе инстинкта самосохранения, поскольку именно страхи ограждают человека (равно как и любое живое существо), от опасности, не дают ему погибнуть или причинить себе вред. Страхи имеют одинаковые телесные и мимические проявления у людей самых разных наций и народностей, вне зависимости от языка, традиций и обычаев. Это наглядно о свидетельствует о глубинной естественной природе страха как базовой эмоциональной реакции [ 22].

Тревога и страх являются похожими, но разные по своей природе состояниями. Согласно исследованиям американского психолога Гарри Стэк Салливана страх первичен, это базовая реакция на раздражитель, на угрозу и в основе страха всегда лежит первобытный инстинкт самосохранения. Совокупность или длительное переживание страха является основой для фоновой или внезапной ситуативной тревоги. Частые страхи приводят к появлению тревожности как характеристике личности [24].

Среди отечественных ученых проблему эмоций исследовали И.Н. Андреева, С.Д. Гуриева, С.П. Деревянко, А.И. Захаров, Е.П. Ильин,

Н.В. Казаринова, Л.Д. Камышникова, А.И. Комарова, В.Н. Куницына, Д.В. Люсин, И.Н. Мещерякова, Т.Д. Савенкова, Е.В. Сидоренко.

А.И. Захаров пришел к выводу, что отрицательные эмоции, испытываемые человеком, могут стать причиной негативных эмоциональных состояний и лечь в основу страхов и эмоционального неблагополучия. Ученый называет страх «естественным постоянным сопровождением психического развития индивида» [16, с. 15].

Согласно точке зрения В.А. Шиманской и А.А. Чканиковой, страх можно определить как осознание человеком надвигающейся опасности, которая непосредственно влияет на его защищенность и общее состояние благополучия. Это явление представляет собой одну из форм эмоционального отклика, спровоцированную как социальными, так и физиологическими угрозами. Важно отметить, что страх всегда имеет конкретный источник, который может быть как реальным, так и являться лишь порождением человеческого воображения [45].

А.М. Прихожан характеризует страх как острое, особое эмоциональное состояние, возникающее как непосредственная реакция на ситуацию, когда опасность близка и конкретна [33].

По мнению В.Г. Колягиной, любой детский страх в своей основе содержит страх смерти, который может действовать как неосознанно, так и осознаваться самим ребенком [22].

Анализ научной литературы по проблеме детских страхов показал, что страх – это базовая эмоциональная реакция. Важно отметить, что страх перечисленные выше исследователи отождествляют с эмоциональной и социальной компетентностями. Это понятие стало основой для дальнейших исследований в области психологии и педагогики. В связи с этим, во главу угла ставится умение распознавать, выражать и регулировать эмоции, а также применять их для решения проблем и межличностного взаимодействия.

Ю.В. Щербатых выделил три основные формы проявления страха. Во-первых, субъективная (эмоциональная) форма, представляющая собой внутренние переживания. Во-вторых, поведенческая форма, включающая конкретные действия, такие как нападение, бегство или оцепенение. В-третьих, соматическая (физиологическая) форма, а именно изменения в работе организма, связанные с реакцией на страх [46].

В психологической и педагогической науках разработано немало подходов к систематизации страхов, базирующихся на разнообразных критериях.

Согласно классификации, разработанной А.И. Захаровым и представленной в Приложении А, реальные и интенсивные (острые) страхи, как правило, возникают ситуативно – в ответ на конкретную угрозу. Воображаемые же и хронические страхи коренятся в индивидуально-психологических особенностях ребёнка, в его личностных чертах [16].

В.Г. Колягина «страхи разделила на возрастные и невротические. Возрастные страхи присущи эмоционально чувствительным детям, выступая зеркалом личностного и психического развития» [22, с. 16]. Возникновение возрастных страхов В.Г. Колягина объясняет рядом причин, которые наглядно отражены в Приложении Б.

Е.Э. Кригер полагает, что детские страхи чаще всего возникают из-за конкретных неприятных событий, которые ребёнок пережил. Например, ребенок мог наглотаться воды во время купания или его могла укусить собака на прогулке. Такие страхи, как правило, достаточно легко поддаются психологической коррекции [24, с. 58].

А.Н. Малахова отмечает, что самые частые детские страхи – внушенные. Такие страхи возникают непреднамеренно под влиянием близких людей: педагогов и родителей, которые настойчиво, с эмоциональным накалом предупреждают ребенка о различных опасностях. При этом, как подчеркивает автор, нередко пугающим фактором оказывается

не сама опасная ситуация, а чрезмерная или неадекватная реакция взрослого на нее [27].

По мнению Марии Серебряковой, одной из весьма частых причин появления детских страхов выступает богатое воображение ребенка: нередко он сам придумывает то, чего боится, создавая в своем сознании образ пугающего объекта [37].

Д.Ю. Кияшко и Е.Г. Воробьева провели количественный и качественный анализ детских страхов в разных возрастных группах. По их данным, пик количества страхов приходится на возраст 6–7 лет. У детей старшего дошкольного возраста связи между разными страхами становятся значительно менее интенсивными [21].

Д. Фалеева, А.Н. Грязновуверены, что «наиболее распространены страхи внушенные. Эти страхи ненамеренно формируются близкими людьми. Педагоги, родители настойчиво и эмоционально внушают ребенку опасности. Между тем, в ряде случаев ребенка больше пугает не опасная ситуация, а неадекватная реакция взрослого на эту ситуацию. Достаточно распространенной причиной детских страхов выступает бурная фантазия ребенка, который зачастую сам себе выдумывает предмет страха» [42, с. 342].

Ю.Н. Анисимова основной причиной детских страхов считает влияние взрослых: «Родители могут быть неоправданно строгими с ребенком, излишне жестоки с ним, применять физические наказания, игнорировать чувство собственного достоинства ребенка. Это может привести к возникновению страха смерти» [8, с. 65].

Согласно В.Д. Вознюку, детские страхи, связанные со смертью, нередко включают опасения перед военными действиями, агрессией, образами из сказок, наступлением темноты, разлукой с родителями, огнем, природными катаклизмами и возгораниями. Наиболее выражено переживание страха смерти фиксируется в период старшего дошкольного возраста. В это время ребенок может испытывать страх перед засыпанием, опасаясь, что сон может стать причиной его смерти [11].

Источником детского страха смерти часто становится некорректное объяснение взрослыми самого факта смерти. Например, ребенок слышит: «Бабушка заснула и больше не проснется», что формирует у него искаженную связь между сном и умиранием. Дополнительным травмирующим фактором выступает участие ребенка в похоронной церемонии или даже просто пребывание в доме, где некоторое время находится умерший [18].

Исследователи Т.О. Шатских и О.Н. Бакаева приступили к изучению детских страхов, уделяя особое внимание их проявлению в зависимости от половой принадлежности. Результаты исследования показали, что у девочек наблюдается значительно большая интенсивность страхов по сравнению с мальчиками. Более того, страхи, характерные для девочек, демонстрируют выраженную взаимосвязь между собой. Эти страхи не исчезают после дошкольного возраста, а продолжают оказывать влияние на ребенка и в школьные годы. Таким образом, можно утверждать о существовании прочной взаимосвязи между детскими страхами и эмоциональным развитием личности ребенка [44].

По наблюдениям Ю.В. Щербатых, значительно возрастает страх физического насилия. Ребенок начинает бояться нападений ровесников и старших детей, опасается побоев, насмешек, вымогательства и других форм агрессии [46].

Мария Серебрякова причину детских страхов видит в дисгармоничных отношениях между детьми: «Среди дошкольников широко распространены жестокие розыгрыши, черный юмор: «Мальчик в овраге нашел пулемет – больше в деревне никто не живет» [37, с. 39].

А.М. Прихожан выделяет две частые причины детских страхов. Первая связана с напряжёнными внутрисемейными отношениями: ребенок начинает чувствовать себя виноватым в родительских проблемах. Вторая причина – взаимодействие с ровесниками. Когда сверстники по каким-либо причинам

не принимают ребенка, не зовут его играть, обижают, у него появляется страх унижения и боязнь посещать детский сад [33].

Аналогичную точку зрения высказывает А.Н Малахова. Автор говорит о конфликтах в семье как об «одной из самых распространенных причин появления детских страхов» [27, с. 10].

Исследование Ю.А. Кочетовой выявило четыре ключевых фактора, вызывающих детские страхи, ранжированных по частоте упоминания. Наиболее распространенной причиной, указанной 48% участников, стали напряженные отношения в семье. На втором месте, с 28% голосов, оказалась авторитарная модель воспитания. Третью позицию (14%) заняла недостаточная информированность родителей о возрастных и психологических аспектах развития детей. Последнюю, четвертую причину (10%) обозначили респонденты, чьи собственные страхи передаются детям через проекцию [23].

Исследования, проведенные В.Д. Вознюк, показали, что «причины возникновения страхов у детей: разговоры о болезнях, смерти, обсуждение различных опасностей, телесюжеты об авариях, убийствах» [11, с.2].

Таким образом, можно сделать следующие выводы.

Страх является междисциплинарной категорией, объектом исследования различных наук. Природа страха проистекает из базового инстинкта самосохранения, и он является психоэмоциональной реакцией человека на различные угрозы как физического, так и социального характера. Страх имеет триггер, то есть повод, который вызывает воспоминание – осознанное или неосознанное о той ситуации, в которой он возник. Страхи классифицируются на различные виды в зависимости от объекта угрозы индивиду, но при этом можно выделить некоторые типовые виды страхов, которые наблюдаются у детей. Выделяют страх медицинских манипуляций, к которым относится страх крови; физические страхи: боли, скорости, транспорта; базовый страх смерти; базовые страхи неизвестности: темноты,

глубины, леса; социальные страхи: выступления публикой, незнакомых людей, незнакомых мест и иные.

## **1.2. Социально-психологическая характеристика детей старшего дошкольного возраста**

Для полноценного анализа страхов детей необходимо исследовать текущие особенности психического развития детей этапа 5-7 лет, то есть периода, предшествующего началу школьного образования. Этот возраст по градации возрастной психологии называется старшим дошкольным возрастом [47].

О.В.Акулова считает, что это возрастной период характеризуется комплексными не только физиологическими изменениями, но и социальным становлением личности в новом статусе – статусе выпускника дошкольной образовательной организации и перехода в школу [6].

Кроме социализации и внешних физических изменений, в старшем дошкольном возрасте происходят множественные изменения в психике ребенка, которые характеризуются появлением новообразований. Основными и наиболее проявленными среди них являются следующие.

Высокими темпами в здоровой физиологической и социальной ситуации развивается речь. Такая речь теперь более осознанная, ребенок учится логическому построению речи на определенную тему, учится аргументировано обосновывать свою позицию, вести описательные рассуждения и понимать форма диалога в общении. Важно, что в этом возрасте дети учатся размышлять внутри себя, то есть мышление из образного становится предметно-речевым.

Процессы мышления становятся целенаправленными и более сложными, что связывается с развитием познавательного мотива наравне с игровым. С.А.Лебедева указывает на активное развитие познавательного интереса в мотивационном спектре ребенка, то есть мотивация тех или иных

действий ребенка уже не просто хаотично-игровая, но исследовательская, связанная с интересом узнать что-то новое об окружающем мире, о его закономерностях [25].

У детей этого возрастного периода активно развиваются навыки общения и коммуникации. На смену ситуативному, отрывочному общению приходит способность обсуждать самые разные темы. Словарный запас становится заметно шире, а речь – более сложной, связной, насыщенной прилагательными и приобретает описательный характер. Навыки речевого общения дошкольников требуются для последующего освоения школьной программы.

Существенные изменения в психике ребенка сопровождаются активным развитием устной связной речи. Речь является одним из основным способов проявления себя в обществе для любого человека.

Человек как биологическое существо сообщает посредством речи информацию, причем издавна именно речь была наиболее доступным и распространенным способом выражения для человека. Из всех способов коммуникаций и донесения значимой информации, речь является первостепенной, поскольку для речи это – базовая основная функция. Человек, по необходимости, может также выражаться иными способами, но они используются тогда, когда речь по каким-то причинам недоступна. При этом речь, как базовый навык общения, лежит в основе прочих психических процессов. На основе речи формируются процессы мышления, памяти, осознания и восприятия и так далее.

Если говорить о преимущественном стиле речи в возрасте 4-5 лет, то оно становится ситуативно-деловым. Форма общения дошкольников меняется – в возрасте 5-6 лет такое общение происходит вне ситуаций в деловом или личностном формате, но в 6-7 лет преобладать начинает личностное общение.

Авторы Г.А. Урунтаева и Е.Н. Гошева указывают на высокое значение коммуникации в полноценной социализации и развития старшего

дошкольника. Нарушение развития речи всегда негативно влияет на весь сект социализации ребенка: он не может качественно взаимодействовать ни со взрослыми, ни, что более важно, со сверстниками; у такого ребенка падает самооценка и вера в собственные силы, что психологически необходимо для полноценного обучения и достижения образовательно-воспитательных целей. Такие дети сложнее вливаются в детский коллектив, занимают в нем позиции непопулярных детей, с ними неохотно вступают во взаимодействие другие дети [41].

В старшем дошкольном возрасте внимание, как и другие психические функции, продолжает активно развиваться. Увеличивается не только объем внимания, но и его произвольность, а также способность дольше сосредоточиваться на одном объекте.

М.К. Иванова и М.И. Дедюкина указывают на тот фактор, что при достаточной работе с детьми и при отсутствии психических заболеваний уровень развития внимания детей старшего дошкольного возраста достаточен для того, чтобы полноценно начать осваивать школьную программу начальных классов. Если же дети имеют нарушения психического или интеллектуального характера, то, в первую очередь, отражаться это будет на способности удерживать произвольное внимание на том или ином объекте. Если у ребенка нарушена концентрация внимания, ему будет сложно сосредоточиться на чем-то, сложно удержать внимание, они быстро устают и переключаются. С такими свойствами внимания крайне тяжело дается обучение в начальной школе [19].

Процесс развития внимания также неоднороден – в возрасте до 6 лет развивается в основном запоминание, до 7 лет – долговременная память, которая становится базой для дальнейшего школьного обучения.

Процесс развития внимания также зависит от типа восприятия и мышления ребенка, которое также развивается с возрастом. Так, если к 6 годам у ребенка мышление, в основном, образное, ребенку проще размышлять на наглядных предметах, то к 7 годам тренируется умение

мыслить абстрактно, что является необходимой базой для последующего развития навыком логики.

Для образовательной деятельности крайне важным является такой показатель психических процессов, как умение удерживать концентрированное произвольное внимание. Без этого умения почти невозможен процесс получения образования как системный организованный процесс в рамках понимания его как деятельности, предшествующей последующей трудовой реализации человека. Именно умение удерживать концентрированное внимание вырабатывается в дошкольной образовательной организации, что происходит одновременно с переходом от ведущей игровой деятельности ребенка к познавательной. И если у ребенка низкая мотивация к познавательной деятельности, удерживать концентрированное внимание для него будет крайне затруднительным.

У детей, у которых диагностируется начальная стадия умственной отсталости, часто проявляются дефекты произвольной памяти, то есть они могут легко запомнить то, что привлекло их внимание по каким-то причинам, но им тяжело дается запоминание материала в процессе обучения.

Также параллельно со становлением абстрактного мышления развивается воображение, которое у ребенка к 7 годам выражается в способности придумывать сюжеты рассказов, картин, иных форм. Для ребенка со здоровым развитием нормальным является высокий уровень развития воображения, но, что важно, - такой ребенок различает выдуманный мир и реальный, способен переключаться от воображения в реальность.

Помимо остального, отличительной чертой дошкольника возраста 6 лет является развитие волевых качеств, то есть способности управлять своими действиями, вниманием, эмоциональным состоянием. Дети этого возраста учатся контролировать свои проявления сообразно социальной обстановке [6]. Эти процессы являются необходимым условием социализации, которая проявляется как умение ребенка соответствовать социальной обстановке.

Память и внимание – это процессы, которые находятся в тесной связи друг с другом. Нарушения внимания неизбежно приводит к сложностям запоминания информации, а также дают такие побочные эффекты, как неспособность концентрировать произвольное внимание на малоэмоциональном объекте, каковым является почти вся образовательная программа; быстрое наступление усталости и потеря познавательного интереса; слабая усидчивость, эмоциональная нестабильность.

Познавательные процессы у младших школьников с легкой формой умственной отсталости имеют свои специфические характеристики. Эти особенности связаны с дисфункцией общего интеллекта, что проявляется в замедленном темпе осмысления, усвоения, понимания и запоминания получаемых сведений.

Также проявления такого ребенка в коммуникации крайне затруднительно: у него нарушена речь во всех проявлениях: звуках, содержании, логике построения коммуникации. Авторы Т.А. Колосова и Д.Н. Исаева связали напрямую уровень развития интеллектуальных функций и речи – слабый интеллект всегда сопровождается недостатками речи [23].

Говоря об эмоциональном фоне здорового ребенка старшего дошкольного возраста, следует отметить, что он, как правило, психологически стабилен и позитивно настроен, любознателен, открыт новому и с интересом изучает окружающий мир. Именно на этом строится мотивация познавательного интереса ребенка и его обучение новому, - в основе мотивации интереса к познанию лежит вся педагогическая работа с ребенком дошкольного возраста.

Говоря о развитии дошкольника, следует указать также на еще высокую подвижность ребенка, ему важно много двигаться, проявлять активную деятельность, его возможности и физические способности улучшаются. Автор С.А. Лебедева указывает на важность сочетания умственной и физической активности для гармоничного и полноценного развития ребенка [25].

Исследователи М.К. Иванова, М.И. Дедюкина указывают, что в старший дошкольный период активно формируется характер ребенка, основы его нравственных ценностей и мировоззрения [19].

Исследования Л.С. Выготского показали, что в среднем дошкольном возрасте формируется поведение ребенка. Эмоциональное состояние ребенка напрямую сказывается на его поведении и познавательной активности. Когда ребенок чем-то огорчен, у него пропадает желание играть и осваивать новое; он становится вялым, безынициативным, его общая активность заметно снижается. Подавленность и повышенная тревожность отражаются на поведенческих проявлениях ребенка: он замкнут, неохотно вступает в коммуникацию, стремится к уединению. Или, напротив, ведет себя крайне вызывающе, раздражает окружающих, провоцирует агрессию со сторон сверстников. Однозначно, что подавленное психоэмоциональное состояние всегда негативно отражается на социализации ребенка [7].

Рассмотрим причины возникновения страхов у детей старшего дошкольного возраста.

Одной из частых причин появления состояния эмоционального неблагополучия ребенка этого возраста является смена домашней привычной обстановки на обстановку детского дошкольного образовательного учреждения. Детский сад всегда является стресс-фактором для ребенка любого возраста, поэтому этот адаптационный период требует особого внимания и поддержки со стороны взрослых.

Во-вторых, причиной появления страхов дошкольников 5-7 лет могут стать взаимоотношения в группе детского сада, которая представляет собой живой организм, состояние которого зависит от множества факторов, одним из которых является социометрический статус, опосредуемый характером межличностных отношений. Принято говорить о нескольких типах социометрического статуса.

Принято говорить о нескольких типах социометрического статуса.

«Звездами» (популярными детьми) называют тех, кто чем-либо

выделяется среди сверстников. Они уверены в себе, проявляют способности в спорте или творчестве, занимают призовые места на конкурсах, активно участвуют в утренниках и концертах, часто становятся заводилами в играх. Немалую роль играет и внешняя привлекательность таких детей. С ними хотят общаться, играть, дружить все. «Звёзды» могут обладать лидерскими задатками, при этом они, как правило, открыты для контактов с любым сверстником. Для таких дошкольников чаще всего характерна завышенная самооценка [22].

К категории «предпочитаемых» относят дошкольников, у которых нет ярко выраженных лидерских задатков: они не способны стать заводилами в игре и не готовы возглавить даже небольшую группу детей. Тем не менее, с ними охотно играют и дружат многие сверстники. Такие дети обычно сужают круг своего общения до нескольких человек, в этом узком кругу они чувствуют себя комфортно и уверенно. С остальными ребятами они не вступают в конфликты, но и близких, доверительных отношений не поддерживают. Уровень самооценки у «предпочитаемых» может быть как завышенным, так и адекватным [25].

К группе «изолированных» относятся дети с пониженной активностью, застенчивые, неуверенные в себе, неразговорчивые. Сверстники их попросту игнорируют: не вовлекают в общие игры, избегают садиться рядом во время занятий или становиться с ними в пару на прогулке. Сами такие дети не проявляют инициативы к общению и предпочитают играть в одиночку. У этих дошкольников, как правило, отмечается заниженная самооценка.

В группу «отвергаемых» попадают дети, которых сверстники не принимают из-за повышенной конфликтности, враждебного отношения к окружающим, неадекватного поведения. Нередко такие дети не обладают внешней привлекательностью либо имеют заметные физические недостатки. Самооценка у этих дошкольников чаще всего оказывается либо завышенной, либо заниженной.

Группа детского сада представляет собой живой организм, состояние

которого зависит от множества факторов, одним из которых является социометрический статус. Именно в группе сверстников происходит самоопределение себя в социуме как члена общества, осознании и установлении своего места среди других людей, ближнего и дальнего окружения, освоения новых социальных ролей. То есть группа детского сада – это место самоидентификации себя как члена общества, социализация и самоопределение своего места в окружении. Именно в группе детского сада формируется социометрический статус ребенка [30].

В-третьих, одна из главных причин эмоционального неблагополучия у детей 4–5 лет – недостаток поддержки со стороны близких взрослых. Взрослые играют ключевую роль в процессе социализации: они могут либо помогать ребенку успешно входить в социум, либо, напротив, тормозить его личностное развитие, порождая в нем страх и неуверенность в себе, провоцируя фобии, агрессию и прочие негативные проявления.

В-четвертых, у детей 5–7 лет источником страхов способны выступать и средства массовой информации. Регулярно сообщая о бедствиях, катастрофах и чрезвычайных происшествиях, СМИ создают у ребенка ощущение масштабных и разрушительных последствий, которые наносят вред не только конкретным людям и организациям, но и всему обществу в целом. У детей, воспитывающихся в условиях политической и внешнеэкономической нестабильности, возникают страх, тревожность, чувство незащищенности.

В-пятых, страхи у детей 5-7 лет вызывают неблагоприятные взаимоотношения с педагогами дошкольной образовательной организации.

В-шестых, основанием возникновения страхов у ребенка 5-7 лет могут быть индивидуальные характеристики личности, особенности внутренней жизни и внутреннего мира ребенка [24].

Таким образом, можно сделать следующие выводы.

К числу факторов, вызывающих страхи у старших дошкольников, можно отнести: трудности адаптации к детскому саду; статус ребенка в

группе сверстников психологический климат в семье и взаимоотношения с близкими (характер детско-родительских отношений, стиль семейного воспитания, неблагоприятные взаимоотношения с воспитателями в детском саду), средства массовой информации (распространяющие сведения о бедствиях, катастрофах, происшествиях чрезвычайного характера), индивидуальные характеристики личности (особенности внутренней жизни и внутреннего мира ребенка).

### **1.3. Психологическая коррекция страхов у детей старшего дошкольного возраста**

Страхи не являются врожденными – ребенок обретает их по мере изучения окружающего мира и включения в социальные отношения. Иначе говоря, появление страхов всегда обусловлено конкретными жизненными событиями, под влиянием которых еще не окрепшая детская психика претерпевает определенные изменения и искажения. Отсюда вытекает необходимость выявить причинно-следственный механизм, через который формируются установки, запускающие страхи, чтобы пресекать их на самых ранних этапах.

Термин «коррекция» происходит от латинского слова, которое переводится как «исправление», «внесение поправок» или «частичное изменение». Под психологической коррекцией следует понимать «целенаправленное психологическое воздействие психолога на определенные психологические структуры личности, осуществляемое с целью обеспечения полноценного развития индивида» [43, с. 409].

Анализ психолого-педагогической литературы показал, что к среди наиболее распространенных методов выделяют арт-терапию и игровую терапию. Эти подходы признаются самыми действенными, так как они опираются на привычные для ребёнка и приносящие ему удовольствие виды активности.

Как подчеркивали Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев и Д.Б. Эльконин, игровая деятельность играет ключевую роль в психическом развитии ребенка. По определению Д.Б. Эльконина и А.Н. Леонтьева, ведущей деятельностью в дошкольном возрасте является сюжетно-ролевая игра.

Как отмечал Д.Б. Эльконин, деятельность, «в которой ребенок сначала эмоционально, а затем и интеллектуально осваивает всю систему человеческих отношений, это особая форма освоения действительности путем ее воспроизведения, моделирования» [47, с. 35].

Игровая деятельность выполняет различные функции, в том числе и психотерапевтическую. По мнению М.А. Скворцовой, «игровая терапия – нередко единственный путь помощи тем, кто еще не освоил мир слов, взрослых ценностей и правил, кто еще смотрит на мир снизу вверх, но в мире фантазий и образов является повелителем» [38, с. 164].

Отечественные психологи, опираясь на теорию игровой деятельности, получившую наиболее полное и детальное обоснование в работах Л.С. Выготского, А.Н. Леонтьева и Д.Б. Эльконина, широко используют игру в своей практике.

О.А. Карабанова перечисляет фундаментальные психологические процессы, посредством которых игровая деятельность способствует коррекции развития ребенка.

Первоначально, в условиях, специально созданных для игры, воспроизводится система взаимоотношений между людьми. Это дает ребенку возможность осмысливать эти связи и использовать их как ориентиры.

Далее, примеряя на себя различные роли, ребенок получает шанс переосмыслить свою собственную позицию, освобождаясь от личностного и познавательного эгоцентризма.

В-третьих, игра поддерживает ребенка в понимании собственных эмоциональных состояний, в том числе посредством их озвучивания (вербализации).

Наконец, наряду с игровыми, формируются и реальные отношения между детьми, характеризующиеся равенством, партнерством, взаимной поддержкой и содействием. [20].

А.И. Захаров создал метод игровой психотерапии, который, в частности, хорошо зарекомендовал себя при коррекции детских страхов. Предложенный им подход включает четыре последовательных этапа работы с ребёнком: сначала проводится беседа, затем инициируется спонтанная игра, после нее предлагается направленная игра, и завершается процесс внушением [16].

Арт-терапия – «метод психотерапии, в котором для лечения и психокоррекции используются художественные приемы и творчество (рисование, лепка, музыка, фотография, кинофильмы, книги, актерское мастерство, создание историй и многое другое)» [7, с. 11].

Названный метод поддерживает интерес детей, активизирует познавательную деятельность, двигательную сферу, коммуникативные навыки, развивает двигательную активность, пространственное мышление. Арт-терапия дает ребенку возможность самостоятельно исследовать мир и проявить свое творческое воображение. Дети учатся оценивать свое творчество, оригинальность сюжета и разнообразие образов. В процессе арт-терапии развивается фантазия ребенка, совершенствуются процессы познания, формируется тяга к творческому процессу.

М.Е. Санина сформулировала ключевые задачи арт-терапевтической работы: формировать у ребенка способность управлять своими действиями и выбирать более рациональные способы решения задач; избегать механического копирования приёмов, используемых другими детьми; развивать умение действовать целенаправленно, предварительно планируя свои шаги, что рассматривается как обязательное условие для успешного выполнения конструктивных заданий; развивать коммуникативные навыки; стимулировать творческое воображение каждого ребенка [36].

Рисование, как один из методов арт-терапии, представляет собой творческое действие, дающее ребенку возможность пережить радость от достигнутого результата. Кроме того, оно предоставляет детям свободу для выражения собственных эмоций и переживаний. Подобно игре, рисование не просто воспроизводит в сознании ребенка картину окружающего мира, но и позволяет её преобразовывать, а также служит средством выражения своего отношения к действительности.

С.П. Подшивалова описала последовательность этапов коррекционной работы с применением метода проективного рисования:

Ориентировочный этап: ребенок знакомится с окружающей обстановкой, изучает имеющиеся изобразительные средства, выясняет, что можно и чего нельзя делать при рисовании.

Выбор темы и эмоциональное погружение: ребенок выбирает, что будет рисовать, и эмоционально включается в сам процесс.

Поиск подходящей формы выражения: подбирается адекватный способ передачи замысла на рисунке.

Развитие формы и конкретизация: рисунок постепенно совершенствуется в направлении более полного и глубокого самовыражения, детализируется.

Символическое разрешение конфликта: травмирующая или конфликтная ситуация прорабатывается в символической, зашифрованной форме на рисунке [32].

А.И. Захаров в своих трудах детально проанализировал ключевые этапы рисуночной терапии, используемой для преодоления детских страхов. Он подчеркивает, что при интерпретации рисунка не следует оценивать степень художественного мастерства ребенка. Главное – понять, какие эмоциональные переживания он передает с помощью таких изобразительных средств, как цвет, форма и размер [16].

Еще один распространенный в арт-терапии метод преодоления детских страхов – сказкотерапия. Этот подход опирается на сказочную форму и

направлен на гармонизацию личности, стимулирование творческих способностей, углубление самосознания, а также на улучшение взаимодействия человека с окружающим миром [39].

Среди терапевтических ролей сказки часто выделяют: помощь ребенку в осмыслении и переживании трудных для него эмоциональных моментов; предоставление возможности через символы проработать и освободиться от телесных зажимов и эмоциональных потрясений; а еще, возможность через символический язык принять и осмыслить свою телесность и связанные с ней проявления [13].

Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева разработала систему сказкотерапевтической психокоррекции. Она трактует ее как процесс, в котором через работу со сказкой решаются следующие задачи: знакомство с сильными сторонами личности ребенка; расширение его сознания и поведенческого репертуара; поиск нестандартных, но оптимальных способов выхода из разных жизненных ситуаций; а также обеспечение безусловного принятия ребёнка и равноправного взаимодействия с ним [17].

Предложенный Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой курс сказкотерапии содержит разнообразные приёмы и формы работы, в том числе направленные на преодоление детских страхов. По мнению автора, волшебные сказки отражают глубинный человеческий опыт переживания эмоциональных кризисов и совладания со страхом. Они служат для ребёнка опорой в ситуациях, когда его эмоциональный опыт неопределён, и помогают справляться с психотравмирующими событиями.

О.В. Масляная подчеркивает, что любая волшебная сказка несет в себе сведения о каком-либо конкретном виде дезадаптации, а также предлагает способ переживания соответствующей жизненной ситуации [28].

Куклотерапия – еще один из методов, применяемых для коррекции детских страхов. В его основе лежит механизм отождествления ребенка с любимившимся персонажем из мультфильма, сказки или с собственной любимой игрушкой. Данный подход является разновидностью (частным

случаем) арт-терапии. Главный прием коррекционной работы в данном подходе – использование куклы в качестве посредника, через которого строится взаимодействие ребенка и взрослого. Осваивая окружающую действительность, социальные связи и отношения, ребенок активно переносит накопленный опыт в особую игровую ситуацию. Причём долгое время основным носителем (объектом) такой социальной проекции остаются именно куклы [31].

Как зарубежные (например, Ф. Зимбардо), так и отечественные специалисты (И.Г. Выгодская, А.И. Захаров, А.С. Спиваковская) широко используют куклотерапию в своей коррекционной практике.

Л.А. Проскуракова описывает процесс куклотерапии как состоящий из двух последовательных шагов. Первый этап включает создание (изготовление) кукол. Второй этап заключается в применении уже готовых кукол для того, чтобы ребенок мог символически выразить и проработать свои значимые эмоциональные переживания [34].

Сам процесс создания кукол тоже обладает коррекционным эффектом. В практике куклотерапии применяются разные виды кукол: марионетки (куклы на нитях), пальчиковые, теневые, веревочные, плоскостные, перчаточные, а также куклы-костюмы [34].

Когда страх воплощается в кукле, ребенок получает возможность управлять ситуацией. Материализованный таким образом страх утрачивает свою эмоциональную остроту и перестает пугать.

Еще одним широко применяемым направлением в коррекции детских страхов выступает поведенческая психотерапия. Ее цель – с опорой на современные теории научения изменить поведение и эмоциональные реакции человека в позитивную сторону. В рамках этого подхода используются различные методы воздействия: приемы самоконтроля, систематическая десенсибилизация (постепенное снижение чувствительности к пугающему объекту) [9].

В практике преодоления детских страхов часто применяются либо отдельные техники, либо их отдельные элементы. Показательным примером выступает метод систематической десенсибилизации. Суть его в том, чтобы планомерно, шаг за шагом снижать чувствительность ребенка к пугающим объектам, событиям или людям. Как закономерное следствие, постепенно уменьшается и общий уровень тревоги, связанный со стимулами [35].

Одним из подходов к вербальной десенсибилизации в работе с детьми является метод, использующий эмоционально насыщенное воображение. Ребенку предлагается ассоциировать себя с любимым персонажем и разыгрывать сценарии с его участием. Цель специалиста — руководить игровым процессом таким образом, чтобы, выступая в роли этого героя, ребенок постепенно встречался с обстоятельствами, ранее вызывавшими у него тревогу. Процедура эмотивного воображения включает несколько последовательных этапов.

Первый этап заключается в построении иерархии. На этом этапе определяются пугающие ребенка объекты или ситуации и располагаются по степени возрастания страха.

Второй этап – это выбор героя для идентификации: выясняется, какой любимый персонаж наиболее подходит для того, чтобы ребенок мог легко ассоциировать себя с ним.

На третьем этапе создается сюжет: обсуждается, какие действия ребенок хотел бы совершить в образе этого героя.

Четвертый этап – начало ролевой игры и десенсибилизация: ребенку предлагают закрыть глаза и представить обычную, близкую к реальности ситуацию, затем постепенно вводят в эту картину выбранного героя. Когда ребенок достаточно эмоционально включается в игру, в воображаемое действие вводят первый пункт из составленного ранее списка страхов. Если при этом тревога не возникает, переходят к следующей, более сложной ситуации, и так далее [15].

Среди неспецифичных, однако весьма действенных способов преодоления детских страхов особо выделяется коррекция, достигаемая через гармонизацию отношений между детьми и родителями.

В.Г. Колягина отмечает, что детские страхи— это довольно часто встречающаяся проблема в воспитании ребенка. Многие сложности, с которыми сталкивается ребёнок, лучше всего решать, учитывая семейную атмосферу: меняя семейную обстановку и корректируя отношение к ребенку, можно преодолеть и его трудности [22].

Еще одним методом детской психотерапии выступает драматическая психозелевация, разработанный И.Я. Медведевой и Т.Л. Шишовой в 1990 году. Данный подход ориентирован на помощь детям с невротическими и пограничными расстройствами, такими как страхи, агрессия, тики, навязчивые состояния. Важнейшим условием его применения является активное вовлечение родителей в терапевтический процесс [29].

Драматическая психозелевация по ряду признаков напоминает театрализованные методы, в частности психодраму Я. Морено. Авторы методики стремятся пробудить у ребёнка желание совладать со своей патологической доминантой и подняться над ней. Основным рабочим инструментом здесь выступает кукольный театр (ширма, тряпичные куклы, маски). Эти приспособления помогают юным актерам раскрываться, выявлять личностные черты, определять доминанту, то есть выполняют также и диагностическую задачу [18].

Работа с семьей ведется в двух ключевых направлениях: информирование родителей (психологическое просвещение) и консультирование по вопросам эмоционального неблагополучия детей.

Арт-терапия, основанная на идеях гуманизации образования, позволяет ребенку в доступной для него форме выразить себя, используя самостоятельно выбранные для этого игровые и художественные средства, а также вид творческой деятельности, что соответствует требованиям действующего ФГОС ДО [3] и ФОП ДО [4].

Таким образом, можно сделать следующие выводы.

Под психологической коррекцией следует понимать целенаправленное психологическое воздействие психолога на определенные психологические структуры личности, осуществляемое с целью обеспечения полноценного развития и функционирования индивида. Анализ психолого-педагогической литературы показал, что к наиболее часто встречающимся методам можно отнести арт-терапию (терапию искусством) и игровую терапию. Данные методы считаются наиболее эффективными, поскольку являются привычной и любимой деятельностью ребенка.

## Выводы по Главе 1

Страх – это эмоциональное состояние, возникающее в ситуациях угрозы биологическому или социальному существованию индивида и направленное на источник действительной и воображаемой опасности. Страх – это одна из фундаментальных эмоций человека, возникающая в ответ на действие угрожающего стимула. Страх подрывает уверенность в себе, решительность в действиях и поступках, настойчивость и упорство в достижении цели.

Причинами появления страхов у детей старшего дошкольного возраста выступают: тяжелая адаптация к детскому саду, взаимоотношения в группе детского сада (низкий социометрический статус, опосредуемый характером межличностных отношений), отношения в семье (характер детско-родительских отношений, стиль семейного воспитания, неблагоприятные взаимоотношения с воспитателями в детском саду), средства массовой информации (распространяющие сведения о бедствиях, катастрофах, происшествиях чрезвычайного характера), индивидуальные характеристики личности (особенности внутренней жизни и внутреннего мира ребенка).

Под психологической коррекцией следует понимать целенаправленное психологическое воздействие психолога на определенные психологические структуры личности, осуществляемое с целью обеспечения полноценного развития и функционирования индивида. Анализ психолого-педагогической литературы показал, что к наиболее часто встречающимся методам можно отнести арт-терапию (терапию искусством) и игровую терапию. Данные методы считаются наиболее эффективными, поскольку являются привычной и любимой деятельностью ребенка.

## **ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ И ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ СТРАХОВ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

### **2.1. Эмпирическое исследование страхов у детей старшего дошкольного возраста**

Исследование страхов у детей старшего дошкольного возраста проведено на базе муниципального дошкольного образовательного учреждения. В исследовании приняли участие 20 детей в возрасте 6-7 лет, посещающих подготовительную группу.

В качестве диагностического инструментария использованы опросник «Подверженность ребенка страхам» (автор – А.И. Захаров); тест «Страхи в домиках»(авторы – А.И. Захаров, М.А. Панфилова) [16].

Подробное описание методик приведено в Приложении В.

Цель методики «Подверженность ребёнка страхам»– выявление уровня подверженности ребенка страхам.

Методика проводится индивидуально с каждым ребенком.

Экспериментатор последовательно задает 29 вопросов, начинающихся с фразы: «Ты боишься или нет...?». Ребенку предлагается ответить однозначно: «да»– «нет» или «боюсь»– «не боюсь».

По окончании беседы ответы анализируются, подсчитывается количество страхов, указанных ребенком, определяется уровень подверженности страхам.

Цель теста «Страхи в домиках» – выявление и уточнение преобладающих видов страхов у детей.

Стимульный материал: лист формата А4 с изображениями домиков, карандаши. Методика проводится индивидуально с каждым ребенком. Экспериментатор обращается к ребенку: В черном домике живут страшные страхи, а в красном – нестрашные страхи. Помоги мне расселить страхи из списка [16].

По окончании беседы ответы анализируются, подсчитывается количество страхов, указанных каждым ребенком. На основании этого выявляются преобладающие виды страхов.

Протоколы проведенных исследований приведены в Приложении Г.

На рис. 1 представлены результаты опросника «Подверженность ребенка страхам».



Рис. 1. Выявление уровня подверженности ребенка страхам (тест «Подверженность ребенка страхам»)

Анализ данных, представленных в таблице Г.1 Приложения Г и на рисунке 1, позволяет сделать следующие выводы.

7 (35%) дошкольников продемонстрировали высокий уровень проявления страха, связанный с их переживаниями по поводу отношений с ребятами группы, страхом огорчить родителей, боязнью выступить перед детьми группы, испытывают сложности во взаимодействии со сверстниками.

У 11 (55%) дошкольников диагностирован средний уровень проявления страха, связанный с опасениями не оправдать ожиданий родителей, которые ждут от них успехов, неуверенностью в своих знаниях, что может повлечь

насмешки ребят группы. Они демонстрируют неуверенность в своих качествах и способностях, не желают выделяться и каким-либо образом проявлять себя, им свойственны переживания прошлых неудач.

У 2 (10%) дошкольников выявлен низкий уровень проявления страха. Эти ребята не испытывают страхов и переживаний, не опасаются критики педагогов и родителей, потому что уверены в своих силах. Они высоко оценивают себя, свои умения и имеющиеся достижения, уверены, что имеют популярность среди сверстников, удовлетворены своим положением в группе сверстников, активны, инициативны.

По результатам опросника «Страхи в домиках» определены уровни и преобладающие виды страхов дошкольников. На рис. 2 представлен высокий уровень подверженности детей страху.

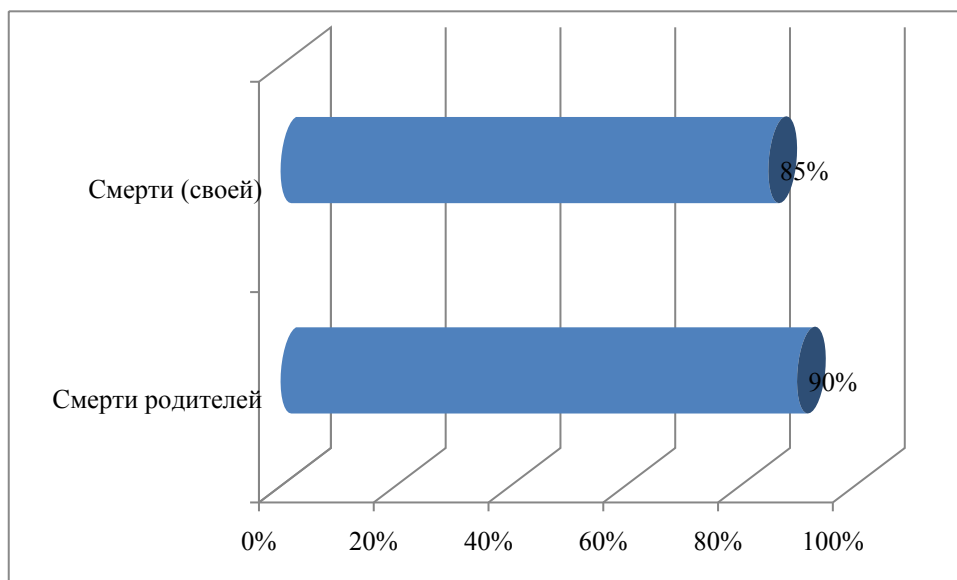


Рис. 2. Высокий уровень подверженности детей страху (опросник «Страхи в домиках»)

Анализ данных, представленных на рисунке 2, показывает, что среди ключевых и наиболее часто встречающихся страхов у детей старшего дошкольного возраста можно выделить: боязнь смерти (как собственной, так и родителей), нападения, сказочных героев, животных; страхи, связанные со стихией (огонь, пожар); боязнь войны, наказания, темноты;

пространственные страхи (высоты, глубины); а также медицинские страхи (крови, уколов, боли, заболеть).

На рис. 3 представлен средний уровень подверженности детей страху.

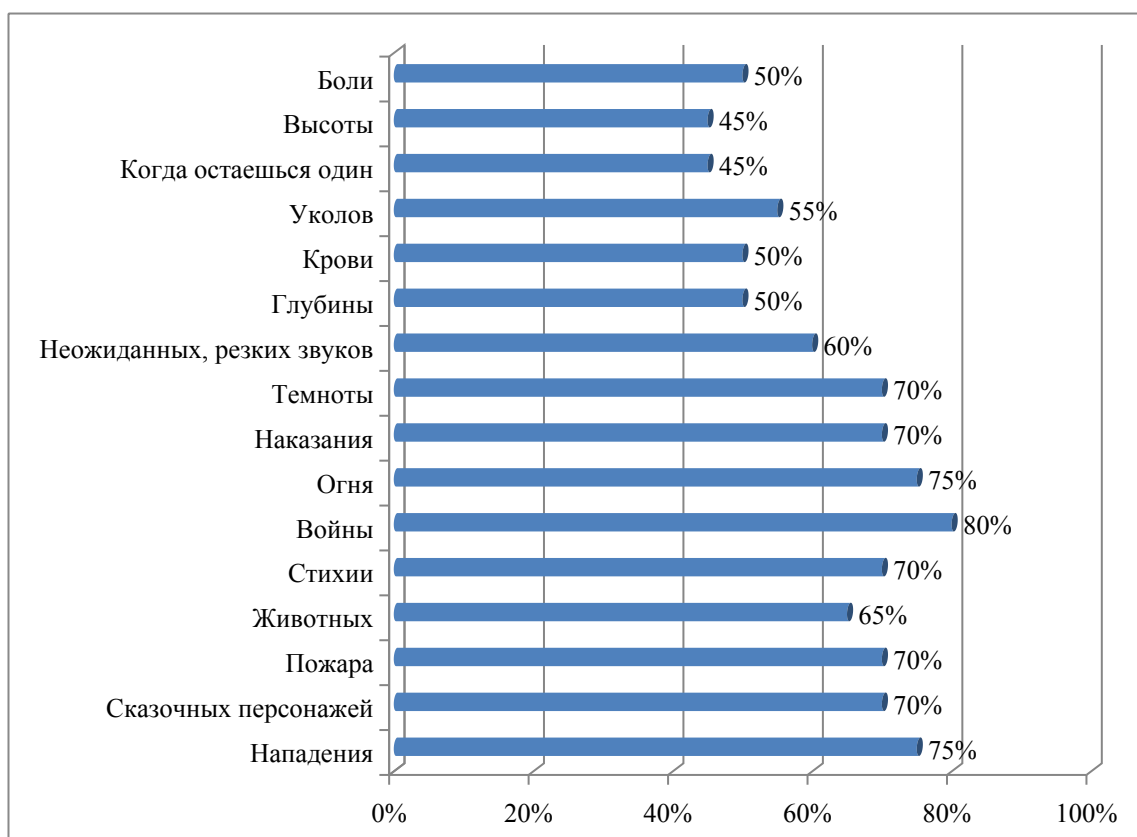


Рис. 3. Средний уровень подверженности детей страху  
(опросник «Страхи в домиках»)

Анализ данных, представленных на рисунке 3, показывает, что для детей в возрасте 5–7 лет типичны страхи, относящиеся к природным стихиям (например, боязнь воды и огня), пространственные (высоты и глубины), а также боязнь животных и сказочных персонажей. В этот возрастной период также нередко дают о себе знать так называемые природные и биологические страхи.

На рис. 4 представлен низкий уровень подверженности детей страху.



Рис. 4. Низкий уровень подверженности детей страху  
(опросник «Страхи в домиках»)

Анализ данных, представленных на рисунке 4, показывает, что реже всего у дошкольников встречаются такие страхи, как боязнь родителей, боязнь воды, замкнутого пространства, больших улиц и транспорта. При этом страх именно перед мамой или папой свойствен наименьшему числу детей. Данный факт объясняется тем, что в дошкольном возрасте социальные страхи ещё не получили широкого распространения.

В целом, полученные нами результаты подтверждают теоретические положения Л.С. Акопян, А.И. Захарова, В.Г. Колягиной, О.В. Тапилиной, Ю.В. Щербатых и других исследователей данной проблемы.

Страхи поддаются коррекции и без последствий проходят у детей до десяти лет. Поэтому чрезвычайно важно своевременно обращаться к специалисту, психологу, воспитателю и принять меры по преодолению страхов у ребенка. В связи с этим, актуальной является задача поиска наиболее эффективных путей выявления и преодоления детских страхов.

## **2.2. Реализация проекта программы психологической коррекции страхов у детей старшего дошкольного возраста**

Данные психолого-педагогической диагностики показали, что дети действительно испытывают страхи. Это послужило основанием для организации коррекционной работы и создания программы, направленной на психологическую коррекцию страхов у старших дошкольников. Коррекционная работа со страхами подразумевает комплекс средств, методов и ряд направлений, в основу которых положены результаты проведенной диагностики.

Во-первых, у дошкольников диагностированы медицинские страхи (крови, уколов, боли, страх заболеть). Коррекция перечисленных страхов обязательно должна найти отражение в программе.

Во-вторых, выявлены пространственные страхи (глубины и высоты), в связи с чем важно заострить внимание на них.

В-третьих, необходимо предусмотреть коррекцию страха темноты, сказочных персонажей,

Основой проекта выступила программа, разработанная сотрудниками кафедры «Педагогики и психологии детства» Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета Ивановой Ириной Юрьевной, Евтушенко Ириной Николаевной, Артеменко Борисом Александровичем, Пермяковой Надеждой Евгеньевной, Терещенко Мариной Николаевной [18].

Проект программы «Ахи-страхи» представлен в Приложении Д.

Цель программы: создание благоприятных психолого-педагогических условий для коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста.

Срок реализации – 8 недель (8 часов).

Продолжительность занятия – 30 минут.

Занятия проводятся во второй половине дня 2 раза в неделю.

Все занятия имеют гибкую структуру, наполняемую разным содержанием. Во время занятия дети сидят в кругу.

Структура занятия:

- ритуал приветствия – 1-2 минуты
- разминка – 5 минут
- коррекционно-развивающий этап – 15-20 минут
- подведение итогов – 5 минут
- ритуал прощания – 1-2 минуты.

В программе использованы методы и техники арт-терапии, представленные на рис. 5.

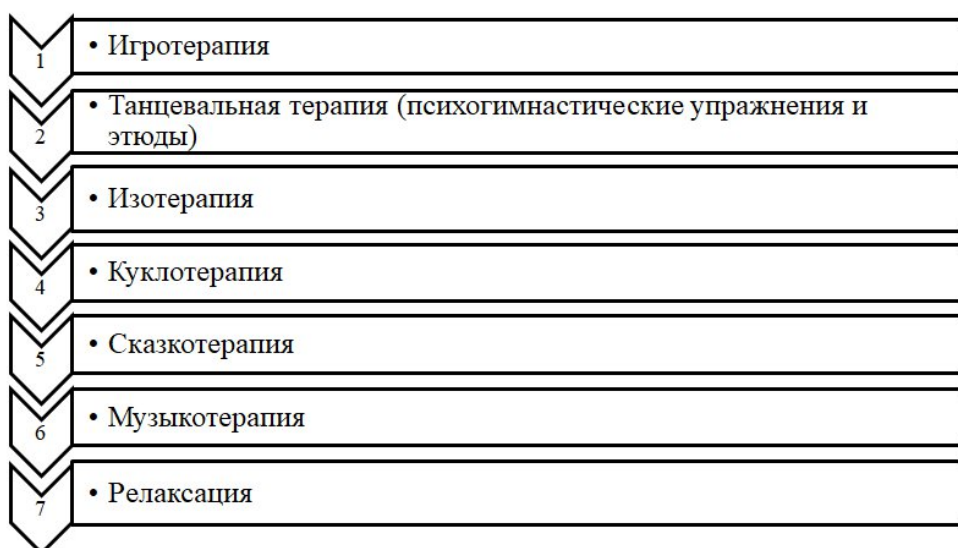


Рис.5. Методы и техники арт-терапии для коррекции страхов

Представим краткую характеристику проведенных занятий.

Первое занятие было направлено на снятие психоэмоционального напряжения, содействовать развитию умения справиться с чувством страха, способствовать развитию эмпатии, умению сопереживать другим. Проведены психогимнастическое упражнение «Считалочка-бормоталочка» в интеграции с музыкальной терапией, упражнение «Рисунок своего тела» (телесно-двигательная терапия) для развития сенсорной чувствительности, слуховой и зрительной памяти, дифференциация ощущений, упражнение «Страхи»

(рисование на клеенке) с целью коррекция страхов, тревожности.

Второе занятие было направлено на создание условий для преодоления чувства страха у детей, снижение тревожности. Для снятия напряжения и преодоления тревожно-фобических реакций проведено арт-терапевтическое упражнение «Зеркальный монстр»: с одной стороны, ребенок видел в зеркале свое отражение через нарисованный страх (метафора того, что тело ребенка наполнено страхом), с другой стороны, у ребенка была возможность отстраниться от страха, сохранить контроль над ним. Для снятия напряжения, повышения самооценки проведено арт-терапевтическое упражнение «Кондитер». Для снятия эмоционального напряжения проведено упражнение «Невидимка» (рисование свечой).

Третье занятие было направлено на формирование навыков выражения эмоционального настроения, повышение психического тонуса ребенка. Для поднятия настроения и снятия зажатости на физическом и психологическом уровне проведено арт-терапевтическое упражнение «Посмеемся над страхами». Для развития умений открыто выражать свои чувства по отношению к различным жизненным ситуациям проведено упражнение «Конверты радости и огорчений». Для снятия психоэмоционального напряжения проведено упражнение «Процарапывание».

Четвертое занятие было направлено на поиск путей преодоления страха, развитие эмпатии и умения сопереживать другим. Для снятия мышечных зажимов, развития умения выражать свои эмоции с помощью движений проведено упражнение с элементами танце-двигательной терапии «Танец пяти движений». Для коррекции страхов и тревожности организована арт-терапевтическая техника работы с песком «Дом умиротворения». Для развития способности конструктивного взаимодействия проведено упражнение «Парное рисование» (в парах).

Пятое занятие было направлено на развитие смелости, преодоление страхов, развитие умения передавать свое эмоциональное состояние через художественный образ. Для снятия эмоционального напряжения и

тревожности проведена игра-разминка «Чудесные превращения». Для снижения тревожности проведено упражнение «Настроение». Для отреагирования напряжения и агрессивных тенденций, гармонизации эмоционального состояния проведено упражнение «Мелки – наперегонки».

Шестое занятие было направлено на совершенствование путей преодоления страха, формирование уверенности в себе. Для снятия психического напряжения и тревожности проведена игра-разминка «Волшебный салют». Для коррекции страхов и тревожности проведено упражнение «Превращение страха». Для снятия эмоционального напряжения проведено арт-терапевтическое упражнение «Цветок».

Седьмое занятие было направлено на закрепление адекватных форм проявления эмоций. Для формирования положительной Я-концепции, повышения уверенности в себе, снижения тревожности проведено упражнение «Волшебные зеркала». Для развития умений открыто выражать свои чувства по отношению к различным жизненным ситуациям проведено упражнение «Конверты радости и огорчений». Для снятия эмоционального напряжения проведено арт-терапевтическое упражнение «Каракули Виникотта».

Восьмое занятие было направлено на освобождение от отрицательных эмоций, повышение уверенности в собственных силах. Для снятия излишнего мышечного напряжения и тревожности проведены упражнения «Слепой танец» и арт-терапевтическое упражнение «Рисование под музыку».

Девятое занятие было направлено на развитие умения различать и сравнивать эмоциональные состояния (страх, грусть, радость), определять их характер; умения понимать собственные актуальные эмоциональные состояния. Для того, чтобы дать детям возможность прояснить свои чувства и внутренне расслабиться проведено упражнение «Танцующие руки». Для снятия эмоционального напряжения проведены упражнения «Игра наоборот» и «Яичная мозаика».

Десятое занятие было направлено на развитие умения передавать

собственные эмоциональные состояния посредством художественной экспрессии. Для профилактики и коррекции тревожности проведено упражнение «Танец пяти движений». Для формирования представлений о себе, осознания и выражения своих чувств проведено упражнение «Карта моего внутреннего мира». Для коррекции страхов и тревожности организована арт-терапевтическая техника рисования на клеенке «Ахи-страхи».

Одиннадцатое занятие было направлено на развитие умения определять эмоциональные состояния людей и сказочных персонажей. Для преодоления внутренних зажимов, развития коммуникативных навыков проведена игра-развлечение «Сладкая парочка». Для эмоциональной разрядки, снятия напряжения проведено упражнение «Необычный хор». Для снижения тревожности, снятия психоэмоционального напряжения, расслабление организована арт-терапевтическая техникателесно-ориентированной терапии «Пластилиновая фигурка».

Двенадцатое занятие было направлено на коррекцию страха сказочных персонажей, снятие эмоционального напряжения, концентрацию внимания детей на собственных ощущениях и эмоциях. Для актуализации когнитивного и эмоционального компонента переживания сновидений, изучение «ночных страхов», поиск внутреннего ресурса проведено упражнение «Сказка о бабочке сновидений». Для снятия эмоционального напряжения организованы арт-терапевтическая игра «На полянке» и упражнение «Монотипия».

Тринадцатое занятие было направлено на коррекцию страхов, снятие эмоционального напряжения, формирование адекватной самооценки. Для выявления эмоционального состояния ребенка, чувств и представлений, связанных с детско-родительскими отношениями, исследование особенностей взаимодействия ребенка с миром проведено арт-терапевтическое упражнение «Семья». Для того, чтобы способствовать снижению напряжения, дать ребенку возможность выразить эмоции и

снизить состояние агрессии у детей организована игра «Прогони злость». Для прояснения характера проблем каждого ребенка проведено упражнение «Рисуем круги».

Четырнадцатое занятие было направлено на освобождение от отрицательных эмоций, развитие социального доверия, повышение уверенности в собственных силах. С целью снижения уровня тревожности проведено упражнение «Остров спокойствия». Для гармонизации эмоционального состояния проведено упражнение «Фототерапия». Для самораскрытия, работы с образом «Я» проведено упражнение «Рисование себя».

Пятнадцатое занятие было направлено на формирование навыков выражения эмоционального настроения, повышение психического тонуса ребенка. Для коррекции тревожности проведено упражнение «Скульптура». Для формирования уверенности в себе, развитие позитивного самовосприятия, отреагирования эмоций проведено упражнение «Разговор с руками». Для снятия эмоционального напряжения проведено упражнение «Невидимка» (рисование свечой).

Шестнадцатое занятие было направлено на развитие уровня осознанности в эмоциональной и поведенческой сферах, уверенности в собственных силах в преодолении страхов. Для развития самоуважения ребенка, уверенности в будущем, позитивного отношения к окружающему проведено упражнение «Хочу быть счастливым». Для снятия эмоционального напряжения, боязни быть несовершенным или совершить ошибку проведено упражнение «Игра наоборот». Для того, чтобы предоставить детям возможность осознать свои настоящие переживания, отреагировать свои чувства в отношении педагога, проведено упражнение «Спонтанное рисование».

Как было установлено, выраженность страхов у ребенка взаимосвязана с уровнем тревожности родителей. Исходя из этого, в рамках реализации Программы «Ахи-страхи» организована работа с родителями с целью

превентивной работы со страхами детей. Работа с родителями строилась в двух направлениях: психологическое просвещение и психологическое консультирование по проблемам страхов и негативных эмоций у детей.

Для родителей дошкольников были организованы и проведены встречи как просветительского, так и коррекционного характера. Их цель – проинформировать родителей о том, как вредно тревожное отношение к ребёнку; разъяснить связь между родительской тревожностью (и её внешними проявлениями) и детскими страхами; а также рассказать об особенностях восприятия дошкольником тревожного родителя.

Помимо просветительской беседы, для родителей были организованы тренинги, направленные на управление их собственной тревожностью в отношениях с детьми. В ходе занятий разбирались типичные ситуации, в которых тревога родителя проявляется при общении с ребёнком и тем самым травмирует его. Среди таких ситуаций:

- болезни и недомогания (как у самого родителя, так и у ребенка);
- состояние усталости или нервного истощения родителя;
- «плохое» поведение ребенка в общественных местах, его непослушание;
- страх родителя за будущее ребенка и склонность преувеличивать («нагнетать») ситуацию и ее возможные последствия.

Была проанализирована ошибочная (психически травмирующая) модель родительского поведения, и совместно с участниками выработана конструктивная (благополучная) стратегия реагирования на стрессовые ситуации, возникающие в связи с ребёнком, при условии, что родитель склонен к тревожным реакциям. Помимо этого, родителям было предложено вести дневник самонаблюдения.

В целом программа превентивной работы по предупреждению страхов дошкольников представляет собой систему педагогических мероприятий, направленных на снижение частоты страхов, снижение интенсивности страхов и уменьшение негативных последствий страхов для ребенка-

дошкольника и его семьи.

Реализация программы психологической коррекции страхов у детей старшего дошкольного возраста позволила сформулировать рекомендации по проведению занятий:

1. Занятия проводятся в группах 5-8 человек.
2. Педагог-психолог должен проводить занятия с учетом возрастных особенностей, ориентироваться на индивидуальные особенности развития ребенка, учитывать его потребности, проявлять интерес к мнению каждого.
3. Все ответы детей принимаются как верные для создания комфортной атмосферы взаимодействия, для обеспечения значимости ребенка в детском коллективе.
4. «Публичное» проживание страха – прием, используемый на занятиях, способствующий проявлению истинных чувств, самовыражения.
5. Доброжелательный, оптимистичный и позитивный настрой педагога – первый фактор преодоления страхов детей старшего дошкольного возраста.
6. По мере возможности на первом этапе следует ограничить ребенка с высоким уровнем страхов от публичных выступлений, а также от участия в командных соревнованиях. Кроме этого, задания типа «кто первый» необходимо заменить аналогом, чтобы исключить элемент соревнований.
7. Важно подобрать сферу, в которой ребенок с высоким уровнем страхов будет обязательно успешен и сможет раскрыть и реализовать себя (рисование, макраме, оригами и т.д.). Данную сферу необходимо возвысить в глазах ребенка. Например, его помощь в изготовлении праздничного плаката ко дню Матери – как будут радоваться твои и все мамы, глядя на этот плакат!
8. Необходимо постепенно привлекать ребенка с высоким уровнем страхов к общегрупповым делам, давая ему мелкие поручения. Но эти поручения следует преподнести как чрезвычайно значимые, а помощь ребенка – как незаменимую.
9. Важно не забывать о похвале. Хвалить необходимо за любые достижения, даже если они выглядят незначительными. При этом сравнивать

следует только с ним самим, оценивая улучшение его собственных результатов: «Ваня, ты молодец: ты сегодня не испугался спать один в своей комнате», «Маша, ты молодец: ты сегодня не плакала, когда медсестра тебе ставила прививку» и т.д.

Чрезвычайно важно привлечь к реализации программы по коррекции страхов родителей дошкольников.

Во-первых, родители должны стремиться к созданию безопасной и любящей среды. Семья должна быть местом, где ребёнок чувствует себя защищенным и любимым. Родители должны быть открытыми для обсуждения любых тем, выслушивать ребенка, когда он делится своими страхами, и не осуждать его за проявление эмоций.

Во-вторых, важно уделять внимание чувствам ребенка. Задача родителей – научить ребенка распознавать и называть свои страхи. Если ребенок чувствует страх по какому-либо поводу, родители должны помогать ему осмысливать эти страхи и понять их причину.

В-третьих, задача родителей – обеспечить регулярное общение с ребенком посредством совместных домашних мероприятий, просмотров и обсуждений фильмов, чтения книг. Все это помогает строить доверительные отношения, основанные на заботе, и минимизирует страхи.

В-четвертых, родителям необходимо избегать излишнего давления на ребенка путем сравнения его с другими детьми. Это может привести к снижению уверенности в себе, развитию страхов публичных выступлений.

В-пятых, задача родителей – научить ребенка справляться с страхами, поддерживая его в сложных ситуациях, показывая веру в него.

В-шестых, важно уделять внимание физическому здоровью, как важной составляющей здоровья эмоционального. Родители должны обеспечить регулярную физическую активность, полноценное питание, соблюдение режима дня, достаточный сон.

В-седьмых, в случае длительных непрекращающихся страхов родителям рекомендуется обратиться за профессиональной помощью к специалистам, таким как психологи или психотерапевты.

После реализации программы психологической коррекции страхов у детей старшего дошкольного возраста «Ахи-страхи» была проведена повторная диагностика. Основной целью данного этапа исследования стало выявление изменений в проявлениях страхов у детей, которые произошли благодаря использованию коррекционных мероприятий.

Для оценки динамики использовались те же методики, что и на этапе первичной диагностики: «Подверженность ребенка страхам» (А.И. Захаров); тест «Страхи в домиках»(А.И. Захаров, М.А. Панфилова). Это позволило объективно зафиксировать изменения в проявлениях страхов детей старшего дошкольного возраста и определить эффективность реализованной программы. Протоколы проведенных методик приведены в Приложении Е.

На рис. 6 представлены результаты опросника «Подверженность ребенка страхам».

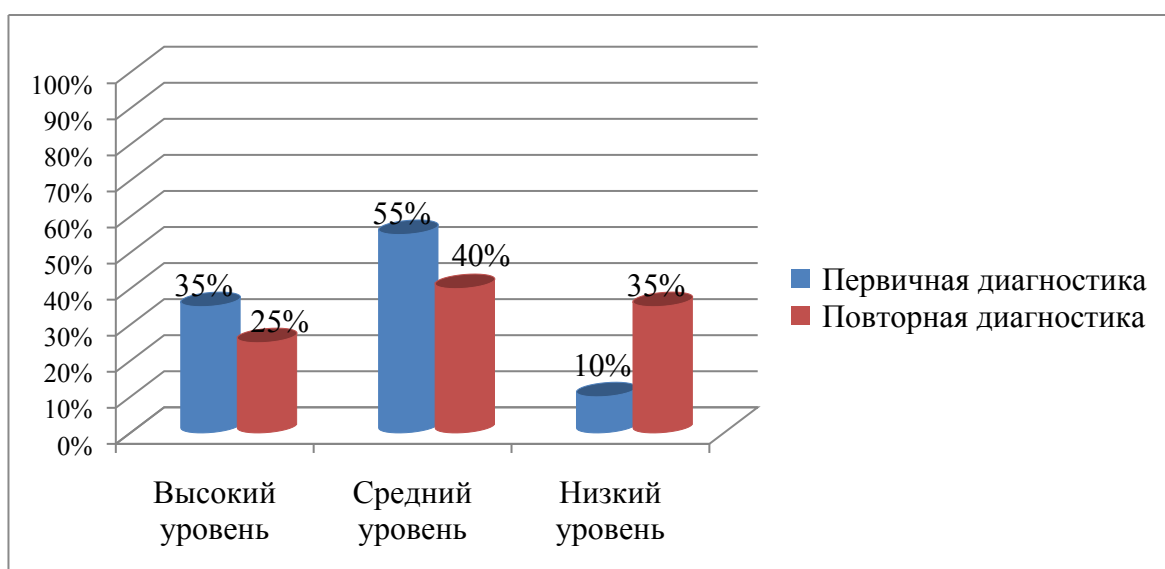


Рис. 6. Выявление уровня подверженности ребенка страхам теста (тест «Подверженность ребенка страхам»)

Анализ данных, представленных в таблице Е.1 Приложения Е и на рисунке 6, позволяет сделать следующие выводы.

На этапе первичного диагностического исследования высокий уровень проявления страха выявлен у 7 (35%) дошкольников. При проведении повторной диагностики установлено, что число детей с высоким уровнем проявления страха снизилось на 20%. Высокий уровень страхов связан с переживаниями детей по поводу отношений с ребятами группы, страхом огорчить родителей, боязнью выступить перед детьми группы. Очевидно, что дети с высоким уровнем проявления страха испытывают сложности во взаимодействии со сверстниками.

На этапе первичного диагностического исследования средний уровень проявления страха выявлен у 11 (55%) дошкольников. При проведении повторной диагностики установлено, что число детей со средним уровнем проявления страха снизилось на 15%. Средний уровень страхов связан сопасениями не оправдать ожиданий родителей, которые ждут от них успехов, неуверенностью в своих знаниях, что может повлечь насмешки ребят группы. Эти дети демонстрируют неуверенность в своих качествах и способностях, не желают выделяться и каким-либо образом проявлять себя, им свойственны переживания прошлых неудач.

На этапе первичного диагностического исследования низкий уровень проявления страха выявлен у 2 (10%) дошкольников. При проведении повторной диагностики установлено, что число детей с низким уровнем проявления страха увеличилось на 25%. Эти ребята не испытывают страхов и переживаний, не опасаются критики педагогов и родителей, потому что уверены в своих силах. Они высоко оценивают себя, свои умения и имеющиеся достижения, уверены, что имеют популярность среди сверстников, удовлетворены своим положением в группе сверстников, активны, инициативны.

Сравнительный анализ результатов первичной и повторной диагностики позволяет сделать вывод о том, что программа «Ахи-страхи» способствовала снижению уровня страхов у детей.

На рис. 7 представлены результаты опросника «Страхи в домиках».

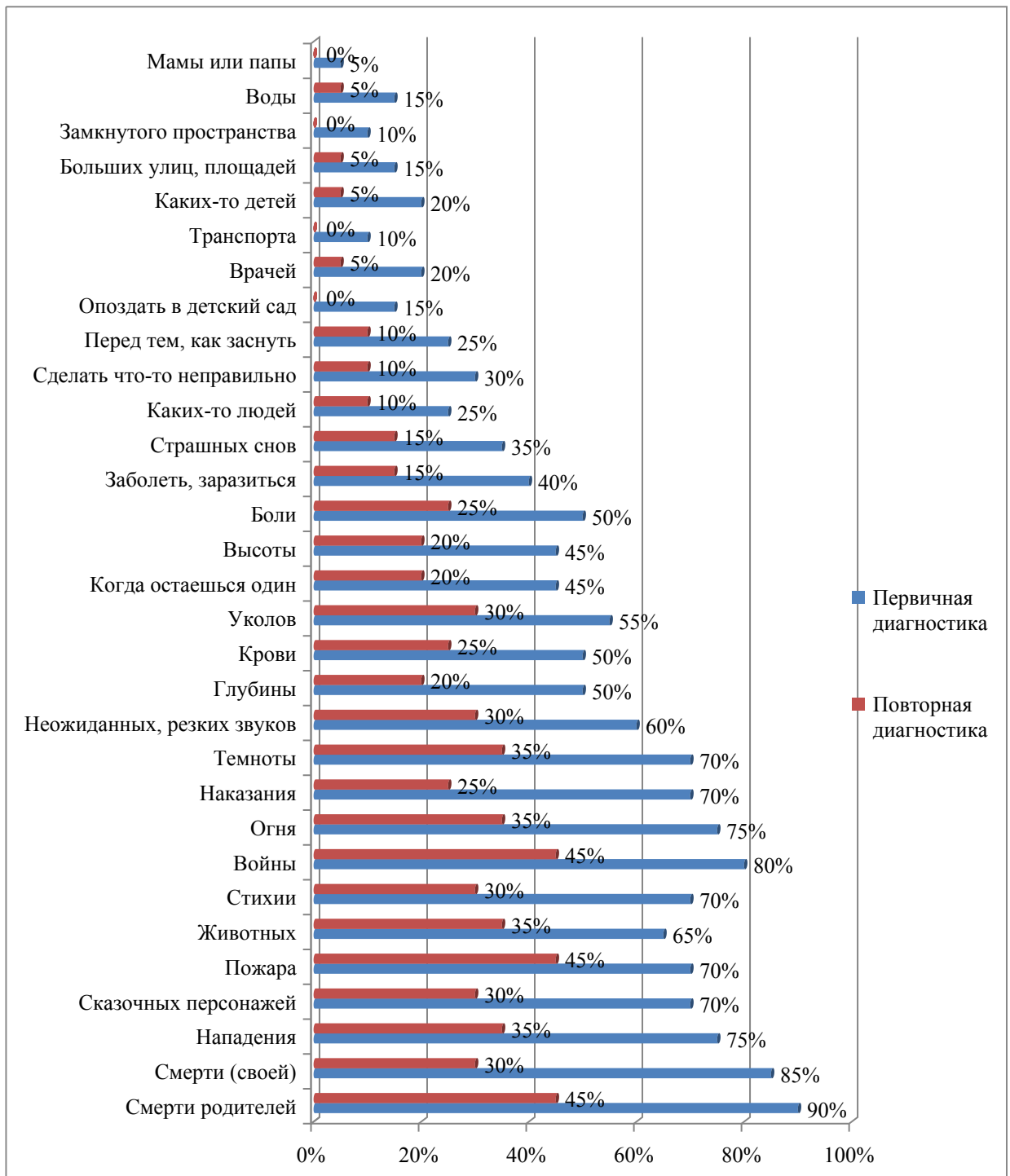


Рис.7. Выявление преобладающих видов страхов у детей  
(опросник «Страхи в домиках»)

Анализ данных, представленных в таблице Е.2 Приложения Е и на рисунке 7, позволяет сделать вывод о том, что программа «Ахи-страхи» оказалась эффективной при работе с детскими страхами.

Средний показатель выраженности страха смерти (своей) снизился на 55%, страха смерти родителей снизился на 50%.

Снизился уровень пространственных страхов: темноты – на 40%, глубины – на 30%, неожиданных, резких звуков – на 30%, высоты – на 25%, воды – на 10%, замкнутого пространства – на 10%.

Снизилась выраженность социально-опосредованных страхов: нападения – на 40%, стихии – на 40%, огня – на 40%, войны – на 35%, пожара – 25%, каких-то людей – на 15%, каких-то детей – на 15%, больших улиц, площадей – на 10%, транспорта – на 10%.

Значительная динамика у детей наблюдается в группе страха сказочных персонажей (на 40%) и медицинских страхов: уколов – на 25%, крови – на 25%, заболевания и заражения – на 25%, боли – на 25%, врачей – на 15%.

Снизилась выраженность страхов животных на 30% и страхов, связанных со сновидения: страшных снов – на 20%, перед тем, как заснуть – на 15%.

Программа способствовала снижению на 45% динамики страхов, связанных с причинением наказания, страха остаться в одиночестве – на 25%, страха сделать что-то неправильно – на 20%, страха опоздания в детский сад – на 15%, мамы или папы – на 5%.

Таким образом, реализация коррекционно-развивающей программы с включением в нее методов и техник арт-терапии способствовала снижению уровня и количества страхов у детей старшего дошкольного возраста.

## Выводы по Главе 2

Эмпирическое исследование страхов у детей старшего дошкольного возраста проведено на базе муниципального дошкольного образовательного учреждения. В исследовании приняли участие 20 детей в возрасте 6-7 лет, посещающих подготовительную группу. В качестве диагностического инструментария использованы опросник «Подверженность ребенка страхам» (А.И. Захаров); тест «Страхи в домиках»(А.И. Захаров, М.А. Панфилова).

Результаты показали, что у 7 (35%) дошкольников высокий уровень проявления страха, у 11 (55%) детей – средний уровень, у 2 (10%) опрошенных – низкий уровень проявления страха. Основные страхи, свойственные детям: страх смерти (своей и родителей), нападения, сказочных персонажей, животных, страх стихии (пожара, огня), войны, наказания, страх темноты, пространственные страхи (глубины и высоты) и медицинские (крови, уколов, боли, страх заболеть). Страхи, которые в меньшей степени встречаются у дошкольников: боязнь родителей, воды, страх замкнутого пространства, больших улиц и транспорта.

С опорой на программу, разработанную И.Ю. Ивановой, И.Н. Евтушенко, Б.А. Артеменко, Н.Е. Пермяковой, М.Н. Терещенко, разработана и реализована программа психологической коррекции страхов «Ахи-страхи» с использованием методов и техник арт-терапии. Проведено 16 занятий с периодичностью 2 раза в неделю. Работа с родителями строилась в двух направлениях: психологическое просвещение и психологическое консультирование по проблемам страхов и негативных эмоций у детей.

Сравнительный анализ результатов исследования показал, что у детей снизился уровень и количество страхов. Это свидетельствует об эффективности программы психологической коррекции страхов «Ахи-страхи» с использованием методов и техник арт-терапии.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведенное исследование позволяет сделать следующие выводы.

Страх является междисциплинарной категорией, объектом исследования различных наук. Природа страха проистекает из базового инстинкта самосохранения, и он является психоэмоциональной реакцией человека на различные угрозы как физического, так и социального характера. Страх имеет триггер, то есть повод, который вызывает воспоминание – осознанное или неосознанное о той ситуации, в которой он возник. Страхи классифицируются на различные виды в зависимости от объекта угрозы индивиду, но при этом можно выделить некоторые типовые виды страхов, которые наблюдаются у детей. Выделяют страх медицинских манипуляций, к которым относится страх крови; физические страхи: боли, скорости, транспорта; базовый страх смерти; базовые страхи неизвестности: темноты, глубины, леса; социальные страхи: выступления публичкой, незнакомых людей, незнакомых мест и иные.

Причинами появления страхов у детей старшего дошкольного возраста выступают: тяжелая адаптация к детскому саду, взаимоотношения в группе детского сада (низкий социометрический статус), отношения в семье (характер детско-родительских отношений, стиль семейного воспитания, неблагоприятные взаимоотношения с воспитателями в детском саду), средства массовой информации (распространяющие сведения о бедствиях, катастрофах, происшествиях), индивидуальные характеристики личности (особенности внутреннего мира ребенка).

Эмпирическое исследование страхов у детей старшего дошкольного возраста проведено на базе муниципального дошкольного образовательного учреждения. В исследовании приняли участие 20 детей в возрасте 6-7 лет, посещающих подготовительную группу. В качестве диагностического инструментария использованы опросник «Подверженность ребенка страхам» (А.И. Захаров); тест «Страхи в домиках» (А.И. Захаров, М.А. Панфилова).

Результаты показали, что у 7 (35%) дошкольников высокий уровень проявления страха, у 11 (55%) детей – средний уровень, у 2 (10%) опрошенных – низкий уровень проявления страха. Основные страхи, свойственные детям дошкольного возраста: страх смерти (своей и родителей), нападения, сказочных персонажей, животных, страх стихии (пожара, огня), войны, наказания, страх темноты, пространственные страхи (глубины и высоты) и медицинские (крови, уколов, боли, страх заболеть).

Результаты психолого-педагогической диагностики подтвердили наличие переживания страхов у детей, что явилось причиной для проведения коррекционной работы и разработки программы коррекции страхов у детей старшего дошкольного возраста.

Анализ психолого-педагогической литературы показал, что коррекционная работа со страхами подразумевает комплекс средств, методов и ряд направлений. Среди самых эффективных методов коррекции страхов выделяется метод арт-терапии (от английского art-therapy – терапия искусством) – направление в психотерапии и психологической коррекции, основанное на искусстве и творчестве.

Основой разработки выступила программа, разработанная сотрудниками кафедры «Педагогики и психологии детства» Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета И.Ю. Ивановой, И.Н. Евтушенко, Б.А. Артеменко, Н.Е. Пермяковой, М.Н. Терещенко.

Цель программы «Ахи-страхи»: создание благоприятных психолого-педагогических условий для коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста. Срок реализации – 8 недель (2 занятия в неделю). В программе использованы следующие методы и техники арт-терапии: игротерапия, танцевальная терапия, изотерапия, куклотерапия, сказкотерапия, музыкотерапия, релаксация.

Коррекционно-развивающая работа направлена не только на работу со страхами, но и на развитие коммуникативных навыков, на повышение

представлений о собственной ценности, на развитие уверенности в собственных силах, а также способности наиболее успешно реализовать себя в поведении и взаимодействии с окружающими людьми.

С целью превентивной работы со страхами детей организована работа с родителями, реализованная в двух направлениях: психологическое просвещение и психологическое консультирование по проблемам страхов и негативных эмоций у детей.

Сравнительный анализ результатов исследования показал, что у детей снизился уровень: число детей с высоким уровнем проявления страха снизилось на 10%, число детей со средним уровнем проявления страха снизилось на 15%, число детей с низким уровнем проявления страха увеличилось на 25%.

Средний показатель выраженности страха смерти (своей) снизился на 55%, страха смерти родителей снизился на 50%. Снизился уровень пространственных страхов: темноты – на 40%, глубины – на 30%, неожиданных, резких звуков – на 30%, высоты – на 25%, воды – на 10%, замкнутого пространства – на 10%. Снизилась выраженность социально-опосредованных страхов: нападения – на 40%, стихии – на 40%, огня – на 40%, войны – на 35%, пожара – 25%, каких-то людей – на 15%, каких-то детей – на 15%, больших улиц, площадей – на 10%, транспорта – на 10%. Значительная динамика у детей наблюдается в группе страха сказочных персонажей (на 40%) и медицинских страхов: уколов – на 25%, крови – на 25%, заболевания и заражения – на 25%, боли – на 25%, врачей – на 15%. Снизилась выраженность страхов животных на 30% и страхов, связанных со сновидения: страшных снов – на 20%, перед тем, как заснуть – на 15%. Программа способствовала снижению на 45% динамики страхов, связанных с причинением наказания, страха остаться в одиночестве – на 25%, страха сделать что-то неправильно – на 20%, страха опоздания в детский сад – на 15%, мамы или папы – на 5%.

Таким образом, подтвердилась гипотеза исследования о том, что реализация коррекционно-развивающей программы с включением в нее методов и техник арт-терапии, будет способствовать снижению уровня и количества страхов у детей, снижению уровня тревожности, повышению уверенности дошкольников в собственных силах.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 25.04.2026) «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный ресурс] // Гарант: офиц. сайт. URL: <https://www.garant.ru/> (дата обращения 29.05.2026).
2. Постановление Правительства РФ от 26.12.2017 № 1642 (ред. от 17.12.2025) «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования» [Электронный ресурс] // Гарант: офиц. Сайт. – URL: <https://www.garant.ru/> (дата обращения 29.05.2026).
3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 № 1155 (ред. от 08.11.2022) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» [Электронный ресурс] // Гарант: офиц. Сайт. – URL: <https://www.garant.ru/> (дата обращения 29.05.2026).
4. Приказ Министерства просвещения РФ от 25.11.2022 № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования» [Электронный ресурс] // Гарант: офиц. Сайт. – URL: <https://www.garant.ru/> (дата обращения 29.05.2026).
5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 (ред. от 12.02.2026) «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» [Электронный ресурс] // Гарант: офиц. Сайт. – URL: <https://www.garant.ru/> (дата обращения 29.05.2026).
6. Акулова О.В. Развитие ребенка дошкольного и младшего школьного возраста как субъекта поведения: Коллективная монография. М.: Российский государственный педагогический университет имени А.И. Герцена, 2019. 356 с.
7. Алексеева Н.И. Коррекция страхов у детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии / Н.И. Алексеева, Н.А. Шерстнева, М.Н.

Павлова // Педагогическое мастерство и современные педагогические технологии: сборник материалов Международной научно-практической конференции (Чебоксары, 20 мая 2020 года). Чебоксары: ООО «Центр научного сотрудничества «Интерактив плюс», 2020. С. 11-14.

8. Анисимова Ю.Н. Преодоление страхов у старших дошкольников: рекомендации воспитателям и родителям / Ю.Н. Анисимова, Г.Н. Каменева, Р.С. Султанова // Вестник Набережночелнинского государственного педагогического университета. 2024. № 4(52). С. 65-67.

9. Афанасенкова Е.Л., Попова Е.М. Особенности организации процесса коррекции страхов у дошкольников посредством песочной арт-терапии в образовательном пространстве детского сада // Шамовские чтения: сборник статей XV Международной научно-практической конференции (Москва, 21–25 января 2023 года). М.: 5 за знания, 2023. С. 668-676.

10. Безчасный К.В. Философия страха: монография. М.: Изд-во БИНОМ, 2017. 214 с.

11. Вознюк В.Д. Взаимосвязь эмоционального развития и страхов дошкольников // Коррекционно-педагогическое образование: электронный журнал. 2021. № 6(30). С. 2-5.

12. Выготский Л.С. Вопросы детской психологии. М.: Издательство Юрайт, 2025. 160 с.

13. Гацуц М.Д., Братчикова Ю.В. Арт-терапия как средство коррекции страхов у детей дошкольного возраста // Современный учитель - взгляд в будущее: Сборник научных статей международного научно-образовательного форума (Екатеринбург, 17–18 ноября 2022 года). Екатеринбург: [б.и.], 2022. С. 297-300.

14. Довгая Н.А., Малых А.Е. Медицинские страхи у детей // Вопросы психического здоровья детей и подростков. 2022. Т. 22, № 1. С. 34-40.

15. Долгова В.И., Кондратьева О.А., Абдыраманова Д.Л. Особенности превентивной работы со страхами дошкольников в условиях дошкольного образовательного учреждения // Концепт. 2022. № 1. С. 62-79.

16. Захаров А.И. Дневные и ночные страхи у детей. М.: Советские учебники, 2025. 304 с.
17. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Практикум по сказкотерапии. 2-е изд., перераб. и доп. Санкт-Петербург: Речь, 2021. 320 с.
18. Иванова И.Ю. Психолого-педагогическая коррекция страхов детей старшего дошкольного возраста / И.Ю. Иванова, И.Н. Евтушенко, Б.А. Артеменко, Н.Е. Пермякова, М.Н. Терещенко // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2021. № 4. С. 321-327.
19. Иванова М.К., Дедюкина М.И. Развитие когнитивных способностей и регуляции поведения детей старшего дошкольного возраста: монография. Киров : МЦИТО, 2021. 127 с.
20. Карабанова О.А. Игра в коррекции психического развития ребенка: Учебное пособие. Москва : Рос.пед. агентство, 1997. 191 с.
21. Кияшко Д.Ю., Воробьева Е.Г. Особенности проявления тревожности и страхов у современных дошкольников // Современное образование Витебщины. 2020. № 3(29). С. 36-38.
22. Колягина В.Г. Психология страхов дошкольников: монография. М.: Прометей, 2016. 137 с.
23. Кочетова Ю.А. Страхи современных дошкольников в представлении родителей: результаты эмпирического исследования / Ю.А. Кочетова, О.В. Рубцова, М.Р. Хуснутдинова, Е.В. Богуславская // Психолого-педагогические исследования. 2023. Т. 15, № 2. С. 68-86.
24. Кригер Е.Э. Содержание страхов у дошкольников в современной культурной ситуации // Психологическая помощь в образовании. М.: Российский государственный гуманитарный университет, 2025. С. 58-65.
25. Лебедева С.А. Психология дошкольного образования: монография. Чебоксары: Среда, 2021. 104 с.
26. Леви В.Л. Приручение страха. Практикум для тех, кто устал бояться. М.: АСТ, 2023. 185 с.

27. Малахова А.Н. Про страхи. СПб.: ООО «Издательство «Детство-Пресс», 2023. 96 с.

28. Масляная О.В. Исследование страхов и тревоги у дошкольников // Педагогика и психология современного образования: теория и практика : Материалы научно-практической конференции (Ярославль, 03–04 марта 2021 года). Ярославль: Ярославский государственный педагогический университет им. К.Д. Ушинского, 2021. С. 160-167.

29. Медведева И.Я, Шишова Т.Л. Книга для трудных родителей. Рязань: Зерна-Книга, 2018. 272 с.

30. Нечуговских М.И., Мелехова О.В. Ахи-страхи, или Сказка о мышонке, который боялся темноты: досуг для старших дошкольников // Воспитатель дошкольного образовательного учреждения. 2021. № 6. С. 65-70.

31. Пестрякова К.А., Баишева М.И. Преодоление страхов у детей старшего дошкольного возраста посредством арт-терапии // Качество дошкольного образования: интеграция теории и практики: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции (Якутск, 20 апреля 2022 года). Киров: Межрегиональный центр инновационных технологий в образовании, 2022. С. 175-180.

32. Подшивалова С.П. Психологическая коррекция страхов у детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии // Профессиональные компетенции в современной психологии и педагогике: Сборник статей Международной научно-практической конференции (Тюмень, 01 апреля 2023 года). Уфа: ООО «Аэтерна», 2023. С. 88-92.

33. Прихожан А.М. Психология тревожности: дошкольный и школьный возраст. 2-е изд. СПб.: Питер, 2009. 191 с.

34. Проскурякова Л.А. Психокоррекция страхов у детей старшего дошкольного возраста посредством арт-терапии / Л.А. Проскурякова, Л.В. Аргентова, О.Г. Леонтьева, В.А. Зайцева // Международный научно-исследовательский журнал. 2024. № 7. С. 145-147.

35. Самойлова В.С., Сычева М.В. Использование метода арт-терапии в коррекции страхов и тревожности у детей дошкольного возраста // Современное образование: научные подходы, опыт, проблемы, перспективы: Материалы XIX Всероссийской с международным участием научно-практической конференции, посвященной 100-летию со дня рождения д.пед.н., проф. А.К. Артемова (Пенза, 19–20 апреля 2023 года). – Пенза: Пензенский государственный университет, 2023. – С. 290-292.

36. Санина М.Е. Арт-терапия как метод работы с тревожностью и страхами // Педагогика и психология в современном мире : Сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции (Грозный, 27 октября 2022 года). Махачкала: АЛЕФ, 2022. С. 288-294.

37. Серебрякова М. Детские страхи и методы их преодоления. От 3 до 15 лет. Теория и практика детского психолога. М.: АСТ, 2024. 192 с.

38. Скворцова М.А. Особенности использования арт-терапевтических технологий в профилактике тревожности детей дошкольного возраста // Открытый мир: объединяем усилия: Материалы VI Всероссийской научно-практической конференции (Пермь, 09–10 ноября 2022 года). Пермь: ФГБОУ ВО «Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет», 2022. С. 164-167.

39. Степанова О.Ю., Мустафина А.Р. Психолого-педагогические условия коррекции страхов у детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии // Психолого-педагогические аспекты развития обучающихся в современном мире: проблемы и решения: Сборник научных статей (Чебоксары, 22 ноября 2024 год). Чебоксары: Чувашский государственный педагогический университет им. И.Я. Яковлева, 2024. С. 146-151.

40. Терехова М.Д. Психолого-педагогическая коррекция страхов старших дошкольников // Трибуна ученого. 2022. № 2. С. 333-337.

41. Урунтаева Г.А., Гошева Е.Н. Психология познания дошкольника в профессионально-педагогической деятельности воспитателя: монография. М.: ИНФРА-М, 2022. 213 с.

42. Фалеева Д., Грязнов А.Н. Виды страхов у старших дошкольников // Сборник трудов молодых ученых УВО «Университет управления «ТИСБИ»: Сборник статей. Казань : Татарский институт содействия бизнесу, 2022. С. 342-346.

43. Чернова О.В., Батыгина К.О. Коррекция страхов у детей дошкольного возраста средствами арт-терапии // Дорожно-транспортный комплекс: состояние, проблемы и перспективы развития: Сборник научных трудов XXIV Международной технической научно-практической конференции (Чебоксары, 20 февраля 2025 года). Чебоксары: Московский автомобильно-дорожный государственный технический университет (МАДИ), 2025. С. 409-413.

44. Шатских Т.О., Бакаева О.Н. Изучение уровней наличия страхов и степени их выраженности у старших дошкольников // Проблемы и перспективы развития образования: Сборник материалов X Международной научно-практической конференции (Орехово-Зуево, 08 декабря 2023 года). Орехово-Зуево: Государственный гуманитарно-технологический университет, 2024. С. 199-202.

45. Шиманская В.А., Чканикова А.А. Детские страхи. М.: МИФ, 2023. 192 с.

46. Щербатых Ю.В. Психология страха: популярная энциклопедия. М.: Ардис, 2019. 512 с.

47. Эльконин Д.Б. Детская психология: учебное пособие для студентов учреждений высшего профессионального образования. 6-е изд., стер. М.: Советские учебники, 2025. 476 с.

## ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение А

Таблица 1

Классификация видов страхов по А.И. Захарову

Виды страхов детей дошкольного возраста	Особенность проявления
Естественный (возрастной)	Кратковременность, обратимость проявления, возрастная обусловленность, не оказывает негативного влияния на характер, на отношения с окружающими, не вызывает проблем поведенческого характера
Патологический	Продолжительное течение, произвольность, негативное воздействие на характер и межличностные отношения
Ситуативный	Возникает в необычной, шокирующей обстановке (стихийное бедствие, нападение собаки), часто он проявляется в результате разногласий, конфликтов, жизненных неудач
Личностный	Характерологическая предопределенность, обусловленность новизной обстановки и ситуации, общением с незнакомыми людьми
Реальный	Обусловленность реальными объектами, явлениями, условиями, ситуациями
Воображаемый	Обусловленность фантазийными, воображаемыми объектами, условиями и ситуациями
Острый	Обусловлен реальной опасностью, проявляется острой реакцией, вызывает негативные изменения поведенческой сферы
Хронический	Лонгитюдный характер протекания, не вызывает резких, критических изменений поведенческого характера

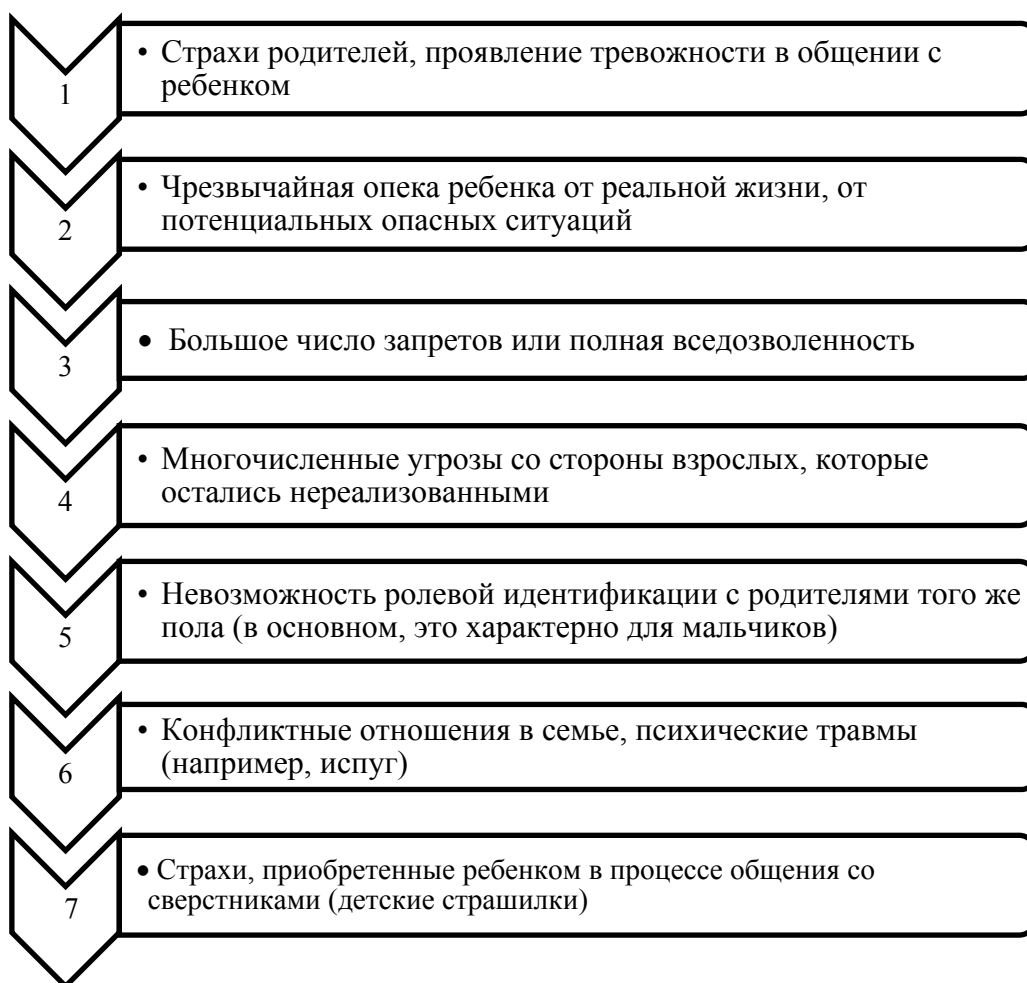


Рис. 1. Причины возникновения возрастных страхов  
(по В.Г. Колягиной)

Диагностики исследования страхов у детей старшего дошкольного возраста

Опросник «Подверженность ребенка страхам» (А.И. Захаров)

Цель: определение уровня подверженности ребенка страхам.

Методика проводится в виде индивидуальной беседы с детьми, в процессе которой им задаются 29 вопросов.

Ты боишься или не боишься:

- 1) когда остаешься один дома;
- 2) нападения;
- 3) заболеть;
- 4) умереть;
- 5) смерти близких;
- 6) чужих людей;
- 7) потеряться;
- 8) мамы, папы;
- 9) наказания;
- 10) сказочных героев (Бабы-яги, Кощея, Бармалея...);
- 11) опоздания в детский сад (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) стихий (наводнения, урагана, грозы);
- 24) больших помещений, улиц;
- 25) врачей;
- 26) уколов;
- 27) боли;
- 28) крови;
- 29) резких, громких звуков (когда внезапно что-то упадет, стукнет)?

Беседа проводится неторопливо и обстоятельно.

Экспериментатор перечисляет страхи и ждет ответа от детей «да» – «нет» или «боюсь» – «не боюсь». Вопрос, боится или не боится ребенок, повторяется время от времени, чтобы избежать наводки страхов, их произвольного внушения. При стереотипном отрицании всех страхов детей экспериментатор просит давать развернутые ответы типа «не боюсь темноты», а не «нет» или «да». Взрослый, задающий вопросы, сидит рядом, а не напротив ребенка, периодически подбадривает его и хвалит за то, что он говорит все как есть.

Подсчитывается количество указанных ребенком страхов:

- 0-12 – низкий уровень подверженности страхам;
- 13–15 – средний уровень подверженности страхам;
- 16–29 – высокий уровень подверженности страхам.

Высокий уровень подверженности страхам предполагает наличие у ребенка таких особенностей, как неадекватная самооценка, тревожность, напряженность, пугливость, низкая общительность, подозрительность и недоверчивость к окружающим.

Средний уровень подверженности страхам предполагает достаточную общительность, ненапряженность, быстроту ответов на вопросы.

Низкий уровень подверженности страхам характеризуется наименьшей тревожностью, ненапряженностью, уверенностью в себе, общительностью,

налаженностью отношений с окружающими, преобладанием повышенного настроения, быстротой ответов на вопросы.

Тест «Страхи в домиках» (авторы – А.И. Захаров, М.А. Панфилова)

Цель: выявление и уточнение преобладающих видов страхов у детей.

Автором произведен своеобразный синтез двух известных методик: модифицированной беседы А. И. Захарова и теста «Красный дом, черный дом». Модифицированная беседа о страхах А. И. Захарова предполагает выявление и уточнение преобладающих видов страхов (страх темноты, одиночества, смерти, медицинские страхи и т. д.). Прежде, чем помочь детям в преодолении страхов, необходимо выяснить, каким конкретно страхам они подвержены. Выяснить весь спектр страхов можно специальным опросом при условии эмоционального контакта с ребенком, доверительных отношений и отсутствия конфликта. О страхах следует расспрашивать кому-нибудь из знакомых взрослых или специалистов при совместной игре или дружеской беседе. Впоследствии самим родителям уточнить, чего именно и насколько боится ребенок.

Беседа представляется как условие для избавления от страхов посредством их проигрывания и рисования. Начать спрашивать о страхах по предлагаемому списку имеет смысл у детей не раньше 3 лет, вопросы должны быть доступными для понимания в этом возрасте. 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 непроизвольное 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.

Совокупные ответы ребенка объединяются в несколько групп по видам страхов, которые были сформулированы А. И. Захаровым. Если ребенок в трех случаях из четырех-пяти дает утвердительный ответ, то этот вид страха диагностируется как имеющийся в наличии. Проведение этой методики является достаточно простым и не требующим специальной подготовки.

Ребенку предлагается нарисовать два дома – красный и черный (возможен вариант предъявления ребенку листа с уже нарисованными домами). В эти дома либо самостоятельно (если это младшие школьники и более старшие дети), либо с помощью экспериментатора (если это дошкольники) детям предлагается расселить страхи: в красный дом – «нестрашные», в черный – «страшные» страхи. После выполнения задания ребенку предлагается закрыть черный дом на замок (нарисовать его), а ключ выбросить или потерять. Автор предполагает, что данный акт успокаивает актуализированные страхи. Анализ полученных результатов заключается в том, что экспериментатор подсчитывает страхи в черном доме и сравнивает их с возрастными нормами. А. И. Захаров предлагает возрастные нормы страхов и их распределение (по полу и возрасту). Из 29 страхов, выделенных автором, у детей наблюдаются от 6 до 15. У городских детей возможное количество страхов доходит до 15.

Стимульный материал. Лист формата А4 с изображениями домиков, карандаши.

Инструкция. Психолог обращается к ребенку: «В черном домике живут страшные страхи, а в красном – нестрашные. Помоги мне расселить страхи из списка».

Ты боишься или не боишься:

- 1) когда остаешься один дома;
- 2) нападения;
- 3) заболеть;
- 4) умереть;
- 5) смерти близких;

- 6) чужих людей;
- 7) потеряться;
- 8) мамы, папы;
- 9) наказания;
- 10) сказочных героев (Бабы-яги, Кощея, Бармалея...);
- 11) опоздания в детский сад (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) стихий (наводнения, урагана, грозы);
- 24) больших помещений, улиц;
- 25) врачей;
- 26) уколов;
- 27) боли;
- 28) крови;
- 29) резких, громких звуков (когда внезапно что-то упадет, стукнет)?

Обработка и регистрируемые показатели. На основе полученных данных делается вывод о наличии страхов у ребенка. Большое число страхов у ребенка – это важный показатель предневротического состояния. Такого ребенка следует причислить к группе риска и проводить с ним специальную коррекционную работу.

Все перечисленные страхи у детей делят на следующие группы:

- «медицинские» страхи (боль, уколы, врачи, болезнь);
- страхи с причинением физического ущерба (неожиданные звуки, транспорт, огонь, пожар, стихия, война);
- страхи смерти (своей);
- страхи животных и сказочных персонажей;
- страхи кошмарных снов и темноты;
- социально-опосредованные страхи (людей, детей, наказания, опоздания, одиночества);
- пространственные страхи (высоты, воды, замкнутых пространств).

## Протоколы первичного диагностического исследования

Таблица Г.1

Результат диагностики страхов у старших дошкольников по опроснику  
«Подверженность ребенка страхам»

Ребенок	Число страхов	Уровень проявления страха
1. К. А.	15	средний
2. А.В.	20	высокий
3. В. Г.	17	высокий
4. М. Д.	14	средний
5. А. Д.	12	средний
6. Г. Е.	11	средний
7. В. З.	17	высокий
8. А. К.	12	низкий
9. П. К.	14	средний
10. С.К.	20	высокий
11. И. М.	10	низкий
12. И. Н.	13	средний
13. М. О.	11	средний
14. Д. П.	14	высокий
15. Д. Д.	18	высокий
16. К. С.	14	средний
17. Ю. Ф.	12	средний
18. А.Х.	17	высокий
19. А. Ч.	11	средний
20. В.Я.	12	средний

0–12 – низкий уровень подверженности страхам;

13–15 – средний уровень подверженности страхам;

16–29 – высокий уровень подверженности страхам.

Результат диагностики страхов у старших дошкольников по методике  
«Страхи в домиках»

№ п/п	Страх	Количество страхов	Частота встречаемости страха у детей
1	Смерти родителей	18	90 %
2	Смерти (своей)	17	85 %
3	Нападения	15	75 %
4	Сказочных персонажей	14	70 %
5	Пожара	14	70 %
6	Животных	13	65 %
7	Стихии	14	70 %
8	Войны	16	80 %
9	Огня	15	75 %
10	Наказания	14	70 %
11	Темноты	14	70 %
12	Неожиданных, резких звуков	12	60 %
13	Глубины	10	50 %
14	Крови	10	50 %
15	Уколов	11	55 %
16	Когда остаешься один	9	45 %
17	Высоты	9	45 %
18	Боли	10	50 %
19	Заболеть, заразиться	8	40 %
20	Страшных снов	7	35 %
21	Каких-то людей	5	25 %
22	Сделать что-то не так, неправильно	6	30 %
23	Перед тем как заснуть	5	25 %
24	Опоздать в детский сад	3	15 %
25	Врачей	4	20 %
26	Транспорта	2	10 %
27	Каких-то детей	4	20 %
28	Больших улиц, площадей	3	15 %
29	Замкнутого пространства	2	10 %
30	Воды	3	15 %
31	Мамы или папы	1	5 %

Проект программы «Ахи-страхи» по коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста

Содержание

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

1.1.1. Цели и задачи реализации Программы

1.1.2. Принципы формирования Программы

1.1.3. Методы и техники

1.2. Планируемые результаты реализации Программы

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Календарно-тематическое планирование

2.2. Контроль освоения детьми Программы

2.3. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Материально-техническое обеспечение Программы

3.2. Учебно-методическое обеспечение Программы

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Детство ребенка XXI века в существенной степени связано с разнообразными структурными преобразованиями, которые происходят в социальной, экономической, культурной сферах российского общества. Происходящие перемены ставят огромное число проблем, вызывая духовное, интеллектуальное, эмоциональное, физическое напряжение ребенка. Многие исследователи фиксируют такие эмоциональные проблемы детей, как повышенная тревожность, агрессивность, негативизм в межличностных и межгрупповых отношениях, недостаток ответственности в отношении к

различным обстоятельствам жизни, возникновение разного рода конфликтов со сверстниками или родителями.

Особой эмоциональной проблемой детей являются страхи, которые являются самой сильной отрицательной эмоциональной реакцией, возникающей в ситуации реальной или воображаемой опасности. Страх основан на инстинкте самосохранения и носит защитный характер. Страх сопровождается определенными физиологическими изменениями высшей нервной деятельности. Страх характеризуют нервозность, беспокойство, депрессивные психические состояния.

Таким образом, необходимость оказания психокоррекционной помощи и поддержки является одной из самых важных задач, которые психологу приходится решать в детском саду.

Арт-терапия (терапия искусством) – метод психокоррекции, который впервые был использован в психотерапии А. Хиллом в 1938 году. Арт-терапия (лат. *ars*– искусство, греч. *therapeia*– лечение) представляет собой методику лечения и развития при помощи художественного творчества. Помимо всего прочего, арт-терапия – прекрасный способ безболезненно для других выразить свои эмоции и чувства. Детская арт-терапия – это простой и эффективный способ психологической помощи, основанный на творчестве и игре. Другими словами, это – лечение творчеством.

#### 1.1.1. Цели и задачи реализации Программы

Цель программы: создание благоприятных психолого-педагогических условий для коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста.

Задачи:

- помочь детям справиться с собственными страхами, используя методы арт-терапии;
- обучить методам релаксации и саморегуляции;
- повысить уверенность ребенка в себе и своих силах;
- совершенствовать умения передачи своего эмоционального состояния;

- создать благоприятную эмоциональную обстановку для детей;
- осуществить контроль над объектом страха;
- повысить уверенность в себе;
- развивать коммуникативные навыки.

### 1.1.2. Принципы формирования Программы

Программа базируется на следующих основополагающих принципах:

1. Принцип аксиологического подхода – признает ребенка высшей ценностью общества и ориентирован на развитие гуманной и социально устойчивой личности, раскрытие ее интеллектуального, творческого и нравственного потенциала.

2. Принцип личностного подхода – направлен не на развитие и коррекцию конкретной психической функции, а на развитие личности в целом.

3. Принцип деятельностного подхода – проектирование психокоррекционного процесса осуществляется с учетом ведущего вида деятельности ребенка данного возраста.

4. Принцип единства диагностики и коррекции – рассматривающий психологическую диагностику и коррекцию как дополняющие друг друга процессы.

5. Принцип единства возрастного и индивидуального в развитии – предлагает индивидуальный подход к ребенку с учетом особенностей его развития.

6. Принцип активного вовлечения ближайшего круга общения в коррекционную работу с ребенком – участниками психологической коррекции выступают родители, воспитатели и другие лица, сопричастные процессу воспитания ребенка.

7. Принцип комплексности методов воздействия – для большей эффективности коррекционной работы необходимо применять разнообразные методы, приемы, техники коррекционной работы с детьми дошкольного возраста.

8. Принцип фасилитации – педагог-психолог обеспечивает комфортную, доверительную атмосферу межличностного взаимодействия участников коррекционной работы, содействующей проявлению личностной активности ребенка, оптимизирующей психическое развитие дошкольника.

#### 1.1.3. Методы и техники

В программе использованы следующие методы и техники:

1. Игротерапия способствует активизации познавательной активности, речевой деятельности, корректирует проблемы в коммуникации, развивает волевую и эмоциональную сферу, формирует произвольность протекания психических процессов, содействует адекватной социализации ребенка.

2. Танцевальная терапия (психогимнастические упражнения и этюды). Используются для управления навыками эмоциональной сферы ребенка. Позволяют развивать у детей способности фиксировать, понимать, анализировать, собственные и чужие эмоции, а также правильно выражать, полноценно проживать арсенал эмоций и чувств. Способствуют снижению напряженности, мышечных зажимов, тревожности, страхов, повышению уверенности в себе.

3. Изотерапия. Метод арт-терапии позволяет ребенку осознать проблемную ситуацию, выразить свои чувства, эмоции, раскрыть творческие способности.

4. Релаксация. Используется для расслабления, позволяет устранить беспокойство, возбуждение, скованность, восстановить силы, увеличить запас энергии.

5. Куклотерапия. Куклотерапия как метод использует ресурс метафоричности показа проблем, переживаемых ребенком. Позволяет расширить репертуар самовыражения ребенка, сформировать эмоциональную устойчивость, навыки саморегуляции, скорректировать отношения между детьми и их родителями, создать условия для конструктивного разрешения конфликтов, улучшить социальную адаптацию, произвести коррекцию страхов, нарушенного (отклоняющегося) поведения.

6. Сказкотерапия. Данный метод помогает ребенку раскрыть внутренние переживания, преодолеть трудности, также способствует развитию самосознания, содействует построению доверительных отношений с окружающими и проч.

7. Музыкаотерапия (прикладная музыка). Метод способствует снижению эмоциональной напряженности, переключению внимания.

## 1.2. Планируемые результаты реализации Программы

Коррекционно-развивающая работа направлена не только на работу со страхами, но и на развитие коммуникативных навыков, на повышение представлений о собственной ценности, на развитие уверенности в собственных силах, а также способности наиболее успешно реализовать себя в поведении и взаимодействии с окружающими людьми.

Предполагается, что с помощью представленных в программе занятий можно снизить уровень страхов и тревожности ребенка, повысить его уверенность в собственных силах.

По прохождению цикла занятий предполагается заметное снижение количества страхов у ребенка.

## 2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

### 2.1. Календарно-тематическое планирование

Таблица Д.1

№ занятия	Цель занятия	Содержание занятия
1	2	3
1	Снятие психоэмоционального напряжения, содействовать развитию умения справиться с чувством страха, способствовать развитию эмпатии, умению сопереживать другим	1. Приветствие 2. Психогимнастическое упражнение «Считалочка-бормоталочка» в интеграции с музыкальной терапией. Цель: выражение своих переживаний, развитие творческой активности, целенаправленное развитие психики ребенка, осуществляемое посредством специальных упражнений на громкоречевом уровне. 3. Упражнение «Рисунок своего тела» (Телесно-двигательная терапия). Цель: развитие сенсорной чувствительности, слуховой и зрительной памяти, дифференциация ощущений.

Продолжение таблицы Д.1		
1	2	3
2	Создать условия для преодоления чувства страха у детей, снижение тревожности	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. Арт-терапевтическое упражнение «Зеркальный монстр». Цель: Снятие напряжения, преодоление тревожно-фобических реакций. С одной стороны, ребенок видит в зеркале свое отражение через нарисованный страх (метафора того, что тело ребенка наполнено страхом), с другой стороны, есть возможность отстраниться от страха, сохранить контроль над ним</li> <li>3. Арт-терапевтическое упражнение «Кондитер». Цель: Снятие напряжения, повышение самооценки, исследование чувств и представлений, связанных с образом дома.</li> <li>4. Упражнение «Невидимка» (рисование свечой). Цель: развивать воображение, мелкую моторику рук, снимать эмоциональное напряжение.</li> <li>5. Ритуал прощания</li> </ol>
3	Формировать навыки выражения эмоционального настроения, повышение психического тонуса ребенка	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. Арт-терапевтическое упражнение «Посмеемся над страхами». Цель: Поднять настроение и способствовать снятию зажатости как на физическом, так и на психологическом уровне.</li> <li>3. Упражнение «Конверты радости и огорчений». Цели: развитие умений открыто выражать свои чувства по отношению к различным жизненным ситуациям, снятие напряжения, эмоциональное сближение ребенка и родителей</li> <li>4. Упражнение «Процарапывание». Цель: развитие воображения, мелкой моторики рук, снятие психоэмоционального напряжения.</li> <li>5. Ритуал прощания</li> </ol>
4	Предложить пути поиска преодоления страха; способствовать развитию эмпатии, умению сопереживать другим	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. Упражнение с элементами танце-двигательной терапии. «Танец пяти движений». Цели: снятие мышечных зажимов, развитие умения выражать свои эмоции с помощью движений.</li> <li>3. Арт-терапевтическая техника работы с песком «Дом умиротворения». Цель: коррекция страхов, тревожности, развитие воображения, снятие нервно-психического напряжения.</li> <li>4. Упражнение «Парное рисование». Цель: развитие саморегуляции, произвольности поведения, умения работать по правилам, развитие способности конструктивного взаимодействия. Техника проводится в парах.</li> <li>5. Ритуал прощания</li> </ol>
5	Способствовать развитию смелости, преодолению страхов, развитие	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие</li> <li>2. Игра – разминка «Чудесные превращения». Цель: развивать воображение, образное восприятие, раскрыть творческий потенциал, снять эмоциональное</li> </ol>

Продолжение таблицы Д.1		
1	2	3
	умения передавать свое эмоциональное состояние через художественный образ	напряжение, тревожность, формировать коммуникативные навыки 3. Упражнение «Настроение». Цель: снять эмоциональное напряжение, снизить тревожность, учить пониманию своих чувств. 4. Упражнение «Мелки — наперегонки». Цель: отреагирование напряжения и агрессивных тенденций, гармонизация эмоционального состояния, физическая и эмоциональная стимуляция. 5. Ритуал прощания
6	Совершенствовать пути преодоления страха, формирование уверенности в себе	1. Приветствие 2. Игра – разминка «Волшебный салют». Цель: развивать эмоциональную сферу, снять психическое напряжение и тревожность, активизировать творческий интерес. 3. Упражнение «Превращение страха». Цель: снять эмоциональное напряжение, провести коррекцию страхов и тревожности. 4. Арт-терапевтическое упражнение «Цветок». Цель: развивать воображение, мелкую моторику рук, снимать эмоциональное напряжение. 5. Ритуал прощания
7	Закрепление адекватных форм проявления эмоций, развитие доверия	1. Приветствие 2. Упражнение «Волшебные зеркала». Цель: формирование положительной Я-концепции, повышение уверенности в себе, снижение тревожности 3. Упражнение «Конверты радости и огорчений» . Цели: развитие умений открыто выражать свои чувства по отношению к различным жизненным ситуациям, снятие напряжения, эмоциональное сближение ребенка и родителей. 4. Арт-терапевтическое упражнение «Каракули Виникотта». Цель: развивать воображение, мелкую моторику рук, умение понимать партнера без слов, снимать эмоциональное напряжение. 5. Ритуал прощания
8	Освобождение от отрицательных эмоций, развитие социального доверия, повышение уверенности в собственных силах	1. Приветствие 2. Упражнение «Слепой танец». Цель: развитие доверия друг к другу, снятие излишнего мышечного напряжения, тревожности 3. 4. Арт-терапевтическое упражнение «Рисование под музыку». Цель: Снятие эмоционального напряжения. 5. Ритуал прощания
9	Развитие умения различать и сравнивать эмоциональные состояния (страх,	1. Приветствие 2. Упражнение «Танцующие руки». Цель: если дети беспокойны или расстроены, эта игра даст им (особенно огорченным, беспокойным) возможность прояснить свои чувства и внутренне расслабиться.

Продолжение таблицы Д.1		
1	2	3
	грусть, радость), определять их характер; умения понимать собственные актуальные эмоциональные состояния	3. Упражнение «Игра наоборот». Цель: снятие эмоционального напряжения, развития воображения, развитие мелкой моторики. 4. Упражнение «Яичная мозаика». Цель: развивать воображение, мелкую моторику рук, снимать эмоциональное напряжение. 5. Ритуал прощания
10	Развитие умения передавать собственные эмоциональные состояния посредством художественной экспрессии. Развитие представлений о символическом значении изображения	1. Приветствие 2. Упражнение «Танец пяти движений». Цель: профилактика и коррекция тревожности 3. Упражнение «Карта моего внутреннего мира» Цель: формирование представлений о себе; осознание и выражение своих чувств; эмоциональное сближение ребенка и родителей. 4. Арт-терапевтическая техника рисования на клеенке «Ахи-страхи» Цель: коррекция страхов, тревожности. 5. Ритуал прощания
11	Развитие умения определять эмоциональные состояния людей и сказочных персонажей. Развитие навыков вербального и невербального общения со сверстниками и взрослыми.	1. Приветствие 2. Игра-развлечение «Сладкая парочка». Цель: преодоление внутренних зажимов, развитие коммуникативных навыков 3. Упражнение «Необычный хор». Цель: эмоциональная разрядка, снятие напряжения. 4. Арт-терапевтическая техника телесно-ориентированной терапии «Пластилиновая фигурка» Цель: снижение тревожности, снятие психоэмоционального напряжения, расслабление. 5. Ритуал прощания
12	Корректировать страх сказочных персонажей средствами арт-терапии, снять эмоциональное напряжение, сконцентрировать внимание детей на собственных ощущениях и эмоциях	1. Приветствие 2. Упражнение «Сказка о бабочке сновидений». Цель: актуализация эмоционального и когнитивного компонента переживания сновидений, изучение «ночных страхов», поиск внутреннего ресурса. 3. Арт-терапевтическая игра «На полянке». Цель: развивать воображение, мелкую моторику рук, снимать эмоциональное напряжение. 4. Упражнение «Монотипия». Цель: развитие воображение, мелкой моторики рук, снятие эмоциональное напряжение. 5. Ритуал прощания
13	Активизировать вербальную коммуникацию, корректировать	1. Приветствие 2. Арт-терапевтическое упражнение «Семья». Цель: Выявление эмоционального состояния ребенка, чувств и представлений, связанных с детско-родительскими

Продолжение таблицы Д.1		
1	2	3
	страхи, снять эмоциональное напряжение, формировать адекватную самооценку	отношениями, исследование особенностей взаимодействия ребенка с миром. 3. Игра «Прогони злость». Цель: способствовать снижению напряжения, дает ребенку возможность выразить эмоции и снизить состояние агрессии у детей. 4. Упражнение «Рисуем круги...». Цель: развитие спонтанности, рефлексии; позволяет прояснить личностные особенности, ценности, притязания, характер проблем каждого участника, его положение в группе; выявляет межличностные и групповые взаимоотношения, их динамику, имеет потенциал для формирования групповой сплоченности. 5. Ритуал прощания
14	Освобождение от отрицательных эмоций, развитие социального доверия, повышение уверенности в собственных силах	1. Приветствие 2. Упражнение «Остров спокойствия». Цель: снижение уровня тревожности, стимуляция развития творческих способностей детей. 3. Упражнение «Фототерапия». Цель: гармонизация эмоционального состояния 4. Упражнение «Рисование себя» Цель: Самораскрытие, работа с образом «Я». 5. Ритуал прощания
15	Формировать навыки выражения эмоционального настроения, повышение психического тонуса ребенка	1. Приветствие 2. Упражнение «Скульптура». Цель: коррекция тревожности, развитие воображения. 3. Упражнение «Разговор с руками». Цель: формирование уверенности в себе, развитие позитивного самовосприятия, отреагирование эмоций, развитие коммуникативных навыков. 4. Упражнение «Невидимка. Рисование свечой» Цель: развивать воображение, мелкую моторику рук, снимать эмоциональное напряжение. 5. Ритуал прощания
16	Развитие уровня осознанности в эмоциональной и поведенческой сферах; творческого потенциала и возможности разрешать проблемные ситуации; уверенности в собственных силах в преодолении страхов.	1. Приветствие 2. Упражнение «Хочу быть счастливым». Цель: способствует развитию самоуважения ребенка, уверенности в будущем, позитивного отношения к окружающему 3. Упражнение «Игра наоборот» Цель: снятие эмоционального напряжения, боязни быть несовершенным или совершить ошибку 4. Упражнение «Спонтанное рисование» Цель: предоставить детям возможность осознать свои настоящие переживания, отреагировать свои чувства в отношении педагога. 5. Ритуал прощания

## 2.2. Контроль освоения детьми Программы

Психологическая диагностика проводится в начале и в конце учебного года. Первичная диагностика проводится с детьми в сентябре и её целью является получение полных информационных данных об индивидуальных особенностях психического развития детей.

Итоговая диагностика проводится с детьми в мае и направлена на выявление динамики в развитии детей в результате развивающих занятий. Для проведения итоговой диагностики используются те же методики и диагностические комплекты, что и в начале учебного года.

Участие ребёнка к психологической диагностике допускается только с письменного согласия родителей (законных представителей), а полученные результаты могут быть использованы только для задач психологического сопровождения и проведения квалифицированной коррекции развития детей.

### 2.3. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников

К эффективным методам работы с детскими страхами можно отнести коррекцию страхов посредством гармонизации детско-родительских отношений. Как указывает А.С. Спиваковская, «детские страхи – весьма распространенное неблагополучие в воспитании ребенка. Многие трудности ребенка должны разрешаться через призму семейных отношений: изменяя семейную ситуацию, корректируя отношение к ребенку, можно разрешить его проблему».

Таблица Д.2

Программа работы с родителями с целью превентивной работы со страхами своих детей

Занятие	Задачи	Часы	Формы	Результат
1	2	3	4	5
1	Развитие у родителей понимания природы собственных страхов	2	Анализ тревожного поведения родителей	Изменение представлений о природе страхов родителей

				Продолжение таблицы Д.2
1	2	3	4	5
2	Развитие у родителей понимания природы детских страхов	2	Анализ детских страхов	Изменение представлений о природе детских страхов
3	Развитие у родителей умений по преодолению собственных страхов	2	Анализ приемов преодоления тревожного поведения родителей	Готовность родителей к преодолению своих страхов
4	Развитие у родителей умений по предупреждению страхов своих детей	2	Анализ превентивного поведения родителей в контексте умений по предупреждению страхов своих детей. Тренинг	Готовность родителей к предупреждению страхов своих детей
5	Анализ родителями своего опыта по предупреждению страхов своих детей	2	Обмен опытом и педагогическими находками, групповая дискуссия	Моделирование превентивных моделей работы со страхами дошкольников
6	Встречи с родителями «новеньких» воспитанников	1	Обсуждение опыта родителей, игромоделирование	Моделирование ситуаций, провоцирующих появление и развитие детских страхов
7	Ролевая игра «Я мама»	1	Обсуждение конструктивного поведения родителей с позиций гендерного подхода	Моделирование способов уверенного взаимодействия с вектором «материнство»
8	Ролевая игра «Я папа»	1	Обсуждение конструктивного поведения родителей с позиций гендерного подхода	Моделирование способов взаимодействия с вектором «отцовство»

### 3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

#### 3.1. Материально-техническое обеспечение Программы

##### *Организационные условия*

Реализация программы осуществляется за рамками образовательной программы ДООУ в форме дополнительного образования.

Занятия проводятся 2 раз в неделю во второй половине дня.

Программа рассчитана на 8 недель.

Занятия осуществляются с учетом возрастных особенностей детей старшего дошкольного возраста.

Программа даёт возможность педагогу-психологу правильно спланировать и распределить содержание, объем и нагрузку учебного материала на каждое занятие, учитывая навыки в соответствии с возрастом.

#### *Организация предметно-пространственной развивающей среды*

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного пространства, материалов, оборудования и инвентаря для развития детей старшего дошкольного возраста с учётом возрастных особенностей каждого ребенка.

При создании развивающей предметно-пространственной среды учитываются требования ФГОС ДО.

Развивающая предметно-пространственная среда соответствует санитарно-эпидемиологическим требованиям.

#### *Материально-техническое обеспечение программы*

В соответствии с ФГОС ДО, материально-техническое обеспечение программы включает в себя учебно-методический комплект, оборудование, оснащение (предметы и материалы).

Материально-техническое обеспечение соответствует:

- требованиям, определяемым в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами;
- требованиям, определяемым в соответствии с правилами пожарной безопасности;
- требованиям к средствам обучения и воспитания в соответствии с возрастом и индивидуальными особенностями развития детей;
- требованиям к оснащённости помещений развивающей предметно-пространственной средой;
- требованиям к материально-техническому обеспечению программы (учебно-методический комплект, оборудование, оснащение (предметы)).

Оборудование соответствует росту и возрасту детей.

Функциональные размеры используемой детской мебели для сидения и столов соответствуют обязательным требованиям, установленным техническими регламентами.

Требования к искусственному и естественному освещению помещений для образования детей соблюдаются в соответствии с санитарно-эпидемиологическими и нормативами, что подтверждают протоколы измерений. Имеется оборудование для использования информационно-коммуникационных технологий в образовательном процессе компьютер, интерактивное оборудование, принтер.

Обеспечено подключение к локальной сети и сети Интернет с учетом регламентов безопасного пользования Интернетом и психолого-педагогической экспертизы компьютерных игр.

Компьютерно-техническое оснащение группы используется для различных целей:

- для демонстрации детям познавательных, мультипликационных фильмов;
- для поиска в информационной среде материалов, обеспечивающих реализацию образовательной программы;
- для предоставления информации о Программе родителям, всем заинтересованным лицам, вовлеченным в образовательную деятельность, обеспеченность образовательной деятельности техническими средствами обучения.

### 3.2. Учебно-методическое обеспечение Программы

#### *Дидактические пособия, игры*

Художественная литература

Пособие по терапевтическим сказкам

Иллюстрации к сказкам

Аудио-видео-аппаратура

Мягкие игрушки – 5 шт.

Ручные инструменты, приспособления и материалы для творчества

Канцелярские товары: клей-карандаш, гуашь, акварель, кисти разных размеров, баночки под воду, фломастеры, цветные карандаши, ватман, пластилин, мелки, листы формата А3 и А4, кинестический песок

Игрушки резиновые/ пластиковые разных размеров

Магнитофон

Записи спокойной музыки

*Обеспеченность образовательной деятельности техническими средствами обучения*

Мультимедийный проектор – 1 шт.

Ноутбук – 1 шт.

*Средства обучения*

Методические пособия: конспекты занятий, планирование, памятки, рекомендации для родителей и педагогов, программы, нормативно-правовое обеспечение, литература: методическая, психолого-педагогическая, научно-популярная; энциклопедии; книги, атласы, раздаточный материал.

Настенные иллюстрации; демонстрационные наглядные пособия.

Электронные образовательные ресурсы: мультимедийные энциклопедии, компьютерные программы; электронные образовательные ресурсы: иллюстрации, презентации.

Аудиовизуальные наглядные пособия: слайды, презентации.

Технические средства обучения: ноутбук, мультимедийное оборудование, музыкальный центр.

*Методическая литература для организации образовательной*

*деятельности*

Захаров А.И. Психотерапия неврозов у детей и подростков. Л.: Медицина, 1982. 214 с.

Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Практикум по сказкотерапии. СПб.: Речь», 2006.

Капская А.Ю., Мирончик Т.Л. Развивающая сказкотерапия для детей».СПб.: Речь», 2006.

Киселёва М.В. Арт-терапия в работе с детьми: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми.СПб.: Речь», 2006.

Лебедева Л.Д. Практика Арт-терапии: Подходы, диагностика, систем занятий. СПб.: Речь», 2008.

Медведева Е.А., Левченко И.Ю., Комиссарова Л.Н., Добровольская Т.А. Арт-педагогика и арт-терапия в специальном образовании: Учебник для вузов. М.: Академия, 2001. 248 с.

Погосова Н.М. Цветовой игротренинг. СПб.: Речь», 2007.

Сакович Н.А. Технология игры в песок. Игры на мосту. СПб.: Речь», 2008.

Хухлаева О.В. Практические материалы для работы с детьми 3-9 лет. Психологические игры, упражнения, сказки. М.: Генезис, 2003. 172 с.

## Протоколы повторного диагностического исследования

Таблица Е.1

Результат диагностики страхов у старших дошкольников по опроснику  
«Подверженность ребенка страхам»

Ребенок	Число страхов	Уровень проявления страха
1. К. А.	10	низкий
2. А. В.	17	высокий
3. В. Г.	15	средний
4. М. Д.	9	низкий
5. А. Д.	8	низкий
6. Г. Е.	11	низкий
7. В. З.	17	высокий
8. А. К.	2	низкий
9. П. К.	13	средний
10. С. К.	18	высокий
11. И. М.	4	низкий
12. И. Н.	10	низкий
13. М. О.	12	низкий
14. Д. П.	14	средний
15. Д. Д.	15	средний
16. К. С.	13	средний
17. Ю. Ф.	9	низкий
18. А. Х.	20	высокий
19. А. Ч.	8	низкий
20. В. Я.	11	низкий

0–12 – низкий уровень подверженности страхам;  
13–15 – средний уровень подверженности страхам;  
16–29 – высокий уровень подверженности страхам.

Результат диагностики страхов у старших дошкольников по методике  
«Страхи в домиках»

№ п/п	Страх	Количество страхов	Частота встречаемости страха у детей
1	Смерти родителей	9	45%
2	Смерти (своей)	6	30%
3	Нападения	7	35%
4	Сказочных персонажей	6	30%
5	Пожара	9	45%
6	Животных	7	35%
7	Стихии	6	30%
8	Войны	9	45%
9	Огня	7	35%
10	Наказания	5	25%
11	Темноты	7	35%
12	Неожиданных, резких звуков	6	30%
13	Глубины	4	20%
14	Крови	5	25%
15	Уколов	6	30%
16	Когда остаешься один	4	20%
17	Высоты	4	20%
18	Боли	5	25%
19	Заболеть, заразиться	3	15%
20	Страшных снов	3	15%
21	Каких-то людей	2	10%
22	Сделать что-то не так, неправильно	2	10%
23	Перед тем как заснуть	2	10%
24	Опоздать в детский сад	0	0%
25	Врачей	1	5%
26	Транспорта	0	0%
27	Каких-то детей	1	5%
28	Больших улиц, площадей	1	5%
29	Замкнутого пространства	0	0%
30	Воды	1	5%
31	Мамы или папы	0	0%