

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

Гуманитарно-педагогический институт

(наименование института полностью)

Кафедра

«Педагогика и психология»

(наименование)

44.03.02 Психолого-педагогическое образование

(код и наименование направления подготовки)

Психология и педагогика дошкольного образования

(направленность (профиль))

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА (БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА)

на тему Коррекция страхов у детей 6-7 лет средствами арт-терапии

Обучающийся

А.Н. Антипина

(Инициалы Фамилия)

(личная подпись)

Руководитель

канд. пед. наук, доцент А.Ю. Козлова

(ученая степень (при наличии), ученое звание (при наличии), Инициалы Фамилия)

Аннотация

Бакалаврская работа рассматривает решение актуальной проблемы коррекции страхов у детей 6-7 лет посредством арт-терапии. Выбор данной темы обусловлен противоречием между признанной необходимостью коррекции страхов у детей 6-7 лет и стихийным, фрагментарным использованием средств арт-терапии педагогами-психологами для решения данной задачи в условиях дошкольной образовательной организации.

Целью исследования является теоретическое обоснование и экспериментальная проверка содержания и организации работы по коррекции страхов у детей 6-7 лет средствами арт-терапии.

В исследовании решаются следующие задачи: провести теоретическое изучение проблемы коррекции страхов у детей 6-7 лет средствами арт-терапии; выявить уровни и содержание страхов у детей 6-7 лет; разработать и апробировать содержание и организацию работы по коррекции страхов у детей 6-7 лет средствами арт-терапии; определить результативность работы по коррекции страхов у детей 6-7 лет средствами арт-терапии.

Бакалаврская работы имеет новизну, теоретическую и практическую значимости. Работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка используемой литературы (26 наименований) и 4 приложений. Для иллюстрации текста используется 15 таблиц. Основной текст бакалаврской работы изложен на 49 страницах.

Оглавление

Введение.....	4
Глава 1 Теоретическое изучение проблемы коррекции страхов у детей 6-7 лет средствами арт-терапии.....	8
1.1 Психолого-педагогические подходы к проблеме появления страхов у детей 6-7 лет.....	8
1.2 Возможности арт-терапии в коррекции страхов у детей 6-7 лет....	15
Глава 2 Экспериментальная работа по коррекции страхов у детей 6-7 лет средствами арт-терапии.....	22
2.1 Выявление уровней и содержания страхов у детей 6-7 лет.....	22
2.2 Реализация содержания работы по коррекции страхов у детей 6-7 лет средствами арт-терапии.....	32
2.3 Определение результативности работы по коррекции страхов у детей 6-7 лет средствами арт-терапии	39
Заключение.....	46
Список используемой литературы.....	48
Приложение А Список детей, участвующих в эксперименте.....	50
Приложение Б Результаты исследования на констатирующем этапе.....	51
Приложение В Тематическое планирование работы по коррекции страхов у детей 6-7 лет средствами арт-терапии	52
Приложение Г Результаты исследования на контрольном этапе.....	53

Введение

Детский страх – это нормальная реакция на неблагоприятный фактор, возникающая в различных ситуациях. Такая реакция быстро проявляется и быстро проходит. Однако, если страх становится чрезмерным и начинает существенно ограничивать повседневную жизнь ребенка, то это может указывать на возникновение фобии. Фобия – это психологическое заболевание, проявляющееся в форме навязчивого страха перед определенными объектами, действиями или условиями, которые со стороны окружающих могут показаться неопасными. Зарубежные психологи, такие как З. Фрейд, К.Г. Юнг и отечественные учёные, такие как Д.Б. Эльконин, А.И. Захаров, В.С. Мухина, Л.И. Божович, Н.Г. Вологодина, изучали детские страхи и фобии. Чтобы детские возрастные страхи не закрепились и не привели к возникновению патологических страхов (фобий) необходима своевременная коррекция.

Современная практическая психология предлагает различные решения проблемы преодоления страхов, при этом психотерапия (в широком смысле) рассматривается как наиболее адекватное и приемлемое средство. Существуют различные виды терапии, которые используются в практической работе со страхами [18]. На наш взгляд, для такой работы с детьми 6-7 лет более всего подходят средства арт-терапии.

В последнее время арт-терапия получает большую популярность, так как помогает детям справляться с различными видами психологических проблем с помощью творческой деятельности (изобразительной, музыкальной, игровой, словесного творчества и других) [16, 17]. Арт-терапия представляет собой комплексную психологическую помощь, направленную на выявление скрытых конфликтов. С её помощью дети могут выразить свои страхи и переживания через творческий процесс. Данный подход изучали многие психологи, включая К.Г. Юнга, М. Наумбург, А.И. Копытина и других. При этом исследования, посвященные психологическим методам и

средствам работы со страхами, в основном имеют не столько исследовательскую, сколько практическую направленность. Таким образом, существует дефицит теоретико-практических исследований, направленных на изучение психологических механизмов генезиса и коррекции страхов, а также на сопоставление различных психотерапевтических средств работы со страхами.

Анализ психолого-педагогической литературы, научных публикаций и практики психологической помощи детям старшего дошкольного возраста позволил определить, что тема коррекции страхов у дошкольников не теряет своей актуальности.

При этом существует противоречие между признанной необходимостью коррекции страхов у детей 6-7 лет и стихийным, фрагментарным использованием средств арт-терапии педагогами-психологами для решения данной задачи в условиях дошкольной образовательной организации.

Опираясь на выявленное противоречие, была определена проблема исследования: как организовать коррекцию страхов у детей 6-7 лет средствами арт-терапии в условиях дошкольной образовательной организации?

Исходя из актуальности данной проблемы сформулирована тема исследования: «Коррекция страхов у детей 6-7 лет средствами арт-терапии».

Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить содержание и организацию работы по коррекции страхов у детей 6-7 лет средствами арт-терапии.

Объект исследования: процесс коррекции страхов у детей 6-7 лет.

Предмет исследования: применение средств арт-терапии в коррекции страхов у детей 6-7 лет.

Гипотеза исследования строится на предположении о том, что работа по коррекции страхов у детей 6-7 лет средствами арт-терапии будет результативной, если:

- составлена психокоррекционная программа, включающая арт-терапевтические средства (рисование, фоновая музыка, игровая деятельность) для коррекции страхов детей 6-7 лет;
- занятия по программе проводятся педагогом-психологом в групповой форме;
- структура занятия включает 4 этапа: свободную активность перед собственно творческим процессом; процесс творческой работы; дистанцирование, процесс рассматривания; вербализация чувств.

Для достижения поставленной цели данного исследования необходимо решить следующие задачи:

1. Провести теоретическое изучение проблемы коррекции страхов у детей 6-7 лет средствами арт-терапии.
2. Выявить уровни и содержание страхов у детей 6-7 лет.
3. Разработать и апробировать содержание и организацию работы по коррекции страхов у детей 6-7 лет средствами арт-терапии.
4. Определить результативность работы по коррекции страхов у детей 6-7 лет средствами арт-терапии.

Теоретическо-методологической основой исследования выступают:

- психологические представления о специфике, видах и основных проявлениях детских страхов (А.И. Захаров, Л.Д. Лебедева, С.В. Капранова, О.А. Карабанова, М.В. Осорина, Р.В. Овчарова, М.А. Панфилова);
- теоретические и методологические разработки в области арт-терапии (Т.С. Абрамова, А.И. Захаров, А.И. Копытин, М. Наумбург).

Для решения поставленных задач использовались следующие методы исследования: анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования; психолого-педагогический эксперимент (констатирующий, формирующий и контрольный этапы), качественный и количественный анализ эмпирических данных.

Экспериментальная база исследования: АНО ДО «Планета детства «Лада» детский сад № 203 «Алиса» г.о. Тольятти. В данном исследовании принимали участие 20 детей в возрасте 6-7 лет.

Новизна исследования: разработана программа психокоррекционной работы со страхами детей 6-7 лет на основе арт-терапевтических средств (рисование, фоновая музыка, игровая деятельность).

Теоретическая значимость исследования: в работе получены выводы, касающиеся теоретически возможной и практически выполняемой роли средств арт-терапии в коррекции страхов у детей 6-7 лет.

Практическая значимость исследования заключается в том, что разработанное содержание работы по коррекции страхов у детей 6-7 лет средствами арт-терапии может быть использовано в работе педагога-психолога и педагогов дошкольных образовательных организаций.

Структура бакалаврской работы. Работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка используемой литературы (26 наименований) и 4 приложения. Для иллюстрации текста используется 15 таблиц. Основной текст бакалаврской работы изложен на 49 страницах.

Глава 1 Теоретическое изучение проблемы коррекции страхов у детей 6-7 лет средствами арт-терапии

1.1 Психолого-педагогические подходы к проблеме появления страхов у детей 6-7 лет

Появление страхов у детей 6-7 лет – это нормальный процесс развития, связанный с формированием психики и личности [20]. Однако, если страхи начинают мешать ребенку жить полноценной жизнью или становятся чрезмерно выраженными, то родители и педагоги должны обратить на это внимание и помочь ребенку справиться со страхами.

Целый ряд авторов исследовали детские страхи.

Так, А.И. Захаров в своих работах указывает, что «разговоры при ребенке о смерти, несчастиях и болезнях, пожарах и убийствах помимо воли запечатлеваются в его психике... страхи начинают размножаться без каких-либо ограничений, а ребенок становится все более напряженным, скованным и осторожным» [9, 11].

Р.М. Грановская и И.М. Никольская в своей книге описали опыт работы с детьми на основе метода А. Фрейд. Во время Второй мировой войны в игровой терапии А. Фрейд использовала приём на детях, переживших бомбардировку Лондона. Сам процесс игры выглядел так: ребята строили дома, потом их разрушали и делились своими переживаниями. «Дети получали позитивный опыт стабилизации своего психического состояния в присутствии взрослого, который их понимает и поддерживает. Когда ребенок имел возможность в игре отреагировать и выразить свои переживания, то он освобождался от страхов, и пережитое не развивалось в психическую травму» [8].

Ю.Б. Гиппенрейтер излагает в своей работе практику А. Нилла, где дети через сказки отрабатывают страхи в момент обсуждения. «Одним из вариантов сказок являются метафоры жизненного пути, в процессе которых

проигрываются детьми разные стадии цикла жизни: рождение героев, их выход из дома, встреча с друзьями и добрым волшебником, победа над злодеями и так далее» [7].

Ю.В. Щербатых в своих трудах говорит: «Как я, как и многие другие, родители конечно заботятся о своих детях и хотят избавить их от страхов. Но самое важное, что мы можем сделать, это понимать, что страхи – это нормальные эмоции, которые присутствуют у всех людей, в том числе и у детей. Мы можем помочь детям преодолеть свои страхи, общаться с ними, слушать их, не осуждать, не смешивать и не отрицать. Дополнительно, мы можем предложить им поддержку, чтобы они смогли преодолеть свои страхи и развиваться как личности» [24].

П.Ф. Каптерев известный советский психолог, автор многих научных работ на тему детских страхов. Он считал, что «страх – это естественное человеческое чувство, которое помогает нам адаптироваться к окружающему миру. Страх возникает, когда мы встречаемся с неизвестным, неожиданным или опасным для нас объектом» [14, с. 138]. Детский страх, по мнению П.Ф. Каптерева, «неотъемлемая часть развития ребенка. Он помогает ему адаптироваться к внешнему миру и понимать, что опасность может подстерегать на каждом шагу. Однако, если страх становится слишком сильным и препятствует нормальному развитию ребенка, то необходимо помочь ему справиться с ним» [14].

А.П. Нечаев отмечает, что детские страхи не являются глупыми. Наоборот, это естественная реакция мозга на новые впечатления или непривычные ситуации, которые могут быть потенциально опасными для ребенка. Важно замечать стрессовое состояние ребенка, чтобы понимать, как ему помочь и развивать уверенность в себе. Страхи – это естественная реакция на окружающий мир, и необходимо помочь ребенку научиться справляться с ними» [6].

«Максимум страхов приходится на период 5-8 лет, возраст, когда заметно уменьшается интенсивность связей между страхами, но когда страх

более сложно психологически мотивирован и несет в себе большой интеллектуальный заряд» [12].

«Как известно, эмоциональное развитие в основных чертах заканчивается к 5 годам, когда эмоции отличаются уже известной зрелостью и устойчивостью. Начиная с 5 лет, на первый план выходит интеллектуальное развитие, в первую очередь мышление. Ребенок в большей степени, чем раньше, начинает понимать, что способно причинить ему вред, чего следует бояться, избегать. Следовательно, в возрасте наиболее часто выявляемых страхов, то есть в старшем дошкольном возрасте, можно уже говорить не только об эмоциональной, но и об интеллектуальной основе страхов как особой психологической структуре формирующейся личности человека» [12].

Так, Д.Б. Эльконин отмечал, что «детский страх темноты является одним из самых распространенных, так как темнота связана с неизвестностью, пугающими звуками. Ребенок может представлять, что в темноте таится опасность для него и его близких. Страх темноты может также свидетельствовать о нестабильной эмоциональной ситуации в семье ребенка. Например, если в семье присутствуют разногласия, скандалы, ребенок предоставлен сам себе, то он может чувствовать одиночество, которое усиливается в темноте, поэтому он боится основаться один в темноте наедине со своими переживаниями [25].

«Известно, что почти за всеми страхами детей стоит неосознанный или осознаваемый страх смерти, поэтому профилактика страхов прежде всего в воспитании таких качеств, как оптимизм, уверенность в себе, самостоятельность. Страх смерти – своего рода нравственно-этическая категория, указывающая на известную зрелость чувств, их глубину, и поэтому выражен у эмоционально чувствительных и впечатлительных детей, обладающих к тому же способностью к абстрактному, отвлеченному мышлению. Страх смерти относительно чаще встречается у девочек, что

связано с более выраженным у них в сравнении с мальчиками инстинктом самосохранения» [12].

И.В. Воропаева в одной из своих работ по детским страхам раскрывает тему страха смерти близких. Дети боятся смерти родителей из-за сильной эмоциональной привязанности, которая является для них гарантом безопасности, любви и заботы. Смерть родителей для ребенка – это не просто потеря близкого человека, но и потеря основы своей жизни, что провоцирует страх и тревогу. Дети не понимают в полной мере тяжесть смерти, поэтому для них она означает, что значимый взрослый больше не будет играть, разговаривать, заботиться о них. Дети переживают, как будет протекать их жизнь без родителей. Эти переживания усиливают чувство беспомощности и зависимости. Страх смерти родителей, беспокойство по этому поводу могут также подкрепляться сценами смерти в кино» [5].

Л.И. Божович относит страх смерти и смерти близких к типичным страхам детей старшего дошкольного возраста. Ребенка пугает потеря близких людей, которые являются для него источником безопасности и заботы. Также к типичным детским страхам она относит биологические страхи. Это страх перед животными, природными явлениями (молния, гром и тому подобное), страх высоты. Эти страхи считаются общечеловеческими. Следующий тип страхов – социальные страхи. Это страх потерять свое место в обществе, не понравиться педагогу, другим детям, страх стыда. Страх упущенной возможности – это страх относительно упущенного момента, когда, по мнению ребенка, ему предоставлялась уникальная возможность для чего-то, а он ее упустил [3].

Американский психолог К.Э. Изард рассматривал страх как фундаментальную эмоцию человека, наряду с интересом, радостью, удивлением и другими. «Страх – отрицательное эмоциональное состояние, проявляющееся при получении субъектом информации о возможной угрозе его жизненному благополучию, о реальной или воображаемой опасности. В отличие от эмоции страдания, вызываемой прямым блокированием

важнейших потребностей, человек, переживая эмоцию страха, располагает лишь вероятностным прогнозом возможного неблагоприятия и действует на основе этого (часто недостаточно достоверного или преувеличенного прогноза)» [13].

«Страх – это одна из эмоций, которая может серьезно влиять на развитие ребенка. Страхи могут ограничивать детскую активность и исследовательский интерес, приводить к повышенной тревожности и подавленному настроению, повышать восприимчивость ребенка к недостаточному самочувствию и ухудшению самочувствия и снижать уверенность ребенка в себе и своих возможностях. Родители должны помогать детям справляться со страхами и научить их позитивным стратегиям управления эмоциями. Важно не замалчивать страхи ребенка, а находить с ними общий язык и помогать развивать у него уверенность в себе и своих возможностях» [13].

«Страхи могут ограничивать детскую активность и исследовательский интерес. Они могут приводить к повышенной восприимчивости к недостаточному самочувствию и ухудшению здоровья, а также снижать уверенность ребенка в себе и своих возможностях» [3, с. 27].

3. Фрейд, один из основоположников психологии и психоанализа, считал, что детские страхи могут быть связаны с неподсознательными конфликтами и зависят от отношений с родителями. Он пишет, что «у детей существует зависимость от родителей, которая проявляется в их стремлении получить заботу, любовь и уверенность в безопасности. Эта зависимость проистекает из первопричинных душевных нужд, которые связаны с биологической составляющей личности. Такая зависимость от родителей может оказывать влияние на формирование личности ребенка и ограничивать его возможности для самостоятельного развития и самоутверждения. Поэтому важно, чтобы родители понимали страхи своих детей и помогали им развивать уверенность в себе и своих возможностях, так как это важно для их здорового и гармоничного развития» [22].

Т.Л. Шишова в своей книге пишет: «Детские страхи – это нормальное явление, которое может возникать у детей в любом возрасте. Они могут быть связаны с различными ситуациями: одиночеством, темнотой, громкими звуками, новыми людьми. Важно, чтобы родители помогли своим детям преодолевать эти страхи. Не следует смеяться над ребенком и говорить ему, что страх – это глупо и необоснованно. Нужно понимать, что для ребенка это серьезный опыт, и ему нужна поддержка и понимание. Также необходимо обратить внимание на то, чтобы ребенок не поддерживал свои страхи самостоятельно. Например, если он боится темноты, то нужно объяснить ему, что это нормально, но необходимо постепенно привыкать к темноте. Можно использовать ночник или попробовать убедить ребенка, что он не один в комнате» [23]. «Упражнения на глубокое дыхание: помогите ребенку сделать несколько глубоких вдохов и выдохов, чтобы убрать излишний стресс и успокоиться. Сделайте с ребенком список того, чего он боится: на бумаге напишите все, что его беспокоит. Далее попросите его рассуждать о том, как эти страхи могут быть неосновательны или как можно противостоять им. Осознанный подход к страху: научите ребенка дать имени своему страху и представить его как живого персонажа, с которым можно общаться и договариваться. Поощряйте действия, которые ведут к преодолению страхов» [23].

Британский психолог Д. Боулби считал, что помочь ребенку преодолеть страх можно, обеспечивая условия безопасности и контроля. Во-первых, родитель должен всегда откликаться на состояния ребенка физическим контактом, утешением, поддержкой ребенка в ситуации страха. Родитель обязан обеспечить для ребенка безопасную среду, в которой он будет чувствовать себя защищенным и безопасным. Это возможно путем установления правил и предоставление возможности для наблюдения и контроля. Родитель должен учитывать потребности ребенка, создавать эмоционально комфортные условия. Например, утешить, когда ребенок испытывает страх, оставить свет в комнате, если ребенок боится темноты.

Во-вторых, родитель должен воспитывать у ребенка самостоятельность, развивать самоконтроль. Этому может способствовать предоставление ребенку возможности сделать выбор, принять решение, обсуждать свои действия.

Преодоление страхов является важным критерием здорового развития ребенка. Чем больше у ребенка страхов, тем сильнее его потребность в безопасности и контроле со стороны значимых взрослых» [2].

В.С. Мухина в одной из своих работ раскрывает специфику групповых страхов детей. Эти страхи могут провоцироваться разными ситуациями. Так, дети могут испытывать страх перед новой или большой группой людей, новыми условиями, неизвестными предметами. Этот страх может проявиться во время посещения новой школы, секции, в больших торговых центрах, во время публичного выступления перед большой аудиторией, на соревнованиях и других подобных мероприятиях. Разновидностью данного страха является страх детей что-либо увидеть или услышать в новой среде.

При этом групповые страхи могут быть преодолены ребенком при правильной поддержке со стороны взрослых (родителей и педагогов): понимание, объяснение, беседа, постепенное включение ребенка в освоение новых ситуаций» [19].

И.П. Воропаева подчеркивала роль музыки в работе по преодолению страхов, как у детей, так и у взрослых. Использование музыки снижает уровень тревожности детей, оказывает успокаивающее воздействие на нервную систему. Музыка создает атмосферу комфорта и безопасности, стабилизирует эмоциональное состояние, уверенность в себе. Для проработки страхов у детей можно использовать разные жанры музыки, от классической до современной, в зависимости от предпочтений ребенка. Важно выбрать музыку, которая поднимет настроение и окружит его позитивной энергией. Можно также использовать музыку с позитивными текстами, которые помогут ребенку переключиться и забыть о своих страхах. Кроме того, важно понимать, что музыка не является панацеей от страхов и

тревог у детей. Работа с психологом и разные методики, применяемые в области детской психологии, также могут быть полезны для того, чтобы ребенок справился со своими страхами» [5].

1.2 Возможности арт-терапии в коррекции страхов у детей 6-7 лет

«Арт-терапия – это метод лечения и реабилитации, в котором использование художественных форм и техник помогает пациентам выражать свои эмоции, разрешать психологические проблемы, повышать самосознание и самопознание, стимулировать творческий потенциал и развивать креативность. Арт-терапия может применяться в различных сферах, включая медицину, психотерапию, образование, социальную работу и другие области, где требуется помощь в душевном и эмоциональном развитии. Сеансы арт-терапии могут включать в себя рисование, скульптуру, живопись, танцы, театральные постановки и другие художественные дисциплины. Цель состоит в том, чтобы выразить себя в свободной форме, без ограничений и оценки со стороны окружающих. Арт-терапия является эффективным и доступным методом для тех, кто сталкивается с эмоциональными или психическими проблемами, а также для всех, кто хочет раскрыть свой творческий потенциал и достичь глубокого понимания себя» [1].

Л.И. Божович отмечает, что «арт-терапия является эффективным инструментом для изучения своих чувств и мыслей. Арт-терапия может быть особенно полезной для детей, которые страдают от тревожности, посттравматического стрессового расстройства, нарушений пищевого поведения и зависимости. Главное преимущество арт-терапии заключается в том, что она позволяет детям выразить свои эмоции и чувства, которые можно затруднительно описать словами. Кроме того, арт-терапия может помочь людям осознать свои мысли и чувства, а также найти пути решения их проблем. Арт-терапия может работать не только для детей и молодежи, но

и для взрослых и пожилых людей, с различными психическими и эмоциональными проблемами. Даже в случае если ребенок не имеет никаких художественных навыков, арт-терапия может быть успешной. В конечном итоге главной задачей арт-терапии является помощь детям в достижении психического и эмоционального благополучия» [3, с. 13].

Н.Г. Вологодина описывает возможные варианты арт-терапии: «Арт-терапия – это метод психологической помощи, использующий творческие материалы (рисование, скульптура, музыка, танец, театр и другие творческие виды деятельности) как средство самовыражения и саморазвития. Варианты арт-терапии могут быть разнообразными: изобразительная терапия (рисование, лепка, аппликация); музыкальная терапия; танцевальная терапия; драматерапия; сказкотерапия, литературная терапия (словесное творчество); фототерапия; визуальная терапия (медитация); песочная терапия. Каждый из этих вариантов арт-терапии может быть эффективным для работы с различными психологическими проблемами» [4, с. 201].

И.П. Воропаева обосновывает положительное влияние арт-терапии на психологическое и социальное развитие детей. Она отмечает, что «арт-терапевтические сеансы способствуют развитию воображения и творческого мышления, повышают самооценку и уверенность в своих способностях, помогают выражать свои эмоции и тренировать коммуникационные навыки. Для детей, страдающих психическими расстройствами или социальными проблемами, арт-терапия может стать эффективной формой психотерапии, помогая решать проблемы с поведением и адаптацией в обществе. Арт-терапия не только эффективный метод лечения, но и способ развития творческого потенциала и укрепления психологического здоровья детей» [5, с. 21].

«Известны несколько источников, которые считаются основоположниками арт-терапии для детей. Один из них – Джанет Рэнк. Она представляет первое поколение арт-терапевтов в США и поставила целью использовать терапевтическую силу художественной деятельности в лечении

детей. Ее книга «Искусство, искушение и терапия» (1945) стала классикой в этой области. Другим отцом-основателем арт-терапии в США является Эдвард Адамс, который начинал работу с психически больными ветеранами Второй мировой войны. Также стоит упомянуть американскую художницу Маргарет Науман, которая начала проводить арт-терапевтические занятия с детьми с раннего детства в 1940-х годах. И в Швейцарии педагог-швейцарец Арнольд Люси проявил интерес к области арт-терапии в 1920-х годах и разработал методику, объединяющую теорию и практику психотерапии и художественной деятельности. Он стал известен как один из основателей терапии через игру и тестирование» [1].

«Основоположником арт-терапии считается английский художник и педагог Адриан Хилл, который в конце 1940-х годов разработал методику помощи детям, страдающим психологическими проблемами, через их творческую деятельность. Впоследствии этот метод был назван «арт-терапия» и стал широко применяться в лечении различных форм психических расстройств, а также в образовательных и социальных программах. Однако существовали и другие исследователи и практики, которые внесли свой вклад в развитие арт-терапии, такие как Маргарет Наугтон, Эдуард Крейник и Эрнест Морган» [1].

«Современная арт-терапия для детей – это методика, которая позволяет ребенку выразить свои эмоции и чувства с помощью художественных материалов, например, красок, карандашей, кистей, пластилина. Основная цель арт-терапии – помочь ребенку наладить внутренний диалог, улучшить его самосознание и самопонимание, развить творческие способности и научиться регулировать свои эмоции. Существует несколько подходов к арт-терапии, в том числе гештальт-терапия, психоанализ, когнитивно-поведенческая терапия и другие. Каждый подход предполагает использование разных техник и методов работы с ребенком. Важно отметить, что арт-терапия не является заменой психотерапии, но может быть эффективным дополнением к ней. Ребенок может получить психологическую

поддержку в среде творческой деятельности, что может помочь ему лучше понимать свои эмоции и проблемы. Арт-терапия может применяться в работе с различными проблемами и заболеваниями. Эффективность методики зависит от профессионализма и квалификации специалиста, проводящего арт-терапию. В целом, современная арт-терапия для детей – это очень полезный и эффективный метод работы с психическими проблемами у детей» [1].

М.В. Кисилева в своей работе пишет: «Детская арт-терапия возникла в начале XX века. Прародителем арт-терапии является Юнг, который утверждал, что через творческие процессы можно выражать свои эмоции, свои мысли, свои тайные страхи. Развитию теории и практики арт-терапии способствовали Терапевтическое общество (1957 г.), Общество исследования нематериальных условий здоровья (1967 г.), где акцент смещался в сторону непосредственно воздействия через креативный процесс на человеческий психофизиологический порядок. Арт-терапия в детстве готовит ребёнка к правильному восприятию, заставляет его пережить и открыть в себе стоны своей внутренней жизни, охарактеризовать свои переживания, интегрировать психоэмоциональный процесс через сюжетный драматизм» [15].

Карл Густав Юнг не был специалистом в области детской арт-терапии, поскольку данная область развилась после его смерти. Однако Юнг интересовался психотерапией и символизмом, и его работы оказали большое влияние на исследования в области детской психотерапии и арт-терапии. Юнг высказывал мнение, что «дети обладают врожденной творческой энергией и, что эта энергия может быть использована как средство самовыражения и самопознания. Дети могут использовать свои творческие способности, чтобы описать свои эмоции и переживания, которые иначе трудно выразить словами» [26].

Д.Б. Эльконин – отечественный психолог, который внес значительный вклад в развитие детской психологии. Он разработал методику обучения чтению и письму, основанную на фонетическом анализе слов и звуков, и

создал теорию развития речи у детей. Кроме того, Д.Б. Эльконин оказал большое влияние на развитие детской арт-терапии. Он считал, что «искусство может стать мощным инструментом для психологической коррекции, обучения социальным навыкам и лечения психических расстройств у детей» [25, с. 142].

В своих работах Д.Б. Эльконин уделял особое внимание теме сюжетно-ролевых игр, которые он считал неотъемлемой частью детской арт-терапии. Он утверждал, что «игры помогают детям выражать свои эмоции, развивают фантазию и творческое мышление, улучшают коммуникативные навыки и помогают преодолевать стрессовые ситуации» [25]. Д.Б. Эльконин также активно популяризировал использование различных художественных техник в работе с детьми, таких как рисование, лепка, аппликация, коллаж и другие. Он считал, что «эти техники помогают детям выразить свои мысли и переживания, обогащают их внутренний мир и способствуют развитию творческих способностей» [25, с. 145].

«Арт-терапия является эффективным способом коррекции страхов у детей. Она позволяет выразить эмоции и чувства через творческий процесс (рисование, лепка, музыкальная деятельность), что способствует релаксации и уменьшению страха. Арт-терапия также помогает детям развивать свою креативность и способность к самовыражению, что может повысить их самооценку и уверенность в себе» [1]. В процессе арт-терапии дети избавляются от негативных эмоций, могут понять причины своих страхов. Дети начинают осознавать свои состояния, позитивно мыслить, что помогает им справляться со страхом в повседневной жизни.

Также арт-терапия эффективна в укреплении детско-родительских отношений в процессе совместного творчества и общения. Она помогает становлению доверия и понимания между детьми и родителями и за счет этого способствует снижению уровня страха у ребенка.

Таким образом, арт-терапия является эффективным психологическим инструментом коррекции страхов у детей, помогает выражать свои эмоции и

чувства; способствует формированию позитивных мыслей; укрепляет отношения с родителями [1].

М.В. Киселева в своих работах отмечает, что «арт-терапевтический процесс обладает рядом особенностей, связанных с тем, что отношения ребенка и психолога опосредуются продуктом творческой деятельности (рисунок, рассказ, музыкальное произведение, танец и так далее) и отражают процесс творческой экспрессии» [15].

«Поскольку арт-терапия делает большой акцент на процессе (в противоположность продукту) творчества, она не требует никаких особых навыков и талантов для участия. Процесс арт-терапии позволяет сделать неосознаваемое видимым (создание продукта творчества) и посредством вербализации продукта творчества помогает ребенку осознать и переработать на новом уровне свой страх» [15].

«Арт-терапия все чаще рассматривается как инструмент прогрессивной психологической помощи, способствующей формированию здоровой и творческой личности, а также реализации на практике таких функций социализации личности, как адаптационная, коррекционная, мобилизующая, регулятивная, реабилитационная и профилактическая» [15].

В своих публикациях М.В. Киселева отмечает многие преимущества арт-терапии. Работа с искусством позволяет детям развивать свои творческие способности и расширять свой потенциал. При этом в процессе работы в группе дети учатся общаться, устанавливать контакты и сотрудничать друг с другом. Это способствует развитию социальных навыков и укрепляет взаимоотношения между ними.. Создание произведения искусства, которое затем выставляется на общественный показ, способствует укреплению самооценки и уверенности в своих возможностях.. Арт-терапия может помочь детям и подросткам, страдающим психологическими расстройствами, такими как депрессия, тревожность, аутизм, агрессивное поведение и другие. В целом, арт-терапия для детей может помочь улучшить их психологическое

состояние, способствовать развитию творческих способностей и социальных навыков, а также помочь при лечении психологических расстройств» [15].

М.В. Кисилева отмечает, что «арт-терапия представляет собой эффективный инструмент для улучшения самооценки у детей. При занятиях арт-терапией дети могут выразить свои эмоции и чувства, создавая творческие работы. Это способствует снижению уровня тревожности и страха, укреплению самооценки и уверенности в своих возможностях. Кроме того, арт-терапия призвана помогать детям и подросткам находить свой творческий потенциал и развивать его, что тоже способствует укреплению самооценки и повышению уверенности в себе. Работа в группе также является важным фактором, помогающим детям находить общий язык друг с другом и укреплять свои социальные навыки, что тоже может повысить их самооценку. Таким образом, арт-терапия способствует повышению уверенности в себе и укреплению самооценки детей, что, в свою очередь, может помочь им лучше адаптироваться в обществе и более успешно развиваться» [15].

Глава 2 Экспериментальная работа по коррекции страхов у детей 6-7 лет посредством арт-терапии

2.1 Выявление уровней и содержания страхов у детей 6-7 лет

Целью констатирующего этапа экспериментальной работы было выявление уровней и содержания страхов у детей 6-7 лет. В данном эксперименте принимали участие 20 детей в возрасте 6-7 лет: экспериментальная и контрольная группы по 10 детей. Экспериментальная база исследования: АНО ДО «Планета детства «Лада» детский сад № 203 «Алиса». Список детей, участвующих в эксперименте, представлен в Приложении А (таблицы А.1, А.2).

Показатели, а также диагностические задания были подобраны на констатирующем этапе эксперимента с опорой на работы А.И. Захарова [12] и представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Диагностическая карта исследования

Показатель	Диагностическая методика
Объект/ы страха	Методика 1. «Сказка» (Л. Дюсс)
	Методика 2. «Страхи в домиках» (А.И. Захаров, М.А. Панфилова)
Степень выраженности индивидуального страха	Методика 3. Проективная методика «Мои страхи» (А.И. Захаров)
Преобладающая группа страхов	Методика 4. Опросник «Подверженность ребёнка страхам» (А.И. Захаров)
	Методика 5. Диагностика детских страхов (А.И. Захаров)

Диагностическая методика 1 «Сказка» (Л. Дюсс).

Цель: выявление объекта/ов и уровня страха у детей 6-7 лет.

Процедура проведения: психолог рассказывает сказку под названием «Страх», где упоминается персонаж, с которым ребенок будет идентифицировать себя. Рассказ заканчивается фразой: «Наш герой сказал

себе: «Как страшно!». Педагог-психолог задаёт вопрос ребёнку: «Чего он боится?».

Обработка результатов.

Обычные ответы детей: «боюсь, что опоздаю»; «боюсь темноты»; «ничего не боюсь».

Ответы, которые требуют внимания: «боится, что его украдут»; «боится чудовища, которое хочет украсть его и съесть»; «боится, что его оставят одного»; «боится, что придет незнакомый человек к нему в комнату»; «боится, что умрет мама (папа)» и так далее. Столкнувшись с подобными ответами, вам следует задать дополнительные, наводящие вопросы, чтобы получить от ребенка более детальное описание и объяснение его страхов.

Уровень страха определяется по особенностям невербалики ребенка. Важно обратить внимание на тон голоса ребенка, на то, насколько быстро (медленно) он реагирует, не дает ли поспешных ответов. Наблюдайте за его поведением, телесными реакциями, мимикой и жестами. Обратите внимание, в какой мере его поведение во время проведения теста отличается от обычного, повседневного поведения» [10].

В работе с детьми по данной методике выявлено следующее.

Экспериментальная группа детей с низким уровнем страха (10%): у Ульяны М. никаких выраженных страхов не выявлено.

Экспериментальная группа детей со средним уровнем страха (70%): Савелий Р., Мирон В., Дарья Я. и другие боялись смерти, что в их возрасте совершенно нормальное явление, сами дети оказались коммуникабельными.

Экспериментальная группа детей с высоким уровнем страха (20%): Настя О. поделилась своей боязнью пожаров. Она рассказала историю, как ехала с родителями в машине и увидела горящий дом. Девочка открыто говорила о своём страхе, была спокойная и никаких подозрительных действий не совершала. Также высокий уровень страха был выявлен у Дениса З.

Контрольная группа детей с низким уровнем страха (10%): Роман П. показался смелым мальчиком, давал уверенные ответы на вопросы.

Контрольная группа детей со средним уровнем страха (70%): страх смерти своих родителей был выявлен у Льва О., Олеси Е. и других детей, который довольно часто встречается в возрасте 6-7 лет.

Контрольная группа детей с высоким уровнем страха (20%): у Кирилла П. недавно случилось несчастье в семье, поэтому он остро реагировал на вопросы. Также высокий уровень страха был выявлен у Саши У.

Наглядно данные результаты отражены в таблице 2.

Таблица 2 – Результаты диагностической методики 1

Группа	Низкий уровень страха	Средний уровень страха	Высокий уровень страха
Экспериментальная	10%	70%	20%
Контрольная	10%	70%	20%

Диагностическая методика 2. «Страхи в домиках» (А.И. Захаров, М.А. Панфилова).

Цель: выявление объектов страха (преобладающие страхи у детей), а также определение уровней страха.

Материалы: бумага, цветные карандаши, ручка.

Процедура проведения: «В красный и черный дом надо расселить 29 страхов. В каком доме (красном или черном) будут жить страшные страхи, а в каком – нестрашные? Я буду перечислять страхи, а ты записывай их номера внутри дома». «После выполнения задания детям предлагается закрыть страшный дом на замок, который они сами рисуют, а ключ – выбросить или потерять» [10].

Обработка результатов: страхи в черном домике подсчитываются и соотносятся с возрастными нормами.

В работе с детьми по данной методике выявлено следующее.

Экспериментальная группа детей с низким уровнем страха (10%): выявлено наименьшее количество страхов у девочки Ульяны М.

Экспериментальная группа детей со средним уровнем страха (70%): Алиса К., Евгения Ж. и другие дети шли на контакт, честно отвечали на вопросы специалиста.

Экспериментальная группа детей с высоким уровнем страха (20%): у Насти О. и Дениса З. выявили большое количество страхов, что не соответствует возрастной норме.

Контрольная группа детей с низким уровнем страха (10%): выявлено наименьшее количество страхов у мальчика Романа П.

Контрольная группа детей со средним уровнем страха (60%): Павел Д., Агата К. и остальные дети осознают свои страхи и не боятся рассказывать о них.

Контрольная группа детей с высоким уровнем страха (30%): Кирилл П., Вика Ч., Саша У. вели себя осторожно в беседе с психологом.

Наглядно данные результаты отражены в таблице 3.

Таблица 3 – Результаты диагностической методики 2

Группа	Низкий	Средний	Высокий
Экспериментальная	10%	70%	20%
Контрольная	10%	60%	30%

Диагностическая методика 3. Проективная методика «Мои страхи» (А.И. Захаров).

Цель: выявление степени выраженности индивидуального страха ребенка посредством рисунка.

Материалы: бумага, цветные карандаши, ручка.

Процедура проведения: «составив список страхов ребенка, психолог дает задание нарисовать их. Перед ним ставится цель отобразить наиболее яркий страх. Какой именно, малышу не объясняется, должен выбрать его сам.

Обработка результатов.

Оценка уровня выраженности страха осуществляется по следующим показателям: что ребёнок нарисовал, какие цвета преобладают в изображениях, яркость рисунков, четкость или расплывчатость контуров, нажим карандаша» [10].

В работе по данной методике выявлено следующее.

В экспериментальной группе методика была проведена с Евой Л., она нарисовала два несуществующих монстра и рассказала о боязни спать одной. В начале беседы ребёнок не показывал эмоций и на вопросы отвечал кратко, без подробностей. Преобладающие цвета на рисунке: коричневый, зелёный, черный. Рисунок заполнил весь альбомный лист, контуры его были чёткими. На данном этапе у Евы прослеживался высокий уровень страха, так как по возрастным нормам чудовища не являются ведущим страхом. Прошло около двух-трёх дней, мы решили проработать её страх к монстрам. Мы взяли за основу тех же чудовищ, которых после превратили в добрых, нарисовав на листе, что между девочкой и ними появилась дружба. Преобладающие цвета: розовый, коричневый, голубой, фиолетовый. Рисунок заполнил весь альбомный лист, контуры его были чёткими. На данном этапе у Евы диагностировали средний уровень страха, мы постарались создать позитивное отношение к несуществующим вещам.

Наглядно данные результаты отражены в таблице 4.

Таблица 4 – Результаты диагностической методики 4

Группа	Низкая выраженность	Средняя выраженность	Высокая выраженность
Экспериментальная	0%	0%	100%
Контрольная	0%	0%	0%

Диагностическое задание 4. Опросник «Подверженность ребёнка страхам» (А.И. Захаров).

Цель: определить уровень подверженности страхам у детей, преобладающую группу страхов.

Материал: бумага, ручка.

Процедура проведения: «беседа проводится неторопливо и обстоятельно. Специалист перечисляет страхи и ждет ответа от ребёнка «да» – «нет» или «боюсь» – «не боюсь». Вопрос, боится или не боится, повторяется время от времени, чтобы избежать наводки страхов, их произвольного внушения. При стереотипном отрицании всех страхов детей экспериментатор просит давать развернутые ответы – «не боюсь темноты», а не «нет» или «да». Психолог, задающий вопросы, сидит рядом, а не напротив ребенка, периодически подбадривает его и хвалит за то, что он говорит все как есть» [10].

Обработка результатов: подсчитывается количество страхов и соотносится с возрастными нормами.

В работе с детьми по данной методике выявлено следующее.

Экспериментальная группа детей с низким уровнем страха (20%): например, Света А. неохотно отвечала на вопросы специалиста, проявила низкую заинтересованность в опросе. Также низкий уровень страха выявлен у Алисы К.

Экспериментальная группа детей со средним уровнем страха (50%): Мирон В., Дарья Я., Савелий Р. и другие дети имеют достаточное количество страхов для их возрастной категории.

Экспериментальная группа детей с высоким уровнем страха (30%): Настя О., Ева Л., Денис З. У детей выявлены страхи одиночества, темноты и другие, что не соответствует норме по возрасту.

Контрольная группа детей с низким уровнем страха (20%): у Дианы Л., Ромы П. выявлено наименьшее количество страхов.

Контрольная группа детей со средним уровнем страха (60%): Агата К., Егор Б. и другие дети имеют достаточное количество страхов для их возрастной категории.

Контрольная группа детей с высоким уровнем страха (20%): у Кирилла П., Паши Д. количество страхов превышает норму.

Наглядно данные результаты отражены в таблице 5.

Таблица 5 – Результаты диагностической методики 5

Группа	Низкий уровень подверженности страхам	Средний	Высокий
Экспериментальная	20%	50%	30%
Контрольная	20%	60%	20%

Диагностическая методика 5. Диагностика детских страхов (А.И. Захаров).

Цель: выявление преобладающей группы детских страхов.

Материал: бумага, ручка.

Процедура проведения: специалист задаёт вопросы ребёнку, после чего определяет группу страхов, которая в большей мере беспокоит ребенка.

Обработка результатов: выявляется уровень преобладающей группы страхов.

В работе с детьми по данной методике выявлено следующее.

Экспериментальная группа.

Медицинские страхи, такие как боль, уколы, врачи, болезни (10%): Денис З. поделился с нами, что кровь его пугает.

Страхи, связанные с возможностью физического вреда, такие как неожиданные звуки, пожар, война, стихии, транспорт (40%): Настя О. рассказала, как сильно переживает из-за пожаров.

Страх своей смерти (10%): Ульяна М. и многие ребята признались, что испытывают данный страх.

Боязнь животных (10%): Дарья Я. в процессе разговора объяснила личные опасения диких животных.

Страх сказочных персонажей (0%): не обнаружено.

Страх темноты и кошмарных снов (10%): Ева Л. одна из немногих, кому снились кошмары.

Страхи, которые связаны с социальными ситуациями, включают в себя: незнакомые/знакомые люди и дети, наказания, опоздания, одиночество (10%): в процессе беседы Света А. была закрытой, что явно говорило о её тревожности.

Пространственные страхи, такие как высота, глубина, замкнутое пространство (10%): у Мирона В. есть внутреннее беспокойство, что он останется один среди незнакомых улиц.

Контрольная группа.

Медицинские страхи, такие как боль, уколы, врачи, болезни (20%): Саша У., Олеся Е. испытывают страх по отношению к уколам.

Страхи, связанные с возможностью физического вреда, такие как неожиданные звуки, пожар, война, стихии, транспорт (40%): например, Павел Д. в процессе диагностики ответил, что страшится конца света на планете Земля.

Страх своей смерти (10%): Диану Л. пугает мысль об этом.

Боязнь животных (10%): один ребенок имеет данный страх.

Страх сказочных персонажей (0%): не обнаружено.

Страх темноты и кошмарных снов (0%): не обнаружено.

Страхи, которые связаны с социальными ситуациями, включают в себя: незнакомые/знакомые люди и дети, наказания, опоздания, одиночество (10%): выяснили, что Викторию Ч. пугают взрослые, с которыми она не знакома.

Пространственные страхи, такие как высота, глубина, замкнутое пространство (10%): в процессе диагностики мы узнали, что Егор Б. опасается мрачных пещер.

Наглядно данные результаты отражены в таблице 6.

Таблица 6 – Результаты выявления преобладающей группы детских страхов в экспериментальной и контрольной группах

Группа страхов	Группа	
	Экспериментальная	Контрольная
Медицинские страхи	10%	20%
Страхи, связанные с причинением физического ущерба	40%	45%
Страх своей смерти	10%	10%
Боязнь животных	10%	5%
Страх сказочных персонажей	0%	0%
Страх темноты и кошмарных снов	10%	0%
Социально-опосредованные страхи	10%	10%
Пространственные страхи	10%	15%

После проведения всех диагностических методик, мы выделили три группы детей по уровням выраженности страхов (по А.И. Захарову).

Низкий уровень (от 0 до 9 страхов). Количество страхов ниже возрастной нормы. Ребёнок чувствует себя спокойно. В общении со специалистом честно отвечает и заинтересован на протяжении всего времени.

Средний уровень (от 10 до 12 страхов). Количество страхов соответствует норме. Ребёнок испытывает тревогу, когда сталкивается с новыми обстоятельствами. В обсуждении с психологом нужно время, чтобы адаптироваться к обстановке.

Высокий уровень (количество страхов от 13 и выше). Количество страхов выше возрастной нормы. Ребёнок зажатый и трусливый.

Результаты констатирующего эксперимента отражены в таблице 7, а также в Приложении Б (таблицы Б.1, Б.2).

Таблица 7 – Количественные результаты констатирующего эксперимента

Группа	Низкий уровень страхов	Средний уровень страхов	Высокий уровень страхов
Экспериментальная	2 человека (20%)	5 человек (50%)	3 человека (30%)
Контрольная	2 человека (20%)	3 человека (30%)	3 человека (30%)

В заключение констатирующего этапа исследования можно отметить, что в экспериментальной группе обладают низким уровнем страха 2 детей (20%). Количество страхов ниже возрастной нормы. Дети чувствуют себя спокойно. В общении со специалистом честно отвечают и заинтересованы на протяжении всего времени.

Средний уровень выраженности страха выявлен у 5 детей (50%). Количество страхов соответствует норме. Дети испытывают тревогу, когда сталкиваются с новыми обстоятельствами. В беседе с психологом им нужно время, чтобы адаптироваться к обстановке.

Высокий уровень выраженности страха выявлен у 3 детей (30%). Количество страхов выше возрастной нормы. Дети зажатые и боязливы.

В контрольной группе диагностированы: низкий уровень страха – у 2 детей (20%), средний уровень – у 5 детей (50%), высокий уровень страха – у 3 детей (30%).

Полученные в констатирующем эксперименте результаты обосновали необходимость разработки и внедрения содержания работы по коррекции страхов у детей 6-7 лет средствами арт-терапии.

2.2 Реализация содержания работы по коррекции страхов у детей 6-7 лет средствами арт-терапии

Формирующий этап строился в соответствии с гипотезой исследования:

- составлена психокоррекционная программа, включающая арт-терапевтические средства (рисование, фоновая музыка, игровая деятельность) для коррекции страхов детей 6-7 лет;
- занятия по программе проводятся педагогом-психологом в групповой форме;
- структура занятия включает 4 этапа: включение в творческий процесс; процесс творческой работы; дистанцирование, процесс рассматривания; вербализация чувств.

Нами были выявлены три группы страхов, которые наиболее выражены у детей экспериментальной группы: страхи, связанные с причинением физического ущерба, социально-опосредованные страхи, пространственные страхи.

Тематическое планирование психокоррекционных занятий представлено в Приложении В (таблица В.1). Данное планирование могут использовать в своей работе педагоги-психологи. Всего было разработано и проведено 10 групповых занятий педагога-психолога с детьми экспериментальной группы.

Представим ход занятий с использованием средств арт-терапии.

Занятие 1 «Рисование страха». Упражнение «Раскрашивание мандалы». Цель: снятие внутреннего напряжения, развитие творческих способностей. Экспериментатор предлагал детям выбрать себе мандалу и начать красить, в конце – придумать название. Практика закачивалась обсуждением, дети показывали своё творчество. В процессе рисования играла релаксационная музыка.

Упражнение «Рисование страха». Цель: снятие эмоционального напряжения. Экспериментатор просил детей нарисовать «страшный» рисунок, а затем заштриховать белой краской и поверх изобразить «добрый» рисунок. Например, Алиса К. нарисовала тучку и молнию, а потом – солнце и радугу.

Упражнение «Конверты радости и огорчений». Цель: развитие умения открыто выражать свои чувства. Всё началось с создания конвертов вместе с педагогом-психологом, далее дети называли, а мы на небольших листочках записали радости и огорчения каждого ребенка. Затем детям предлагалось взвесить конверты на руках. «Как ты считаешь, что перевешивает? Радость или огорчение?» – говорил взрослый. Детям было позволено делать всё, что они захотят, например, конверт с радостями положить в ящик.

Занятие 2 «Лепка страхов». Упражнение «Чудесные превращения». Цель: формирование коммуникативных навыков и развитие творческого потенциала. Занятие выполнялось под музыку. Дети садились в круг за столом. Один из них начинал рисовать что-то спонтанное, а другие продолжали рисунок. В заключении все делились впечатлениями о нарисованном объекте.

Упражнение «Лепка страхов». Цель: трансформация негативных явлений и образов в позитивные. В процессе творческой деятельности играла расслабляющая музыка. Каждый ребенок выбирал себе понравившийся кусочек пластилина. Экспериментатор предлагал: «Дети, давайте слепим свой страх?». Далее с фигурками можно было по желанию играть или уничтожить. Данное упражнение способствовало изменению отношения ребёнка к своему страху. Участница, Настя О., слепила костёр, потому что боялась огня, а после потушила его «длинной колбаской» воды.

Упражнение «Танцующие руки». Цель: расслабление. Экспериментатор подготовил краски, листы и включил спокойную мелодию. Дети сели за стол, закрыли глаза. Взрослый попросил расслабиться и рисовать в такт песне руками.

Занятие 3 «Трансформация страха». Упражнение «Двое с одним карандашом» [21]. Цель: налаживание психологического климата в группе. Экспериментатор посадил детей парами и сказал: «Вы – команда! Вам необходимо нарисовать какой-то объект. Сложность заключается в том, что у вас один карандаш на двоих и нельзя общаться». Далее проводилась со всеми беседа. Были заданы такие вопросы, как «Трудно ли вам было рисовать молча? Были ли вы настоящей командой?»

Упражнение «Трансформация страха». Цель: коррекция страхов. Экспериментатор рассказывает детям, что сегодня будет работа с воздушными шарами. Дети выбирали понравившийся шарик. Надувая его, экспериментатор спрашивал, какого размера их страх. Если он сильный, то шарик надувался максимально. На самом воздушном шаре дети рисовали фломастерами то, чего боялись. Затем все выходили на улицу и отпускали шары со словами: «Шар воздушный, улетай, страх с собою забирай». Дети были в восторге от подобного занятия.

Упражнение «На долгую память». Цель: умение работать в команде. Специалист положил ватманы и средства рисования на стол, предлагая распределиться на две команды поровну. «И так, первая команда рисует кошечку, кто хвост, кто уши и так далее; вторая – собачку. Каждый должен поучаствовать в общем деле!».

Занятие 4 «Игра наоборот». Упражнение «Волшебный салют». Цель: активизация творческого процесса. Экспериментатор предлагал вместе нарисовать праздничный салют с помощью зубных щёток или кистей.

Упражнение «Игра наоборот». Цель: снятие эмоционального напряжения. Взрослый объяснял правила так: «Нужно наклеивать картинки на ватман с точностью наоборот. Если я говорю, например, наклейте облачко в центр, то, согласно правилам, ты должен наклеить куда угодно, лишь бы не в центр». Эта техника веселила детей, ведь им было позволено нарушать правила. А также научила многих прощать себя за любые ошибки и не тревожиться по пустякам.

Упражнение «Конверты радости и огорчений». Цель: развитие умения открыто выражать свои чувства. В заранее подготовленные конверты мы вкладывали листочки с записанными со слов каждого ребенка его радости (в один конверт) и огорчения (в другой конверт). Затем детям предлагалось взвесить конверты на руках: «Как ты считаешь, что перевешивает? Радость или огорчение?» – говорил взрослый. Детям было разрешено делать с конвертами всё, что они захотят, например, порвать негативные воспоминания.

Занятие 5 «Сладкая парочка». Упражнение «Каракули». Цель: развитие мелкой моторики рук, снятие тревожности. Экспериментатор предложил детям рисовать по очереди. Первый ребёнок начал изображать каракули на бумаге, а другие подхватывали. После завершения рисунка дети делились своими мыслями и ассоциациями.

Упражнение «Сладкая парочка». Цель: преодоление внутренних зажимов, развитие коммуникативных навыков. Экспериментатор заранее подготовил трафареты по теме космоса – планета Земля и Солнце. Детям попадались случайные картинки, и их задача была найти свою пару, затем аккуратно разукрасить свои трафареты. Весь процесс предполагал решение возможных конфликтов и построение крепкого коллектива. Детям очень понравилось данное упражнение.

Упражнение «Клубочек». Цель: налаживание психологического климата в группе. Взрослый и дети сели в круг, взяв с собой клубок пряжи. «Эта нить отправится тому, кто всегда поможет выйти из беды», – сказал экспериментатор. В процессе техники каждый говорил друг другу приятные слова, и образовывалась некая паутина, символизирующая сплочение.

Занятие 6 «Дом умиротворения». Упражнение «Групповое рисование по кругу». Цель: развитие доброжелательного отношения друг к другу. Перед началом экспериментатор предупредил участников о бережном отношении к работам. На листе бумаги дети рисовали цветные пятна, а потом передавали эстафету следующему. В итоге, рисунок пришёл к изначальному автору.

После выполненной практики обсуждался первоначальный замысел, вызванные чувства.

Упражнение «Дом умиротворения». Цель: коррекция страхов. Специалист подготовил песочек, шкатулку с камушками и включил релаксационную мелодию. Дети сели рядом и закрыли глаза. Педагог-психолог прочитал медитацию: «Прислушайтесь к своим ощущениям. Ваши страхи унесёт песок и подарит покой. Обратите внимание, возле вас лежат камушки. Выберете два камня, один, который вызывает чувства страха, а второй - спокойствие. Положите около себя. Пальцами на песке нарисуйте дом, где будет царить комфорт, и положите соответствующий камень. Произнесите вслух фразу: «Это мой дом безопасности». Затем закопайте камушек, символизирующий страх. Вы чувствуете, что теперь у вас есть защита?» Дети были довольны после техники. Особенно она понравилась Дарье Я. и Ульяне М.

Упражнение «Поляна». Цель: расслабление. Практика проводилась с музыкальным сопровождением. Дети закрывали глаза и представляли, что находились на солнечной полянке. Взрослый помогал им справиться с созданием атмосферы во внутреннем мире. А после они делились своими фантазиями друг с другом.

Занятие 7 «Смелое сердце». Упражнение «Рисунок пальцами». Цель: развитие воображения, эмпатии. Несколько детей вставали друг напротив друга и по очереди изображали в воздухе разные предметы: машины, животных, профессии. Задача у них была угадать то, что показывали.

Упражнение «Смелое сердце». Цель: формирование позитивной Я-концепции, уверенности в себе. Дети рисовали в альбоме краской большое сердце. Взрослый рассказывал, что смелое и доброе сердце защитит от всех страхов. Дальше с детьми обсуждалось, каким образом оно поможет в разных жизненных ситуациях. Экспериментатор подводил детей посмотреть на страхи со стороны, проанализировать. В конце дети вырезали свои сердца и забирали домой. Практика оставила положительные впечатления у детей.

Упражнение «Кораблик». Цель: преодоление внутренних зажимов. Дети делились на две группы: первая – кораблик, вторая – буря. Первая группа держалась вместе, изображая корабль, а вторая вставала вокруг них и изображала бурю, пытаясь напугать. Команда «кораблик» проговаривала, что не боится бури. После чего «буря» утихала и группы менялись местами.

Занятие 8 «Сундук». Упражнение «Твоя картина». Цель: развитие воображения. Экспериментатор предлагал детям на выбор разные вырезки из журналов, газет, фотографии. Им нужно было составить из объектов свою картину.

Упражнение «Сундук». Цель: преодоление детских страхов. Взрослый рассказывал небольшой рассказ про сокровище в сказочном сундуке, которое могло победить любой страх. Позже детям он советовал представить содержимое и нарисовать. После чего все вместе обсуждали продукты творчества, делились переживаниями. Например, Ева Л. нарисовала большое сердце в знак того, что любовь побеждает всё плохое.

Упражнение «Плохое – хорошее». Цель: преодоление замешательства и смущения при общении. Дети разбивались на пары. Они поочередно бросали друг другу мячик и говорили либо хорошие и приятные слова, либо плохие и обидные. Когда произносились добрые слова участник старался поймать мяч, а когда плохие – отбрасывал.

Занятие 9 «Лабиринт страхов». Упражнение «Мой портрет». Цель: развитие умения видеть и понимать себя. Экспериментатор предлагал детям нарисовать себя с тем настроением, с которым они пришли на занятие.

Упражнение «Лабиринт страхов». Цель: преодоление детских страхов. Специалист раздавал детям бланки с пустым рисунком лабиринта и просил нарисовать в нём свои страхи. «А теперь представьте, что вы оказались внутри лабиринта», – сказал взрослый. Далее шло обсуждение о том, что же случится с каждым из них. Таким образом, Света А. боялась остаться в лабиринте навсегда, тогда экспериментатор поддержал и предложил вместе поискать способ преодоления страхов. Главное, чтобы решение было за

ребёнком. В конце с лабиринтом можно было делать всё, что хотелось, например, порвать, закрасить.

Упражнение «Напугаем страх». Цель: снятие эмоционального напряжения. Экспериментатор вместе с детьми читает такие строчки:

«Страх боится солнечного света,
Страх боится летящей ракеты,
Страх боится веселых людей,
Страх боится интересных затей!
Я улыбнусь, и страх пропадет,
Больше меня никогда не найдет,
Страх испугается и задрожит,
И навсегда от меня убежит!»

Занятие 10 «Амулет». Упражнение «Передай настроение». Цель: развитие умения распознавать мимику, жесты, позы. Экспериментатор и дети вставали в круг. Экспериментатор говорил на ухо ребенку, какое настроение ему нужно было передать. Дети с помощью мимики и жестов показывали эту эмоцию следующему. В процессе обсуждения упражнения отвечали на вопрос: «Кто лучше всего передал настроение?».

Упражнение «Амулет». Цель: формирование у ребенка уверенности в своих возможностях. Взрослый рассказывал о том, что существует амулет, при помощи которого можно одолеть страхи. На занятие были принесены различные ненужные материалы. Дети собирали из выбранных предметов амулеты. В это время экспериментатор делился историями из литературы и собственной жизни, как действуют подобные амулеты. Алиса К. так увлеклась процессом, что создала несколько вариантов талисманов. В конце занятия свой амулет дети забрали домой.

Упражнение «Клубочек». Цель: налаживание психологического климата в группе. Взрослый и дети сели в круг, взяв с собой клубок пряжи. «Эта нить отправится тому, кто всегда поможет выйти из беды», – говорил

экспериментатор. В процессе техники каждый говорил друг другу приятные слова, и образовывалась некая паутина, символизирующая сплочение.

После проведения цикла психокоррекционных занятий мы провели контрольный эксперимент с целью определения результативности реализованного содержания работы по коррекции страхов у детей 6-7 лет средствами арт-терапии.

2.3 Определение результативности работы по коррекции страхов у детей 6-7 лет средствами арт-терапии

Контрольный эксперимент проводился с детьми экспериментальной и контрольной групп с целью определения результативности работы по коррекции страхов у детей 6-7 лет средствами арт-терапии.

На данном этапе экспериментальной работы мы выявляли у детей уровни выраженности страхов разных групп.

Представим результаты контрольного этапа исследования.

Диагностическая методика 1. Беседа «Медицинские страхи».

Цель: выявление уровней выраженности группы детских страхов – медицинские страхи (уколы, врачи, болезни).

В экспериментальной группе по данной методике выявлено следующее.

Низкий уровень (от 0 до 1 страхов): у 6 детей (60%). Мирон В., Евгения Ж. и другие дети не проявили страх данной группы.

Средний уровень (от 2 до 3 страхов): 3 детей (30%).

Высокий уровень (4 страха): 1 ребенок (10%).

Мы наблюдаем, что есть значительные изменения в группе.

В контрольной группе по данному заданию выявлено следующее.

Низкий уровень (от 0 до 1 страхов): 6 детей (60%).

Средний уровень (от 2 до 3 страхов): 2 детей (20%).

Высокий уровень (4 страха): 2 детей (20%). Так, у Олеси Е. на данный момент преобладает эта группа страхов.

Наглядно данные результаты отражены в таблице 8.

Таблица 8 – Результаты выявления уровней выраженности медицинских страхов в экспериментальной и контрольной группах

Уровень выраженности страха	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Кол-во детей	%	Кол-во детей	%
Низкий уровень	6	60	6	60
Средний уровень	3	30	2	20
Высокий уровень	1	10	2	20

Диагностическая методика 2. Беседа «Страхи физического ущерба».

Цель: выявление уровней выраженности группы детских страхов – страхи физического ущерба, такие как неожиданные звуки, пожар, война, природные стихии, транспорт, боль, нападения.

В экспериментальной группе по данной методике выявлено следующее.

Низкий уровень (от 0 до 3 страхов): 3 детей (30%). Например, Лев О. не проявил данную группу страхов.

Средний уровень (от 4 до 5 страхов): 5 детей (50%).

Высокий уровень (от 6 до 8 страхов): 2 детей (20%).

Мы наблюдаем, что есть значительные изменения в группе.

В контрольной группе по данному заданию выявлено следующее.

Низкий уровень (от 0 до 3 страхов): 3 детей (30%).

Средний уровень (от 4 до 5 страхов): 5 детей (50%).

Высокий уровень (6 до 8 страхов): 2 детей (20%). Так, у Виктории Ч. на данный момент преобладает эта группа страхов.

Наглядно данные результаты отражены в таблице 9.

Таблица 9 – Результаты выявления уровней выраженности страхов физического ущерба в экспериментальной и контрольной группах

Уровень выраженности страха	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Кол-во детей	%	Кол-во детей	%
Низкий уровень	3	30	3	30
Средний уровень	5	50	5	50
Высокий уровень	2	20	2	20

Диагностическая методика 3. Беседа «Страх своей смерти».

Цель: выявление уровней выраженности данной группы детских страхов.

В экспериментальной группе по данной методике выявлено следующее. В данной группе у всех детей (100%) высокий уровень страха данной группы.

Аналогичные результаты мы получили и в контрольной группе: у всех детей (100%) высокий уровень страха данной группы.

Наглядно данные результаты отражены в таблице 10.

Таблица 10 – Результаты выявления уровней выраженности страха смерти в экспериментальной и контрольной группах

Уровень выраженности страха	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Кол-во детей	%	Кол-во детей	%
Низкий уровень	0	0	0	0
Средний уровень	0	0	0	0
Высокий уровень	10	100	10	100

Диагностическая методика 4. Беседа «Страх животных».

Цель: выявление уровней выраженности группы детских страхов – страх животных, насекомых.

В экспериментальной группе по данной методике выявлено следующее.

Низкий уровень (от 0 до 1 страхов): 8 детей (80%). Дарья Я., Света А. и другие дети не показали страх данной группы.

Средний уровень (от 1 до 2 страхов): 2 детей (20%).

Мы наблюдаем, что есть значительные изменения в группе.

В контрольной группе по данному заданию выявлено следующее.

Низкий уровень (от 0 до 1 страхов): 8 детей (80%). Павел Д., Егор Б. и другие дети не показали страх данной группы.

Средний уровень (от 1 до 2 страхов): 2 детей (20%).

Наглядно данные результаты отражены в таблице 11.

Таблица 11 – Результаты выявления уровней выраженности страха животных в экспериментальной и контрольной группах

Уровень выраженности страха	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Кол-во детей	%	Кол-во детей	%
Низкий уровень	8	80	8	80
Средний уровень	2	20	2	20
Высокий уровень	0	0	0	0

Диагностическая методика 5. Беседа «Страх сказочных персонажей».

Цель: выявление уровней выраженности данной группы детских страхов.

В экспериментальной группе по данной методике выявлено следующее: данная группа детских страхов не выявлена в экспериментальной группе детей. Мы наблюдаем, что есть значительные изменения в группе.

В контрольной группе по данной методике получены аналогичные результаты: данная группа страхов не выявлена.

Наглядно данные результаты отражены в таблице 12.

Таблица 12 – Результаты выявления уровней выраженности страха сказочных персонажей в экспериментальной и контрольной группах

Уровень выраженности страха	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Кол-во детей	%	Кол-во детей	%
Низкий уровень	0	0	0	0

Продолжение таблицы 12

Уровень выраженности страха	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Кол-во детей	%	Кол-во детей	%
Средний уровень	0	0	0	0
Высокий уровень	0	0	0	0

Диагностическая методика 6. Беседа «Страх темноты и кошмарных снов».

Цель: выявление уровней выраженности данной группы детских страхов.

В экспериментальной группе по данной методике выявлено следующее.

Низкий уровень (от 0 до 1 страха): 6 детей (60%).

Высокий уровень (2): 4 детей (40%).

Мы наблюдаем, что есть значительные изменения в данной группе.

В контрольной группе по данной методике выявлено следующее.

Низкий уровень (от 0 до 1 страха): 5 детей (50%).

Высокий уровень (2): 5 детей (50%). Так, у Льва О. на данный момент преобладает эта группа страхов.

Наглядно данные результаты отражены в таблице 13.

Таблица 13 – Результаты выявления уровней выраженности страха темноты и кошмарных снов в экспериментальной и контрольной группах

Уровень выраженности страха	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Кол-во детей	%	Кол-во детей	%
Низкий уровень	6	60	5	50
Средний уровень	0	0	0	0
Высокий уровень	4	40	5	50

Диагностическая методика 7. Беседа «Социально-опосредованные страхи».

Цель: выявление уровней выраженности социально-опосредованных страхов (незнакомые/знакомые люди и дети, наказания, опоздания, одиночество).

В экспериментальной группе по данной методике выявлено следующее.

Низкий уровень (от 0 до 1 страха): 2 детей (20%).

Средний уровень (от 2 до 3 страхов): 8 детей (80%). У Евы Л. и у большинства детей на данный момент преобладает эта группа страхов.

Высокий уровень (от 4 до 5 страхов): не выявлен.

Мы наблюдаем, что есть значительные изменения в группе.

В контрольной группе по данной методике выявлено следующее.

Низкий уровень (от 0 до 1 страха): не выявлен.

Средний уровень (от 2 до 3 страхов): 3 детей (30%).

Высокий уровень (от 4 до 5 страхов): 7 детей (70%). У Дианы Л. и у большинства детей на данный момент преобладает эта группа страхов.

Наглядно данные результаты отражены в таблице 14.

Таблица 14 – Результаты выявления уровней выраженности социально-опосредованных страхов в экспериментальной и контрольной группах

Уровень выраженности страха	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Кол-во детей	%	Кол-во детей	%
Низкий уровень	2	20	0	0
Средний уровень	8	80	3	30
Высокий уровень	0	0	7	70

Диагностическая методика 8. Беседа «Пространственные страхи».

Цель: выявление уровней выраженности пространственных страхов (высота, глубина, замкнутое пространство, больших помещений, улиц).

В экспериментальной группе по данной методике выявлено следующее.

Низкий уровень (от 0 до 1 страха): 6 детей (60%).

Средний уровень (от 2 до 3 страхов): 4 детей (40%).

Высокий уровень (от 4 до 5 страхов): не выявлен.

Мы наблюдаем, что есть значительные изменения в группе.

В контрольной группе по данной методике выявлено следующее.

Низкий уровень (от 0 до 1 страха): не выявлен.

Средний уровень (от 2 до 3 страхов): 5 детей (50%).

Высокий уровень (от 4 до 5 страхов): 5 детей (50%). У Егора Б. и других детей на данный момент преобладает эта группа страхов.

Наглядно данные результаты отражены в таблице 15.

Таблица 15 – Результаты выявления уровней выраженности пространственных страхов в экспериментальной и контрольной группах

Уровень выраженности страха	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Кол-во детей	%	Кол-во детей	%
Низкий уровень	6	60	0	0
Средний уровень	3	40	5	50
Высокий уровень	0	0	5	50

После проведения всех диагностических методик мы обобщили результаты контрольного эксперимента (Приложение Г, таблицы Г.1, Г.2). В экспериментальной группе детей отмечена положительная динамика – снижение уровней выраженности определенных групп страхов: пространственных страхов, социально-опосредованных.

Таким образом, мы пришли к выводу, что разработанные и апробированные содержание и организация работы по коррекции страхов у детей 6-7 лет средствами арт-терапии оказались результативными. Конечно, с целью достижения более устойчивого результата, необходима более длительная психокоррекционная работа.

Заключение

Теоретический анализ психолого-педагогических исследований и практики психологической помощи детям дошкольного возраста указывает на то, что проблема коррекции страхов у детей 6-7 лет в настоящее время остается актуальной.

Современная практическая психология предлагает различные решения проблемы преодоления страхов, при этом психотерапия (в широком смысле) рассматривается как наиболее адекватное и приемлемое средство. Существуют различные виды терапии, которые используются в практической работе со страхами. В данном исследовании для такой работы с детьми 6-7 лет выбраны средства арт-терапии. Арт-терапия – эффективный психологический инструмент для работы с детьми, который позволяет детям выразить свои переживания через творческий процесс, способствует развитию самооценки и пониманию своих и чужих эмоций.

После изучения психолого-педагогической литературы мы провели экспериментальное исследование, включающее констатирующий, формирующий и контрольный этапы.

В процессе констатирующего эксперимента мы выявляли уровни и содержание страхов у детей экспериментальной выборки на основе показателей, выделенных в соответствии с подходом А.И. Захарова. В экспериментальной группе низкий уровень страхов выявлен у 2 детей (20%), средний уровень выраженности страхов – у 5 детей (50%), высокий уровень выраженности – у 3 детей (30%). В контрольной группе были получены аналогичные результаты. Также были выявлены три группы страхов, которые наиболее выражены у детей экспериментальной выборки: страхи, связанные с причинением физического ущерба, социально-опосредованные страхи, пространственные страхи.

Полученные в констатирующем эксперименте результаты обосновали необходимость разработки и внедрения содержания работы по коррекции страхов у детей 6-7 лет средствами арт-терапии.

Формирующий этап строился в соответствии с гипотезой исследования:

- составлена психокоррекционная программа, включающая арт-терапевтические средства (рисование, фоновая музыка, игровая деятельность) для коррекции страхов детей 6-7 лет;
- занятия по программе проводились педагогом-психологом в групповой форме;
- структура занятия включала 4 этапа: включение в творческий процесс; процесс творческой работы; дистанцирование, процесс рассматривания; вербализация чувств.

Было разработано и проведено 10 групповых психокоррекционных занятий педагога-психолога с детьми экспериментальной группы с использованием средств арт-терапии.

Контрольный эксперимент проводился с детьми экспериментальной и контрольной групп с целью определения результативности работы по коррекции страхов у детей 6-7 лет средствами арт-терапии. На данном этапе экспериментальной работы мы выявляли у детей уровни выраженности страхов разных групп. В экспериментальной группе детей отмечена положительная динамика – снижение уровней выраженности определенных групп страхов: пространственных страхов, социально-опосредованных.

Таким образом, мы пришли к выводу, что разработанные и апробированные содержание и организация работы по коррекции страхов у детей 6-7 лет средствами арт-терапии оказались результативными. Задачи исследования решены, цель достигнута. Положения гипотезы экспериментально доказаны.

Список используемой литературы

1. Арт-терапия – новые горизонты / Под ред. А.И. Копытина. М. : Когито-Центр, 2006. 336 с.
2. Боулби Дж. Создание и разрушение эмоциональных связей. М. : Академический Проект, 2004. 232 с.
3. Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте. СПб. : Питер, 2008. 389 с.
4. Вологодина Н. Г. Детские страхи днем и ночью. Ростов н/Д. : Феникс, 2006. 224 с.
5. Воропаева И. П. Коррекция эмоциональной сферы младших школьников. М. : Изд-во Ин-та повышения квалификации и переподготовки работников нар. образования Моск. обл., 1993. 55 с.
6. Воспитателям и учителям : очерки по психологии / А. П. Нечаев. 4-е изд. СПб. : Типография П. П. Сойкина, 1911. 351 с. [Электронный ресурс]. Режим доступа: по подписке. URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=228670> (дата обращения: 19.05.2023).
7. Гиппенрейтер Ю. Б. Продолжаем общаться с ребенком. Так? М. : АСТ: АСТРЕЛЬ, 2008. 256 с.
8. Грановская Р. М., Никольская И. М. Защита: психологические механизмы. СПб. : Знание, 1999. 352 с.
9. Захаров А. И. Как предупредить отклонения в поведении ребенка. М. : Просвещение, 1993. 111 с.
10. Захаров А. И. Дневные и ночные страхи у детей. М. : Речь, 2005. 320 с.
11. Захаров А. И. Происхождение детских неврозов и психотерапия. М. : ЭКСМО-Пресс, 2000. 448 с.
12. Захаров А. И. Неврозы у детей и подростков. Л. : Медицина, 1988. 200 с.

13. Изард К. Э. Психология эмоций СПб. : Питер, 2010. 464 с.
14. Каптерев П. Ф. О детском страхе / П. Ф. Каптерев // Воспитание и обучение, 1991. № 3. С. 136-146.
15. Кисилева М. В. Арт-терапия в работе с детьми. СПб. : Речь, 2006. 160 с.
16. Лебединская К. С. Задержка психического развития и ее причины // Причины возникновения и пути профилактики аномалий развития у детей. М., 1985. С. 29-37.
17. Лубовский В. И. Основные проблемы ранней диагностики и ранней коррекции нарушений развития / В. И. Лубовский // Дефектология, 1995. № 1.
18. Мамайчук И. И. Психологическая помощь детям с проблемами в развитии. СПб. : Речь, 2008. 224 с.
19. Мухина В. С. Детская психология. СПб. : Питер, 1992. С. 148-212.
20. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. СПб. : Питер, 2008. 495 с.
21. Фаас Н. Э. Проявление коммуникативной активности детьми в совместной изобразительной деятельности в условиях разновозрастной группы / Н. Э. Фаас // Психолого-педагогические механизмы формирования качеств социально активной личности у детей дошкольного возраста и младших школьников : Сборник научных трудов. М. : МГПИ им. В.И. Ленина, 1996.
22. Фрейд З. Я и Оно. М. : ВнешТоргИздат, 1989. 700 с.
23. Шишова Т. Л. Как помочь ребенку избавиться от страха. Страхи – это серьезно. СПб. : Речь, 2007. 104 с.
24. Щербатых Ю. Психология страха. М. : ЭКСМО-Пресс, 2002. 340 с.
25. Эльконин Д. Б. Детская психология. М. : Академия, 2007. С. 95-251.
26. Юнг К. Г. Конфликты детской души. М. : Канон, 1997. 336 с.

Приложение А

Список детей, участвующих в эксперименте

Таблица А.1 – Списочный состав экспериментальной группы

Имя, Ф. ребенка	Возраст
Настя О.	6,8
Ульяна М.	6,2
Ева Л.	6,11
Денис З.	6,9
Света А.	6,3
Савелий Р.	7
Мирон В.	6,4
Дарья Я.	6,6
Алиса К.	6,1
Евгения Ж.	6,5

Таблица А.2 – Списочный состав контрольной группы

Имя, Ф. ребенка	Возраст
Егор Б.	6,4
Лев О.	6,5
Александр У.	6,9
Олеся Е.	6,8
Роман П.	6,3
Виктория Ч.	6,1
Агата К.	6,11
Диана Л.	6,8
Кирилл П.	6,10
Павел Д.	7

Приложение Б

Результаты исследования на констатирующем этапе

Таблица Б.1 – Количественные результаты по всем диагностическим методикам в экспериментальной группе на констатирующем этапе эксперимента

Экспериментальная группа				
Имя, Ф. ребенка	Номер диагностической методики, уровень страха			
	1	2	3	4
Настя О.	Высокий	Высокий	–	Высокий
Ульяна М.	Низкий	Низкий	–	Средний
Ева Л.	Средний	Средний	Высокий	Высокий
Денис З.	Высокий	Высокий	–	Высокий
Света А.	Средний	Средний	–	Низкий
Савелий Р.	Средний	Средний	–	Средний
Миرون В.	Средний	Средний	–	Средний
Дарья Я.	Средний	Средний	–	Средний
Алиса К.	Средний	Средний	–	Низкий
Евгения Ж.	Средний	Средний	–	Средний

Примечание: Ева Л. единственная, кто почувствовал в методике 3, уровень страха: высокий.

Таблица Б.2 – Количественные результаты по всем диагностическим заданиям в контрольной группе на констатирующем этапе эксперимента

Контрольная группа				
Имя, Ф. ребенка	Номер диагностической методики, уровень страха			
	1	2	3	4
Егор Б.	Средний	Средний	–	Средний
Лев О.	Средний	Средний	–	Средний
Александр У.	Высокий	Высокий	–	Средний
Олеся Е.	Средний	Средний	–	Средний
Роман П.	Низкий	Низкий	–	Низкий
Виктория Ч.	Средний	Высокий	–	Средний
Агата К.	Средний	Средний	–	Средний
Диана Л.	Средний	Средний	–	Низкий
Кирилл П.	Высокий	Высокий	–	Высокий
Павел Д.	Средний	Средний	–	Высокий

Приложение В

Тематическое планирование работы по коррекции страхов у детей 6-7 лет средствами арт-терапии

Таблица В.1 – Тематическое планирование психокоррекционной работы

Занятие	Упражнение
Занятие 1 «Рисование страха»	Упражнение «Раскрашивание мандалы» Упражнение «Рисование страха» Упражнение «Конверты радости и огорчений»
Занятие 2 «Лепка страхов»	Упражнение «Чудесные превращения» Упражнение «Лепка страхов» Упражнение «Танцующие руки»
Занятие 3 «Трансформация страха»	Упражнение «Двое с одним карандашом» Упражнение «Трансформация страха» Упражнение «На долгую память»
Занятие 4 «Игра наоборот»	Упражнение «Волшебный салют» Упражнение «Игра наоборот» Упражнение «Конверты радости и огорчений»
Занятие 5 «Сладкая парочка»	Упражнение «Каракули» Упражнение «Сладкая парочка» Упражнение «Клубочек»
Занятие 6 «Дом умиротворения»	Упражнение «Групповое рисование по кругу» Упражнение «Дом умиротворения» Упражнение «Поляна»
Занятие 7 «Смелое сердце»	Упражнение «Рисунок пальцами» Упражнение «Смелое сердце» Упражнение «Кораблик»
Занятие 8 «Сундук»	Упражнение «Твоя картина» Упражнение «Сундук» Упражнение «Плохое – хорошее»
Занятие 9 «Лабиринт страхов»	Упражнение «Мой портрет» Упражнение «Лабиринт страхов» Упражнение «Напугаем страх»
Занятие 10 «Амулет»	Упражнение «Передай настроение» Упражнение «Амулет» Упражнение «Клубочек»

Приложение Г

Результаты исследования на контрольном этапе

Таблица Г.1 – Результаты по всем диагностическим методикам в экспериментальной группе на контрольном этапе эксперимента

Экспериментальная группа								
Имя, Ф. ребен ка	Группы и уровни выраженности страхов							
	Медицинские	Физ. ущерб	Своя смерть	Животные	Сказочные персонажи	Темнота и сны	Социальные	Пространст венные
Настя О.	Высокий	Сред ний	Высо кий	Средний	Низкий	Высо кий	Высо кий	Высо кий
Ульяна М.	Низкий	Низ кий	Высо кий	Низкий	Низкий	Низкий	Высо кий	Сред ний
Ева Л.	Средний	Высо кий	Высо кий	Низкий	Низкий	Высо кий	Высо кий	Высо кий
Денис З.	Низкий	Высо кий	Высо кий	Средний	Низкий	Низкий	Сред ний	Сред ний
Света А.	Низкий	Низк ий	Высо кий	Низкий	Низкий	Низкий	Высо кий	Высо кий
Савелий Р.	Средний	Низк ий	Высо кий	Низкий	Низкий	Низкий	Высо кий	Высо кий
Мирон В.	Низкий	Сред ний	Высо кий	Низкий	Низкий	Низкий	Сред ний	Сред ний
Дарья Я.	Средний	Сред ний	Высо кий	Низкий	Низкий	Сред ний	Высо кий	Высо кий
Алиса К.	Низкий	Сред ний	Высо кий	Низкий	Низкий	Низкий	Высо кий	Сред ний
Евгения Ж.	Низкий	Сред ний	Высо кий	Низкий	Низкий	Сред ний	Высо кий	Высо кий

Продолжение Приложения Г

Таблица Г.2 – Результаты по всем диагностическим методикам в контрольной группе на контрольном этапе эксперимента

Контрольная группа								
Имя, Ф. ребенка	Группы и уровни выраженности страхов							
	Медицинские	Физ. ущерб	Своя смерть	Животные	Сказочные персонажи	Темнота и сны	Социальные	Пространственные
Егор Б.	Высокий	Средний	Высокий	Низкий	Низкий	Высокий	Высокий	Высокий
Лев О.	Низкий	Низкий	Высокий	Низкий	Низкий	Средний	Средний	Средний
Александр У.	Низкий	Средний	Высокий	Низкий	Низкий	Низкий	Высокий	Средний
Олеся Е.	Высокий	Средний	Высокий	Низкий	Низкий	Высокий	Высокий	Высокий
Роман П.	Низкий	Низкий	Высокий	Низкий	Низкий	Средний	Средний	Средний
Виктория Ч.	Средний	Высокий	Высокий	Средний	Низкий	Средний	Высокий	Высокий
Агата К.	Низкий	Средний	Высокий	Низкий	Низкий	Низкий	Средний	Средний
Диана Л.	Низкий	Низкий	Высокий	Низкий	Низкий	Низкий	Высокий	Высокий
Кирилл П.	Низкий	Высокий	Высокий	Средний	Низкий	Низкий	Высокий	Средний
Павел Д.	Средний	Средний	Высокий	Низкий	Низкий	Низкий	Высокий	Высокий