Министерство образования и науки Российской Федерации

ФГБОУ ВПО «Челябинский государственный университет»

Факультет психологии и педагогики

Кафедра специальной и клинической психологии

**курсовая работа**

Возможности сказкотерапии в коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста

Нормоконтролер, Руководитель, к.психол.н., доцент

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2014г

Автор работы

Студент группы ПСС - 201

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С.Н.Щербакова

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2014 г.

Работа защищена

с оценкой

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2014 г.

Челябинск 2014

**СОДЕРЖАНИЕ**

ВВЕДЕНИЕ…………………………………………………………………………3

ГЛАВА 1.ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ КОРРЕКЦИИ ДЕТСКИХ СТРАХОВ

СРЕДСТВАМИ СКАЗКОТЕРАПИИ……………………………………………..7

1.1. Виды и причины детских страхов, возрастная периодизация……….……7

1.2. Сказкотерапия как средство коррекции детских страхов………………..19

ВЫВОДЫ ПО ПЕРВОЙ ГЛАВЕ………………………………………………...28

ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПО ВЫЯВЛЕНИЮ ДЕТСКИХ СТРАХОВ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА………………………………………………………………………..31

2.1. Организация исследования …………………………..……………………...31

2.2. Анализ результатов исследования ………………………………………….38

ВЫВОДЫ ПО ВТОРОЙ ГЛАВЕ………………………......................................40

ЗАКЛЮЧЕНИЕ……………………………………………………………………42

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ………………………………………………………...45

ПРИЛОЖЕНИЕ…………………………………………………………………...49

**ВВЕДЕНИЕ**

**Актуальность:** В ситуации социальной нестабильности на современного ребенка обрушивается множество неблагоприятных факторов, способных не только затормозить развитие потенциальных возможностей личности, но и повернуть процесс ее развития вспять. Поэтому большое внимание проблеме страха уделяется в работах отечественных психологов и психотерапевтов, которые отмечают рост числа детей с разнообразными страхами, повышенной возбудимостью и тревожностью.

Страхи бывают разные – объяснимые и иррациональные, оправданные и надуманные, и даже полезные. Но в большинстве своем наши страхи портят нам жизнь. Порой от них трудно бывает избавиться без помощи психотерапевта[3,c.5]. Подавляющее большинство страхов в той или иной степени обусловлены возрастными особенностями и имеют временный характер.

«Детские страхи, если к ним правильно относиться, понимать причины их появления, чаще всего исчезают бесследно. Если же они болезненно заострены или сохраняются длительное время, то это служит признаком неблагополучия, говорит о нервной ослабленности ребенка, неправильном поведении родителей, незнании ими психических и возрастных особенностей ребенка, наличии у них самих страхов, конфликтных отношений в семье» [4, c.3].

Психика ребенка отличается обостренной восприимчивостью, ранимостью, неспособностью противостоять неблагоприятным воздействиям. Невротические страхи появляются в результате длительных и неразрешимых переживаний или острых психических потрясений, часто на фоне болезненного перенапряжения нервных процессов. Поэтому невротические страхи требуют особого внимания психологов, педагогов и родителей, так как при наличии таких страхов ребенок становится скованным, напряженным. Его поведение характеризуется пассивностью, развивается аффективная замкнутость. В связи с этим остро встает вопрос ранней диагностики невротических страхов.

По мнению авторов (Л.И. Божович, А.А. Бодалёв, В.С. Мухина, Т.А. Репина и других) ребёнок как самая чувствительная часть социума подвержен разнообразным отрицательным воздействиям. В последние годы, как свидетельствуют специальные экспериментальные исследования, наиболее распространёнными явлениями являются тревожность и страхи у детей (И.В. Дубровина, В.И. Гарбузов, А.И. Захаров, Е.Б. Ковалёва и другие).

Страх является наиболее опасной из всех эмоций. Обширные области исследований, посвящённых страху, создают прекрасные основания для дальнейшего понимания этой важной эмоции. Литературы по данной проблеме разработано немного. Хотя проблема страхов у детей старшего дошкольного возраста актуальна в настоящее время. Проблема страхов мало используется и в практике дошкольных учреждений. И будучи ещё в детском саду, дети должны пройти все тесты тревожности и преодолеть барьер страха в своём сознании.

А.И. Захаров впервые в отечественной и мировой практике рассмотрел причины возникновения и развития дневных и ночных страхов. Привел статические данные, показывающие влияние различных факторов. Актуальность исследования проблемы определяется еще и тем, что с возрастом у детей меняются мотивы поведения, отношение к окружающему миру, взрослым, сверстникам. И от того, смогут ли родители и педагоги уловить эти перемены, понять изменения, происходящие с ребенком, и в соответствии с этим изменить свои отношения, будет зависеть тот положительный эмоциональный контакт, который является основой нервно-психического здоровья ребенка.

 В последние годы специалистами отмечен довольно высокий рост детских страхов (В.В. Абраменкова, И.В. Дубровина, А.С. Спиваковская и др.) Более глубокое исследование этого феномена, на наш взгляд, поможет найти правильные подходы к его решению. Мы исходим из того, что наличие страхов в детском возрасте ни в коем случае нельзя оставлять без внимания, так как это может стать фактором нарушения развития личности в онтогенезе (В.И. Гарбузов, В.В. Лебединский и др.)

Проблема эмоционального неблагополучия детей, в частности проблема детских страхов, несмотря на достаточную изученность (А.И. Захаров, B.C. Мухина, М.В. Осорина, A.M. Прихожан и др.), не только не теряет своей актуальности в наши дни, но даже обостряется в связи с масштабными изменениями в общественно-политической и экономической жизни не только взрослых, но и детей.

В последнее время вопросы диагностики и коррекции страхов приобрели большое значение, ввиду их довольно широкого распространения среди детей. В связи с вышесказанным остро встает необходимость комплексного подхода к решению проблемы коррекции детских страхов, в частности, привлечения семьи. Эта работа может выражаться как в ознакомлении родителей с результатами исследования в допустимой форме, так и в направлении родителей на консультацию к специалисту по семейным вопросам. Такой подход может воздействовать не только на внешние стороны проявления страхов, но и на порождающие его обстоятельства.

Страхи, эмоциональные нарушения поддаются коррекции и без последствий проходят у детей до десяти лет. Поэтому чрезвычайно важно своевременно обращаться к специалисту, принять меры по преодолению фобий у ребёнка. B связи с этим, наиболее актуальной для практической психологии и педагогики, является задача поиска наиболее эффективных путей выявления и преодоления психического неблагополучия ребёнка.

Одной из новых технологий в психолого-педагогической диагностики и коррекции детей стала сказкотерапия. Этот метод может помочь детям с эмоционально-личностным нарушением. На практике имеет место такое противоречие: метод сказкотерапия не достаточно используется в воспитательном процессе в современном дошкольном учреждении. Хотя потенциал, который открывает этот метод в работе с детьми, имеющими эмоционально-личностные нарушения, довольно высок и мог бы использоваться наряду с игрой, как ведущим видом деятельности.

Сказки являлись своеобразным инструментом обучения и целительства, средством народной психотерапии задолго до того, как психотерапия получила официальный статус. Первые знания о законах и явлениях жизни человек получает из сказок. Сказки – это лекарство. Они обладают целительной силой, не заставляя нас делать, быть, действовать, - достаточно слушать их. Сказки рождают волнения, печаль, вопросы, стремление и понимание. Душа, сознание, чувства человека в процессе соприкосновения со сказками учат «слышать наставления и приобретать знания» (Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева).

**Цель:** изучение страхов у детей дошкольного возраста и психологическая коррекция страха средствами сказкотерапии.

**Объект:** страхи у детей дошкольного возраста.

**Предмет:** сказкотерапия, как средство коррекции страха у детей дошкольного возраста.

**Гипотеза:** Существуют возможности по коррекции детских страхов средствами сказкотерапии.

В соответствии с проблемой, целью и предметом исследования были сформулированы следующие задачи исследования:

1. Проанализировать литературу по видам детских страхов и причинам их возникновения.
2. Определить возможности метода сказкотерапии для коррекции детских страхов.
3. Провести эмпирическое исследование проанализировать результаты исследования.
4. Составить рекомендации для родителей по профилактике детских страхов.

**ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ КОРРЕКЦИИ ДЕТСКИХ СТРАХОВ СРЕДСТВАМИ СКАЗКОТЕРАПИИ**

* 1. **Виды и причины, возрастная периодизация детских страхов**

«Страх — это специфическое острое эмоциональное состояние, особая чувственная реакция, проявляющая­ся в опасной ситуации. Каждому здоровому человеку свойственно чувство страха, поскольку эта способность имеет большое значение для сохранения как человеческого, вида, так и жизни отдельного организма. Бесстрашие, а точнее, храбрость — это способность человека, связан­ная с развитием воли, представляющая собой умение преодолевать страх. Страх вызывается всегда конкретной и близкой, уже наступившей опасностью [15, с.206].

«Страх – это аффективное (эмоционально заостренное) отражение в сознании конкретной угрозы для жизни и благополучии человека» [3, с.5].

Страх – психическое состояние, возникающее на основе инстинкта самосохранения как реакция на действительную или воображаемую опасность. Страх имеет много причин как субъективного (мотивация, эмоционально-волевая устойчивость и др.), так и объективного порядка (особенности ситуации, сложность задач, помехи и т. д.). Страх проявляется как у отдельных лиц, так и у групп, больших масс. Степень, формы его проявления разнообразны, но это – область, прежде всего индивидуальной психологии. Существуют различные формы страха: испуг, боязнь, аффективный страх – самый сильный. Страх, возникающий из-за серьезного эмоционального неблагополучия, может иметь крайние формы выражения (ужас, эмоциональный шок, потрясение), затяжное, труднопреодолимое течение, полное отсутствие контроля со стороны сознания, неблагоприятное воздействие на формирование характера, на отношения с окружающими и приспособление к внешнему миру.

Объективный подход к рассмотрению эмоции страха требует указать на то, что, несмотря на свою отрицательную окраску, страх выполняет разнообразные функции в жизни человека. На всем протяжении человеческой истории страх сопровождал людей, выражаясь в боязни темноты, огня, природных явлений. Страх мобилизовал научный и творческий потенциал людей на борьбу со стихией. Страх играл и играет защитную роль, позволяя избежать встречи с опасностью. Страх также выступает своеобразным средством познания реалий окружающего мира, приводя к более критическому и избирательному отношению к явлениям жизни. Поэтому, по мнению А.И. Захарова, страх можно рассматривать как естественное сопровождение человеческого развития [4, с.96].

Существует предположение, что изменения страхов с возрастом в определенной степени отражает исторический путь самосознания человека.

Страх – это эмоция, о которой многие люди думают с ужасом. Возможно потому, что эмоция страха сама по себе вызывает ужас, она переживается нами достаточно редко. И всё же страх – реальная часть нашей жизни. Человек может переживать страх в разных ситуациях, но все эти ситуации имеют одну общую черту. Они ощущаются, воспринимаются человеком как ситуации, в которых под угрозу поставлено его спокойствие и безопасность. Интенсивное переживание страха запоминается надолго. Страх складывается из определённых и вполне специфичных физиологических изменений, экспрессивного поведения и специфического переживания, проистекающего из ожидания угрозы или опасности. У маленьких детей, так же как и у животных, ощущение угрозы или опасности сопряжено с физическим дискомфортом, с неблагополучием физического «Я». Страх, которым они реагируют на угрозу, это боязнь физического повреждения. Субъективное переживание страха ужасно, и что странно – оно может заставить человека оцепенеть на месте, тем самым, приводя его в абсолютно беспомощное состояние, или, наоборот, может заставить его бросится наутёк, прочь от опасности.

Рассмотрим особенности возникновения детских страхов и механизмы их развития.

Изучая мировую культуру в ее историческом развитии, можно заметить, как параллельно с прогрессом человеческой цивилизации менялись и присущие ей страхи; сравнения этого явления с психическим развитием ребенка позволяет проследить, как по мере взросления и формирования сознания меняется предмет страхов детей. Вот, что писал по этому поводу еще сорок лет назад детский психолог Т. Симсон: «Ребенок раннего возраста, не обладая жизненным опытом, часто не видит реальной опасности там, где она есть, и, наоборот, боится всего нового, незнакомого, даже не таящего в себе никакой опасности. С возрастом, когда ребенок способен осмыслить правильно пугающую его ситуацию, страхи всегда непосредственно связанны с опасностью и ей адекватны» [14, с.91].

Исходя из многолетних исследований специалистов в области психологии, медицины и педагогики, можно выделить определенные детские страхи для каждого возрастного периода ребенка.

Внутриутробный период

Беспокойство, испытываемое женщиной во время беременности, является первым «опытом» беспокойства у ребенка. Во второй половине беременности интенсивно развивается кровеносная система плода, и он получает через плаценту и пуповину гормонально опосредованную порцию беспокойства всякий раз, когда мать находится в состоянии тревоги. Возможны и определенные функциональные нарушения в деятельности организма в ответ на длительное волнение или раздражение матери. Беспокойство матери вызывает также и соответствующую двигательную реакцию плода.

При эмоциональном стрессе у матери во время беременности отмечена большая вероятность преждевременных родов, а также различных нарушений родовой деятельности, если роды и протекали в срок. В последнем случае чаще встречаются слабость родовой деятельности, признаки гипоксии (недостатка кислорода) и асфиксии (удушья) у ребенка, когда возникает необходимость в проведении ряда специальных родовспомогательных мероприятий.

Младенчество

Первичная эмоция страха на сильный раздражитель (испуг) наблюдается уже у новорожденного. Страх перед незнакомыми людьми возникает на первом году жизни между 6 – 9 месяцами. Раньше этот страх не может возникнуть по той причине, что младенец еще не умеет отличать знакомые лица от незнакомых. Что касается лицевой экспрессии страха и ее различения от других негативных эмоций, то у младенцев одни и те же проявления могут свидетельствовать как о страхе, так и страдании.

Отчетливые различия в мимике этих состояний появляются у старших детей.

Ранний возраст

Боязнь животных и темноты обычно появляется у детей после 3 лет, достигая пика в 4 года. Они, например, боятся спать одни при выключенном свете. Боязнь темноты чаще всего связана с фантазиями и сновидениями ребенка, чем с реальными событиями его жизни. Однажды один маленький мальчик очень испугался шутки взрослого, который, зайдя в квартиру и сняв черную шляпу, сказал ему: «Ну, что ты смотришь на нее? Хочешь, я тебя туда посажу?» Мальчик посмотрел внутрь шляпы. На ее дне было очень темно. Он представил себе, как будет там сидеть в темноте, и разрыдался.

В настоящее время выявлено, что и у маленьких детей незнакомые объекты и люди могут вызывать страх. Заметные изменения происходят с возрастом в эмоциональном отношении детей к сверстнику. Дети младшей ясельной группы, как правило, с улыбкой разглядывают друг друга, иногда наблюдаются проявления ласки. После двух лет эмоциональная реакция становится намного ярче. Увеличиваются эмоциональное заражение детей друг от друга и эмоциональная отзывчивость по отношению к другому ребенку. Совместная деятельность носит ярко выраженную эмоциональную окраску, бурно нарастающую в ходе взаимодействия.

Дошкольный возраст

К шести годам постепенно уменьшается боязнь звуков и незнакомых предметов, а детские страхи перед воображаемыми ситуациями в возрасте пять – шесть лет заметно усиливается.

В дошкольном возрасте мнимые (выдуманные, фантастические) страхи преобладают над реальными, в содержании которых фигурируют фантастические образы из прочитанных сказок, фильмов ужасов и т. п.; в последующие годы значимость мнимых опасностей снижается, а реальных возрастает. Среди реальных страхов в дошкольные годы первое место занимает боязнь воды. Второе место занимает страх, вызванный угрозой нападения животных, третье – боязнь падения с большой высоты и дорожно-транспортных происшествий.

Страх у детей может развиваться двумя путями: как в результате личного опыта, так и путем «социального заимствования».

А. Захаров отмечает, что способность ребенка связывать свои эмоциональные реакции с поведением матери возникает к первому полугодию жизни [4, с.40]. Начиная со второго года жизни, постепенно растет, становясь у детей значительным, страх наказания со стороны родителей, который обусловлен возросшей активностью у малышей и запретами со стороны взрослых. В это же время появляется страх животных. Часто имеет место страх разлуки с родителями. В старшем дошкольном возрасте центральное место занимает страх смерти, максимально выраженный у мальчиков в семь лет и девочек в шесть. В этом же возрасте достигают своего пика страхи животных и сказочных персонажей. Изменение характера страха у детей находится в тесной связи с общим развитием их мозга и, в частности, с формирование процесса мышления. В связи с поступлением в школу меняет и характер страхов детей – на первое место выходят страх опоздания и страх смерти родителей. У младших школьников наблюдается страх перед школой, особенно если вначале учитель был несправедлив к ребенку, ругал его или наказывал. Такие дети по утрам уходят из дома, бродят по улицам, затем, опасаясь наказания, убегают или уезжают из дома.

Важную роль в формировании детских страхов играют родители. Родители, бессознательно проявляя повышенную заботу о своих детях, могут излишне часто предостерегать ребенка, чтобы он чего-то опасался, никуда не ходил, оберегают его от «нехороших» сверстников и старших людей. Ряд таких преувеличенных опасений касается здоровья: чтобы ребенок не поранился, не получил заражения крови, столбняка, инфекции, не простудился, не утонул реке. Такое отношение может приводить к формированию сверх тревожной личности, склонной к фиксации на своих страхах.

Другая форма непреднамеренного формирования детских страхов связана со страшными историями и сказками, вызывающими у впечатлительных детей тревогу и страх, особенно если они слушают их перед сном.

На последующее возникновение невроза страха явно влияет психологический климат в семье в первый год жизни ребенка, и прежде всего наличие стресса у матери, конфликтные отношения с мужем, материальные затруднения и т.д.

Проанализируем причины возникновения страхов у детей и подростков различных возрастных категорий.

От рождения до 2 лет. Детский возраст недаром называют нежным. К осложнениям в развитии ребенка могут привести эмоциональный стресс, перенесенные матерью во время беременности, врожденные заболевания, травма при родах, скандалы в семье и другие причины. В этих случаях малыш может оказаться с ослабленной нервной системой, обостренной чувствительностью, и любые изменения окружающей обстановки, касающиеся его самочувствия, могут вызвать беспокойство, тревогу, страх. Учитывая это, подход к ребенку в этом случае должен быть более продуманным, иначе обычные для большинства детей страхи и опасения станут стойкими, сформируются невротические черты характера (подозрительность, обидчивость, раздражительность, агрессивность и т.д.). Маленький ребенок не просто очень активен – у него высока потребность в эмоциональном самовыражении и общении. Недостаток общения и запрет на открытое выражение своих чувств (восторг, злость, удивление, радость, насмешки, плач) в будущем может обернуться эмоциональной холодностью, отсутствием интуиции в понимании чужих намерений и, как следствие, страхом и избеганием любых ситуаций, требующих чувственной реакции, раздражением и досадой вместо удовольствия дружеского общения.

Примерно до двух лет интересы ребенка целиком сосредоточены на близких ему людях, на семье, и пока он не испытывает сильной потребности в общении со сверстниками. Он еще во многом зависит от родителей и для него вполне естественно испытывать беспокойство при отсутствии матери. При неблагоприятных стечениях обстоятельств (например, вынужденная разлука) у ребенка может возникнуть и закрепиться страх одиночества, боязнь остаться одному, когда малыш буквально прилипает к матери. Впоследствии он не просто боится остаться один, он боится быть самостоятельным, иногда открыто заявляя, что не хочет расти, хочет быть всегда маленьким. Страх одиночества особенно преследует тех детей, рождения которых не желали, в семье которых частые конфликты: опасность распада семьи воспринимается ребенком, как опасность, угрожающая ему самому, что и приводит к страхам.

Многие дети уже в этом возрасте боятся темноты, ночных кошмаров, сказочных злодеев, причем страх не обязательно возникает из-за ошибок в воспитании. Становление характера, развитие психики ребенка и недостаток опыта, как правило, не обходится без конфликтов: родительский запрет и непреодолимое желание, нарушив его, ощутить свою самостоятельность, познать нечто новое, поддерживает эмоциональную напряженность, тревожность и способствует возникновению страха перед всем неизвестным, необычным. Одной из причин того, что ночь превращается в борьбу с воображаемыми чудовищами, может быть запрет родителей плакать, шуметь, злиться, то есть выражать тем или иным способом свои отрицательные эмоции. Острое чувство беспомощности, ужас перед надвигающейся опасностью являются очень сильным стрессом, особенно для детей, обладающих повышенной чувствительностью и эмоциональностью, нервных и физически ослабленных. Такой страх может впоследствии проявиться в тиках, заикании, усилении обычной для детей этого возраста боязни неожиданных звуков, боли, уколов, в других нервных расстройствах.

От 2 до 5 лет – развитие детской автономии. В этом возрасте ни в коем случае нельзя извлекать воспитательную пользу из чувства стыда и неуверенности ребенка, постоянно заостряя не них внимание. Поскольку в результате у малыша возникнет вполне естественная реакция неприятия любого родительского вмешательства в его жизнь, и даже самые добрые родительские намерения будут наталкиваться на ребячье упрямство, а иногда и встречать агрессивный отпор. У слабого, впечатлительного ребенка такой стиль воспитания подавит инициативу, любознательность, способность чувствовать себя, свои потребности, сделает его слишком зависимым от мнений и указаний других. Он может оказаться настолько подавленным чувством стыда и неловкости от своих неудачных действий, сомнениями в собственной ценности для близких ему людей, что это послужит основой формирования комплекса неполноценности и обострит все те страхи, которые связаны с образом собственного Я.

Нужно заметить, что формирование собственного образа – Я, развитие самостоятельности и воли снижают интенсивность тревог и опасений, препятствуют появлению стойких страхов, агрессивных и истерических реакций.

В одиночестве, в темноте, в замкнутом пространстве кладовки, лифта, в ситуациях, способствующих проявлению возрастных страхов (автокатастрофа, смерть близких, нападение собаки) ребенок превращает свое замешательство, обиды, подавленные желания и чужие угрозы в фантастические образы. Так уж устроено сознание ребенка, что ему необходимо свой испуг, мысли, эмоции, ощущения вынести за пределы себя, наделить ими других, посмотреть на них со стороны и таким образом овладеть ими. В этом ему помогают сказки с их гномами, драконами, феями и колдунами, где все возможно, где так наглядна борьба между справедливостью, добром, благородством и злом, глупостью, жадностью, завистью. Следуя за сказкой или погружаясь в собственные фантазии, ребенок создает свой внутренний мир ценностей и идеалов – основы для чувства собственной силы, значимости и способности противостоять непредсказуемости и опасности внешнего мира.

От 5 до 7 лет появляется инициатива и страх порицания. После четырех-пяти лет ребенок начинает постигать законы наших социальных джунглей. У него развивается чувство справедливости, понимаемое им как соответствие правилу. И если требования к нему родителей или воспитателей противоречат потребностям внутреннего развития, он может почувствовать беспокойство и даже враждебность к ним. В детской душе происходит борьба между стремлением поступить по-своему и нравиться взрослым, удовлетворять их требования. Возникающая в результате эмоциональная энергия преобразуется в «безосновательную», неопределенную тревогу. Для неискушенного взгляда это может быть почти незаметно, так как малыш и сам, не понимая причин своего состояния, пытается подавить тревогу, но в подходящий момент он начнет объяснять ее наличием какой-то опасности. В сущности, это страх потерять себя, обоснованность своих чувств, желаний, ощущений, склонностей, то есть свою индивидуальность. Ребенок еще не знает таких слов, он просто инстинктивно чувствует опасность, угрожающую развитию его личности. Отсюда и мнительность, тревога, беспокойство, страх.

Дети – счастливые обладатели неудержимой фантазии. И все те трудности по приспособлению к повседневной жизни, которые они не могут решить сразу они переносят в мир своих игр и мечтаний и пытаются решить их там. Чаще всего у них это получается, иногда – нет. Вот тогда реальные страхи и опасения приходят к детям в страшных снах. Эмоциональную изоляцию, острое чувство непонятности ребенок превращает в страх одиночества, темноты, в страх ожидаемого несчастья, болезни и даже смерти.

Для дошкольников страх ожидаемого несчастья способен проявляться в самых различных формах. Ребенок боится заразиться опасной болезнью и умереть, попасть под машину, быть укушенным, либо боится совершить какую-нибудь ошибку. При этом страх ошибиться, не угодить замечается только когда становится чертой характера, а потому требует особого внимания. Этот страх постоянно держит ребенка в напряжении, что особенно заметно в присутствии взрослых – от них он принимает расплату за неудачу. Все время, находясь в состоянии экзаменующегося, пытаясь угадать, что от него требуется, малыш не может в полной мере проявить свой творческий потенциал, научиться действовать самостоятельно.

Все эти страхи выражают неуверенность ребенка в себе, в своей способности оправдать завышенные ожидания или требования родителей и особенно свойственны мальчикам, растущим без отца. Не имея образца для подражания, они часто испытывают трудности в понимании своей мужской роли, общепринятых стереотипов мужского поведения.

На развитие страхов у ребенка могут влиять определенные черты характера отца или матери, а также распределение семейных ролей. Слишком уступчивое, нерешительное поведение матери или, еще хуже отца, способствует появлению у детей чувства тревожности – они как бы заражают им своего ребенка.

Дети, родители которых часто ссорятся между собой, больше подвержены страхам, причем их чувствительности к этому с возрастом увеличивается. Ребенок старшего дошкольного возраста уже отождествляет себя с родителем одного пола, а потому особенно остро переживает враждебность, исходящую со стороны другого, столь же любимого родителя. Беспокойство перерождается в страхи, поскольку дети лишены возможности влиять на родительские конфликты. В таких семьях дошкольники (особенно девочки) чаще боятся животных, стихий, заболеваний и смерти, им чаще снятся кошмарные сны, чаще появляется страх родительского гнева.

Свойственная детям пяти – семи лет высокая внушаемость делает их особенно восприимчивыми к родительским угрозам. Навязчивый страх заражения болезнью, от которой можно умереть, передается им, как правило, взрослыми. Но иногда это может быть следствием эмоциональной травмы, пережитой ребенком в результате тяжелой болезни или смерти близкого человека, ребенок может оказаться свидетелем несчастного случая. При дальнейшем развитии страхов у беспокойного, мнительного малыша может возникнуть психологическая зависимость от навязчивых мыслей о смерти и болезнях, что его способность управлять собой, парализует волю.

Страх играет важную роль в эволюции человеческого рода, так как предотвращает слишком опасные для жизни, безрассудные и импульсивные действия. Он, несомненно, был уже у первобытного человека, постоянно подвергающегося опасностям.

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

На количество страхов также оказывает влияние состав семьи. У девочек и мальчиков старшего дошкольного возраста число страхов заметно выше в неполных семьях, что подчеркивает особую чувствительность этого возраста к разрыву отношений между родителями. Именно, в 5–7 лет дети в наибольшей степени стремятся идентифицировать себя с родителем того же пола, то есть мальчики хотят быть во всем похожими на наиболее авторитетного для них в эти годы отца, как представителя мужского пола, а девочки – на свою мать, что придает им уверенность в общении со сверстниками своего пола. Если у мальчиков отсутствие отца, незащищенность им и чрезмерно опекающее, замещающее отношение матери ведут к несамостоятельности, инфантильности и страхам, то у девочек нарастание страхов зависит скорее от самого факта общения с беспокойной, лишенной опоры матерью.

Наиболее подвержены страху единственные дети в семье как эпицентр родительских забот и тревог. Единственный ребенок находится, как правило, в более тесном эмоциональном контакте с родителями и легче перенимает их беспокойство. Взрослые, нередко охваченные тревогой не успеть, что-либо сделать для развития ребенка, стремятся максимально интенсифицировать и интеллектуализировать воспитание, опасаясь, что их чадо не будет соответствовать непомерно высоким в их представлении социальным стандартам. Нередко они не могут справиться со своими переживаниями и страхами и ощущают себя несчастными в своем «счастливом» детстве.

Увеличение числа детей в семье, когда есть с кем пообщаться, поиграть, обычно способствует уменьшению страхов, в то время как увеличение числа взрослых может действовать противоположным образом, если они заменяют ребенку весь окружающий мир, создавая искусственную среду, в которой нет места сверстникам, детскому смеху, радости, проказам, непосредственному выражению чувств. Невозможность в этих условиях быть самим собой порождает хроническое чувство эмоциональной неудовлетворенности и беспокойства, особенно при нежелании или неспособности играть роли, навязываемые взрослыми. Если добавить и частые конфликты между взрослыми по поводу воспитания ребенка, когда он помимо своей воли оказывается яблоком раздора, то его состояние становится еще более незавидным.

Возраст родителей также имеет немаловажное значение для возникновения страхов у детей. Как правило, у молодых, эмоционально непосредственных и жизнерадостных родителей дети менее склонны к проявлениям беспокойства и тревоги. У «пожилых» родителей (после 30 и особенно после 35 лет) дети более беспокойны, что отражает преимущественно тревожность матери, поздно вышедшей замуж и долго не имевшей детей. Неудивительно развитие «поздних» детей под знаком чрезмерных забот и беспокойств. Впитывая как губка, тревогу родителей, они рано обнаруживают признаки беспокойства, перерастающего затем в инфантильность и неуверенность в себе. Если же состояние тревоги повторяется часто и в самых разных ситуациях, (при ответе у доски, общении с незнакомыми взрослыми и т.д.), то следует говорить о *тревожности[20].*

Даже недостаточная двигательная и игровая активность, а также потеря навыков коллективной игры способствуют развитию у детей беспокойства. Большинство из них уже не могут с азартом играть в прятки, «казаки-разбойники», лапту и т. д. Отсутствие эмоционально насыщенных, шумных и подвижных игр существенно обедняет эмоциональную жизнь, приводит к чрезмерно ранней и односторонней интеллектуализации психики. В то же время игра была и остается самым естественным способом изживания страхов, так как в ней в иносказательной форме воспроизводятся многие из вызывающих страх жизненных коллизий. В результате, чтобы устранить страхи, приходится применять уже в специально создаваемых условиях те же игры, в которые могли бы играть, но не играют современные дети. Не играют же они не только потому, что живут в большом построенном для взрослых городе, но еще и потому, что имеют слишком строгих родителей, считающих игру баловством и пустым времяпрепровождением. Кроме того, многие взрослые опасаются игр, как черт ладана, так как боятся за детей, ведь, играя, ребенок всегда может получить травму, испугаться… Общение с детьми у постоянно пугающихся взрослых строится преимущественно на абстрактно-отвлеченном, а не на наглядно-конкретном, образном уровне. Вследствие этого ребенок учится безосновательно беспокоиться по поводу того, что может произойти, а не активно и уверенно преодолевать различные жизненные трудности.

* 1. **Сказкотерапия как средство коррекции детских страхов**

Страхи как явление должны остаться в детстве. Для этого существует много различных способов коррекции страхов у детей.

Маленького ребенка следует учить преодолевать тревогу, страх. Это особенно важно на ранних этапах, когда идет интенсивное становление психики ребенка. На втором году жизни не следует формировать ни бесшабашного бесстрашия, ни чрезмерной осторожности. Ребенка надо чутко «вести за руку», передавая ему опыт взаимодействия с окружающим миром, помня о возрастных особенностях. Формирование 6азального доверия к окружающему миру необходимо для преодоления детской тревожности и страха. Для этого существуют различные способы коррекции.

Коррекция представляет собой особую форму психолого-педагогической деятельности, направленной на создание наиболее благоприятных условий для оптимизации психического развития личности ребенка, оказание ему специальной психологической помощи.

В настоящее время термин «психологическая коррекция» достаточно широко и активно используется в практике работы, как школы, так и дошкольных учреждений. А между тем, возникнув в дефектологии, он применялся первоначально в отношении лишь аномального развития. Расширение сферы приложения данного понятия ряд ученых связывает с развитием прикладной детской психологии, с новыми социальными задачами по отношению к подрастающему поколению.

Все чаще диагностико-корректирующую функцию относят к числу существенных, первостепенных в деятельности современного, личностно ориентированного педагога.

Д.Б. Эльконин подразделял коррекцию в зависимости от характера диагностики и направленности на следующие формы, такие как симптоматическую и каузальную. Первая направлена непосредственно на устранение симптомов отклонения в развитии, вторая – на ликвидацию причин и источников этих отклонений. В работе педагога и практического психолога используются обе формы коррекционной деятельности. И все же очевиден приоритет, особенно в дошкольном периоде, каузальной коррекции, когда основные коррекционные действия концентрируются на действительных источниках, порождающих отклонения. Важно иметь в виду, что внешне одни и те же симптомы отклонений могут иметь различные природу, причины, структуру. Поэтому, чтобы добиться успеха в коррекционной деятельности, будем исходить из психологической структуры нарушений и их генезиса.

Предметом коррекции чаще всего выступают умственное развитие, эмоционально-личностная сфера, невротические состояния и неврозы ребенка, межличностные взаимодействия. Различными могут быть формы организации коррекционной работы – лекционно-просветительная, консультативно-рекомендационная, собственно коррекционная (групповая, индивидуальная).

Особенно широко в коррекционной работе используется ведущая деятельность в специфических формах для детей данной возрастной группы, прежде всего в форме игры, и использование ее в различных направлениях развития и образования детей: социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие; физическое развитие [ФГОС Глава 2, п.2.6.]. В различных ее разновидностях (сюжетная, дидактическая, подвижная, игра – драматизация, режиссерская). Ее успешно применяют как для коррекции личности ребенка, его взаимоотношений с окружающими, так и для коррекции познавательных, эмоциональных, волевых процессов общения. Игра безоговорочно признана универсальной формой коррекции в дошкольном периоде. Опора на игровые, значимые для дошкольника мотивы в коррекционных занятиях делает их особо привлекательными и способствует успеху в коррекции.

Важное место в коррекционной работе отводится художественной деятельности. Основные направления коррекционных воздействий средствами искусства:

1) увлекающие занятия;

2) самораскрытие в творчестве.

Широко применяются в коррекционной работе с дошкольниками и занятия физической культурой. В конце дошкольного возраста в этих целях могут быть использованы и зарождающиеся новые виды деятельности – учебная и трудовая.

Компоненты готовности к коррекционной работе: теоретическая (знание теоретических основ коррекционной работы, способов коррекции и т. д.); практическая (владение методами и методиками коррекции); личностная (психологическая проработанность у взрослого собственных проблем в тех сферах, которые он предполагает корректировать у ребенка).

Коррекция посредством рисования. Рисование – творческий акт, позволяющий детям ощутить радость свершений, способность действовать по наитию, быть собой, выражая свободно свои чувства и переживания, мечты и надежды. Рисование, как и игра, – это не только отражение в сознании детей окружающей действительности, но и ее моделирование, выражение отношения к ней. Поэтому через рисунки можно лучше понять интересы детей, их глубокие, не всегда раскрываемые переживания и учесть это при устранении страхов. Рисование предоставляет естественную возможность для развития воображения, гибкости и пластичности мышления. Действительно, дети, которые любят рисовать, отличаются большей фантазией, непосредственностью в выражении чувств и гибкостью суждений. Они легко могут представить себя на месте того или иного человека или персонажа рисунка и выразить свое отношение к нему, поскольку это же происходит каждый раз в процессе рисования. Последнее как раз и позволяет использовать рисование в терапевтических целях. Рисуя, ребенок дает выход своим чувствам и переживаниям, желаниям и мечтам, перестраивает свои отношения в различных ситуациях и безболезненно соприкасается с некоторыми пугающими, неприятными и травмирующими образами.

Как для выработки иммунитета от инфекционных болезней вводится живая, но ослабленная вакцина, стимулирующая развитие здоровых, защитных сил организма, так и повторное переживание страха при отображении на рисунке приводит к ослаблению его травмирующего звучания.

Отождествляя себя с положительными и сильными, уверенными в себе героями, ребенок борется со злом: отрубает дракону голову, защищает близких, побеждает врагов и т. д. Здесь нет места бессилию, невозможности постоять за себя, а есть ощущение силы, геройства, то есть бесстрашия и способности противостоять злу и насилию. Рисование неотрывно от эмоций удовольствия, радости, восторга, восхищения, даже гнева, но только не страха и печали.

Рисование, таким образом, выступает как способ постижения своих возможностей и окружающей действительности, моделирования взаимоотношений и выражения эмоций, в том числе и отрицательных, негативных. Однако это не означает, что активно рисующий ребенок ничего не боится, просто у него уменьшается вероятность появления страхов, что само по себе имеет немаловажное значение для его психического развития. К сожалению, некоторые родители считают игру и рисование несерьезным делом и односторонне заменяют их чтением и другими интеллектуально более полезными, с их точки зрения, занятиями. Фактически же нужно то и другое. Детям с художественными задатками, эмоциональным и впечатлительным, как раз и подверженным страхам, нужно больше игр и рисования. У детей более рациональных, склонных к аналитическому, абстрактному мышлению, возрастает удельный вес интеллектуально-рассудочных занятий, включая компьютерные игры и шахматы. Но даже и при так называемой левополушарной ориентации необходимы как можно большее разнообразие в играх и рисование для расширения творческого диапазона и мира воображения ребенка.

Наибольшая активность в рисовании наблюдается в возрасте от 5 до 10 лет, когда дети рисуют сами, непринужденно и свободно, выбирая темы и представляя воображаемое так ярко, как если бы это было на самом деле. В большинстве случаев к началу подросткового возраста способность к спонтанному изобразительному творчеству постепенно ослабевает. Уже сознательно ищется правильная форма, композиция, появляются сомнения в достоверности рисунка, натурализм в изображении предметов. Подростки даже стесняются своего умения рисовать так, как им хочется, опасаясь выглядеть неловкими и смешными в представлении окружающих, и тем самым лишаются естественного способа выражения своих чувств и желаний.

Коррекция посредством игротерапии. В отечественной современной психологии одним из средств коррекции детских страхов является игротерапия. По мнению многих исследователей, игра является ведущим средством психотерапии в дошкольном возрасте. При этом она несет еще и диагностическую, и обучающую функцию. Игре, по ее развивающему потенциалу, по конечному эффекту, в дошкольном возрасте отводится центральное место.

Успешность игрового коррекционного воздействия заложена в диалогическом общении взрослого и ребенка через принятие, отражение и вербализацию им свободно выражаемых в игре чувств. В русле игротерапии используют свободную игру и директивную (управляемую). В свободной игре психолог предлагает детям различный игровой материал, провоцируя регрессивные, реалистические и агрессивные виды игр. Регрессивная игра предполагает, возврат к менее зрелым формам поведения. Реалистическая игра зависит от объективной ситуации, в которой ребенок оказывается, а не от его потребностей и желаний. Агрессивная игр – это игра в насилие, войну и т. д. Для организации таких игр используют неструктурированный и структурированный игровой материал.

Использование неструктурированного игрового материала (вода, песок, глина, пластилин) предоставляет ребенку возможность косвенно выразить свои эмоции, желания, так как сам материал способствует сублимации.

Структурированный игровой материал включает: кукол, мебель, постельные принадлежности (они провоцируют желание заботиться о ком-то); оружие (способствует выражению агрессии); телефон, поезд, машины (способствуют использованию коммуникативных действий). По своей сути структурированный игровой материал способствует овладению социальными навыками, усвоению способов поведения.

Коррекция посредством улучшения детско-родительских отношений. «Проблемные», «трудные», «непослушные» дети, так же как дети «с комплексами», «забитые» или «несчастные», – всегда результат неправильно сложившихся отношений в семье».

Следовательно, «микросреда семьи и семейное воспитание влияют на ребенка, на формирование его личности. От уровня общей и психолого-педагогической культуры родителей, их жизненной позиции, их отношения к ребенку и имеющимся у него проблемам, от степени участия родителей в коррекционном процессе во многом зависит эмоциональное состояние ребенка».

Поэтому многие трудности ребенка должны разрешаться через призму семейных отношений: изменяя семейную ситуацию, корректируя, прежде всего отношение к ребенку, мы разрешаем его проблему.

Обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей, [ФГОС Глава1, п.1.6.9] позволяет, создать условия для раскрытия личности малыша, создать ему возможности проявить себя, свои чувства и эмоции; способствовать обогащению эмоционального мира родителей и детей; содействовать повышению самооценки детей, приобретению ими чувства собственной значимости.

Коррекция посредством сказкотерапии. Привлекательность сказок для психологической коррекции вообще и коррекции страхов, в частности состоит, прежде всего, в естественности развертывания сюжетной линии, отсутствии нравоучений. В образной форме ребенок в сказках проживает проблемы, через которые проходило все человечество (отделение от родителей, проблема выбора, несправедливость и т. д.). И, несомненно, наиболее важным является то, что в сказке зло всегда наказуемо, но даже из плохих поступков можно извлечь хороший урок.

Используя в психологической практике сказки, как правило, говорят о сказкотерапии. Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева представляет сказкотерапию как:

- лечение;

- процесс поиска смысла (знание о мире);

- образование между сказочными событиями и поведением в реальной жизни;

- объективизацию проблемных ситуаций;

- активизацию ресурсов, потенциала личности;

- образование и воспитание ребенка;

- улучшение внутренней природы, - терапию средой, сказочной обстановкой, в которой может раскрыться личностный потенциал [6, с.125].

Сказкотерапия – это слово, появившееся в русском языке сравнительно недавно. И, как свойственно каждому еще не устоявшемуся термину, он у разных специалистов вызывает многообразные ассоциации. Для одних «сказкотерапия» – это лечение сказками. Для других – прием коррекционной работы, для третьих – способ передачи основных знаний о жизни [9, с.7].

Сказкотерапия – это учение и язык одновременно. Учение – потому что сказки, притчи, легенды, мифы хранят информацию о том, как люди ищут, соприкасаются, переживают присутствие или отсутствие общечеловеческих ценностей: Любви, Истины, Сотрудничества, Самодисциплины, Достоинства. Язык – потому что увлекательный сюжет легко воспринимается, усваивается, запоминается. А значит, легко усваиваются и запоминаются основные ценности, и душа человека напитывается добром.

Каждому возрасту, каждому поколению подбирается свой язык, свой сюжет, свой образный ряд, понимая, что внутреннюю реальность человека невозможно описать сухим языком психологических терминов. Ее можно описать только языком сказки.

Сказка – язык, посредник для того, чтобы мы могли говорить друг с другом на тонкие темы, созвучные нашей душе. Язык, на котором иногда уговаривают душу человека пробудиться ото сна, навеянного социальными иллюзиями и эгоистическими ожиданиями. Сказку нередко гонят от себя, но, отогнав, создают новые сказочные истории. Примерами «новых сказок» являются современные сериалы, многие кинофильмы и т.д. Этот процесс не является приметой только нашего времени. Так было всегда. Восприятие человека меняется, появляются новые сказочные образы, места действия, но базовый конфликт и механизм развития сюжета остаются и многократно повторяются в жизни отдельного человека, а также этнических и социальных групп.

Сказкотерапия является древним психологическим и педагогическим методом. Знания о мире, о философии жизни передавались из уст в уста, переписывались, читались, впитывались испокон веков. Сегодня мы соотносим с этим явлением термин «сказкотерапия», понимая под ним способы передачи знаний о духовном пути души и социальной реализации человека. Именно поэтому мы называем сказкотерапию воспитательной системой, сообразно духовной природе человека.

Сказкотерапию можно назвать «детским» методом потому, что она обращена к числу и восприимчивому детскому началу каждого человека.

Сегодня можно говорить о методе сказкотерапии – методе, который использует сказочную форму для интеграции личности, развития творческих способностей, расширения сознания и взаимодействия с окружающим миром.

Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева говорит, что сказкотерапия – это процесс поиска смысла, расшифровки знаний о мире и системе взаимоотношений в нем; процесс образования связи между сказочными событиями и поведением в реальной жизни; процесс переноса сказочных смыслов в реальность; процесс активизации ресурсов, потенциала личности [6, с.128].

Тексты сказок вызывают интерес, как у детей, так и у взрослых, в них можно найти полный перечень человеческих проблем и способов их решения. Образы сказок обращаются одновременно к двум психическим уровням: к уровню сознания и подсознания, что дает особые возможности при коммуникации.

На примере героев сказок у человека происходит осмысление собственной жизни. Воздействуя на сознание и подсознание, сказка может помочь ему определить верный путь решения своих проблем, а, спроецировав поступок героя сказки на современную жизнь, изменив свое мышление и поведение, человек может стать на путь личностного развития, излечение невротических расстройств и соматических заболеваний.

Известно, что наши предки занимались воспитанием детей, рассказывая им занимательные истории, сказки. Прежние бабушки и дедушки не спешили наказывать провинившееся дитя. Они рассказывали историю или сказку, из которой становился явный смысл проступка. Многие обычаи предохраняли детей от напастей. К сожалению, сегодня не многие знают обычаи, не понимают их смысла, считают «пережитком прошлого».

В обычаях, сказках, мифах, легендах, описаны основы безопасной и созидательной жизни. Главное, заронить в душу ребенка зерно осмысления. А для этого необходимо оставить его с вопросом внутри.

Современному ребенку мало прочитать сказку, раскрасить ее героев, поговорить о сюжете. С ребенком третьего тысячелетия необходимо осмыслять сказки, вместе искать и находить скрытые смыслы и жизненные уроки. И в этом случае сказки никогда не уведут ребенка от реальности. Наоборот, помогут ему стать в реальной жизни активным созидателем. Чтобы разгадать сказочные уроки, нам, взрослым, не обязательно все знать заранее. Перед совместным размышлением не нужно перечитывать всю литературу по сказкотерапии и практической психологии. «Разгадывание», «расшифровка» – это живой творческий процесс, совместная радость мышления и познания. Если вы чего-то не знаете, стройте предложения, соотносите – сказочные ситуации с реальностью, фантазируйте и шутите. Ведь на самом деле именно сомышление, сопознание, сотворчество с взрослыми является основной движущей силой развития ребенка.

Определим основные виды сказок и формы работы со сказками.

Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева выделяет следующие основные виды сказок для коррекционных занятий.

* Дидактические сказки
* Психокоррекционные сказки
* Психотерапевтические сказки.
* Медитативные сказки [9, с.115].

Знакомство человека со сказкой начинается с первых лет его жизни. Сказки помогают воспитанию глубины чувств и эмоциональной отзывчивости маленького слушателя. Сопереживая ребенок интуитивно, с помощью чувств, постигает то, что он еще в силу возраста не всегда может осмыслить разумом. А ведь память чувств самая сильная и остается с человеком на всю жизнь.

Кроме того сказки развивают воображение маленького человека, учат его

фантазировать. А ведь детские фантазии – необходимое условие полноценного развития личности ребенка, залог его душевного благополучия. В дошкольном возрасте фантазия выступает как средство усвоения жизненного опыта.

Сказка не только воспитывает и учит житейской мудрости – она еще и лечит. Специалисты по детской психологии утверждают, что сказка помогает ребенку справляться со стрессовыми нагрузками. А проигрывание сказочных ситуаций, особенно конфликтных, способствует решению спорных вопросов, которые иногда кажутся детям неразрешимыми в жизни. Знакомство дошкольника со сказкой, разнообразные дидактические игры на ее основе, последующая инсценировка сказочного сюжета способствуют получению новых знаний, развитию всех высших психических функций и творческих способностей ребенка. Помогает, избавится от страхов, агрессии, тревожности.

Сказка активизирует и побуждает сознание ребенка, открывает новые возможности взаимодействия его с окружающим миром, является залогом эмоционально-личностного развития.

ВЫВОДЫ ПО ПЕРВОЙ ГЛАВЕ

Анализируя выше сказанное, мы выяснили, что страх это специфическое острое эмоциональное состояние. Узнали, что существует предположение – страхи изменяются с возрастом и в определённой степени отражают исторический путь самосознания человека. В главе выделены причины возникновения страхов у детей:

1. Наличие страхов у родителей (главным образом у матери): тревожность в отношении с ребенком, избыточное ограждение его от опасностей и изоляции от общения со сверстниками. Наиболее подвержены этому виду страха единственные дети в семье, которые нередко становятся эпицентром родительских забот и тревог. гиперопекающее поведение – чрезмерное оберегание, «сдувание пылинок» с ребенка – формирует в маленьком человеке ощущение слабости, неуверенности, беззащитности перед окружающим миром, наполненного опасностями.

2. Ранняя рационализация чувств ребенка, обусловленная чрезмерной требовательностью родителей или их эмоциональным отвержением детей.

3. Большое количество запретов со стороны родителей своего пола или предоставление полной свободы ребенку родителем другого пола, а также многочисленные и нереализуемые угрозы со стороны взрослых.

4. Отсутствие условий для ролевой идентификации с родителем своего пола, преимущественно у мальчиков, создающее проблемы в общении со сверстниками и порождающее неуверенность в себе.

5. Конфликтные отношения между родителями. Эмоциональная чувствительность детей к конфликту родителей имеет тенденцию усиливаться с возрастом. Особенно ранимы в этом смысле девочки в силу их большей восприимчивости по сравнению с мальчиками.

6. Постоянно испытываемые матерью нервно-психические перегрузки вследствие вынужденной или преднамеренной подмены семейных ролей.

7. Психические травмы типа испуга, обостряющие возрастную чувствительность детей и приводящие к возникновению ощущения опасности.

8. «Заражение» страхами в процессе непосредственного общения со сверстниками и взрослыми.

В психолого-педагогической литературе предлагается множество методик по коррекции и профилактике детских страхов. И для того чтобы добиться успехов в коррекционной деятельности необходимо учитывать индивидуальные особенности и ведущую деятельность данной возрастной группы детей – игровую. Использование ее в основных направлениях развития и образования детей выбрали для себя наиболее эффективный путь выявления и преодоления психического неблагополучия ребёнка. Одной из новых технологий в психолого-педагогической диагностики и коррекции детей стала сказкотерапия.

Знакомство дошкольника с народной сказкой, разнообразные дидактические игры на ее основе, последующая инсценировка сказочного сюжета способствует получению новых знаний. Развитию всех психических функций и творческих способностей ребенка.

Сказкотерапия содержит в себе большие возможности диагностического и коррекционного плана. Исследования показывают, что сказка содержи в себе информацию о жизненно важных явлениях, ценностях, о внутреннем мире автора и воздействует не ребенка непосредственно, «минуя барьеры, которые ставит перед педагогом интеллект ребенка» (Зинкевич-Евстигнеева).

С помощью сказкотерапии и игр по сказкотерапии можно проводить: диагностику детей, определить степень страха и уровень тревожности детей; снизить определенный страх и уровень тревожности. Современному ребенку мало просто, прочитать сказку, раскрасить ее героев, поговорить о сюжете. С ребенком третьего тысячелетия необходимо осмыслять сказки, вместе искать и находить скрытые смыслы и жизненные уроки. И в этом случаи сказки никогда не уведут ребенка от реальности.

**ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПО ВЫЯВЛЕНИЮ ДЕТСКИХ СТРАХОВ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

**2.1. Организация исследования**

В ходе проведения диагностики уровня развития страха у детей среднего дошкольного возраста нами были использованы тест Захарова, модифицированный М. А. Панфиловой «Страхи в домиках». Тест опросник А. И. Захарова « Страхи детей » и проективная методика А. И. Захарова « Мои страхи ».

**Цель**: выявление и уточнение преобладающих видов страхов детей старшей гр

**Сроки проведения**: март – май 2014 г.

**Место**: групповая комната старшей группы.

**Участники**: 20 детей старшей группы в возрасте 5 – 6 лет

**Таблица 1 - Участники исследования**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Имя ребенка | Возраст | Имя ребенка | Возраст |
|  | 5.9 лет |  | 5.7 лет |
|  | 6 лет |  | 5.7 лет |
|  | 5.7лет |  | 5.5 лет |
|  | * 1. лет |  | 5.8 лет |
|  | 5.4лет |  | 5.6 лет |
|  | 5.8 лет |  | 5.7 лет |
|  | 5.6 лет |  | 5.9 лет |
|  | 5.6 лет |  | 5.7лет |
|  | 5.9 лет |  | 5.8 лет |
|  | 5.8 лет |  | 6 лет |

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. В последующем самим родителям уточнить, чего именно, и насколько боится ребенок. Для выяснения всего спектра страхов мы выбрали методику «Страхи в домиках».

Данная методика построена в соответствии с тестом «Красный дом – чёрный дом» А. И. Захарова. М. А. Панфилова модифицировала этот тест и назвала его «Страхи в домиках». Данное тестирование проводится с одним ребёнком или группой детей или подростков. Детям предлагается заселить страшные страхи в чёрный домик, а не страшные – красный. Отметим, что страхи в чёрном доме подсчитываются с возрастными нормами, предложенными А. И. Захаровым (см. таб. №2).

**Таблица 2 - Возрастные нормы по А. И. Захарову**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Возраст ребёнка | Число страхов | |
| Мальчики | Девочки |
| 3 года | 9 | 7 |
| 4 года | 7 | 9 |
| 5 лет | 8 | 11 |
| 6 лет | 9 | 11 |
| 7 лет дошкольники | 9 | 12 |
| 7 лет школьники | 6 | 9 |
| 8 лет | 6 | 9 |

**Предварительная работа**: Взрослый рисует контурно два дома (на одном или на двух листах): черный и красный.

**Инструкция:** педагог предлагает расселить в домики страхи из списка (взрослые называет по очереди страхи). Записывать нужно те страхи, которые ребенок поселил в черный домик, т.е. признал, что он боится этого. У детей постарше можно спросить: «Скажи, ты боишься или не боишься …».

Беседу следует вести неторопливо и обстоятельно, перечисляя страхи и ожидая ответа «да» – «нет» или «боюсь» – «не боюсь». Повторять вопрос о том, боится или не боится ребенок, следует только время от времени. Тем самым избегается наводка страхов, их 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.

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

**Анализ полученных результатов:** экспериментатор подсчитывает страхи в черном доме и сравнивает их с возрастными нормами. Совокупные ответы ребенка объединяются в несколько групп по видам страхов. Если ребенок в трех случаях из четырех-пяти дает утвердительный ответ, то этот вид страха диагностируется как имеющийся в наличии. Всего в основном списке 29 различных страхов. Из 31вида страхов, выделенных автором, у детей наблюдаются от 6 до 15. У городских детей возможное количество страхов доходит до 15. 0-12-низкий уровень выраженности страха, 13-15-средний уровень выраженности страха, 16-29-высокий уровень выраженности страха.

Так, высокий уровень выраженности страха предполагает такие особенности, как неадекватная самооценка, тревожность, напряженность, пугливость, ребенок не достаточно общителен, проявляет подозрительность и недоверчивость к окружающим. Средний уровень страха предполагает достаточную общительность, не напряженность, быстроту ответов на вопросы. Низкий уровень страха характеризуется наименьшей тревожностью, не напряженностью, уверенностью в себе, общительностью, налаженностью отношений с окружающими, преобладанием повышенного настроения, быстротой ответов на вопросы.

**Инструкция для ребенка**: «В черном домике живут страшные страхи, а в красном – не страшные. Помоги мне расселить страхи из списка по домикам».

Ты боишься:

1. когда остаешься один;

2. нападения;

3. заболеть, заразиться;

4. умереть;

5. того, что умрут твои родители;

6. каких-то детей;

7. каких-то людей;

8. мамы или папы;

9. того, что они тебя накажут;

10. Бабы Яги, Кощея Бессмертного, Бармалея, Змея Горыныча, чудовища. (У школьников к этому списку добавляются страхи невидимок, скелетов, Черной руки, Пиковой Дамы - вся группа этих страхов обозначена как страхи сказочных персонажей);

11. перед тем как заснуть;

12. страшных снов (каких именно);

13. темноты;

14. волка, медведя, собак, пауков, змей (страхи животных);

15. машин, поездов, самолетов (страхи транспорта);

16. бури, урагана, наводнения, землетрясения (страхи стихии);

17. когда очень высоко (страх высоты);

18. когда очень глубоко (страх глубины);

19. в тесной маленькой комнате, помещении, туалете, переполненном автобусе, метро (страх замкнутого пространства);

20. воды;

21. огня;

22. пожара;

23. войны;

24. больших улиц, площадей;

25. врачей (кроме зубных);

26. крови (когда идет кровь);

27. уколов;

28. боли (когда больно);

29. неожиданных, резких звуков, когда что-то внезапно упадет, стукнет (боишься, вздрагиваешь при этом);

Еще 2 страха - сделать что-либо не так, неправильно (плохо - у дошкольников);

опоздать в сад (школу) – можно определить дополнительно. Вместе со страхом опоздать подобная триада страхов безошибочно укажет на наличие социальной тревожности как повышенного фона беспокойства. Это может быть и нормой, но не раньше 8-9 лет и при отсутствии навязчивых опасений и сомнений на данный счет.

Обработка результатов проведённой диагностики, где определяет, у кого из воспитанников какие преобладают страхи в соответствии данными в таблице. Все перечисленные здесь страхи можно разделить на несколько групп.

**Таблица 3 - Группы страхов по Захарову**

|  |  |
| --- | --- |
| **Вид страха** | **№ вопроса** |
| 1. «Медицинские» страхи | 3, 25, 26, 27, 28 Σ = 5 |
| 2. Страхи, связанные с причинением физического ущерба | 2,9, 20,21, 22, 23, 29 Σ = 7 |
| 3. Страхи животных и сказочных персонажей | 10,14 Σ = 2 |
| 4. Социально-опосредованные страхи | 1, 6, 7, 8, Σ 4 |
| 5. Страхи смерти | 4, 5 Σ = 2 |
| 6. «Пространственные» страхи | 15, 16,17, 18, 19, 24 Σ = 6 |
| 7. Страхи кошмарных снов и сновидений | 11, 12, 13,Σ = 3 |

Наличие большого количества разнообразных страхов у ребенка – это показатель преневротического состояния. Протоколы исследования детских страхов представлены в приложении (см. приложение 1. таб. 1).

В своей работе также мы использовали опросник Захарова, где ребенку задавался вопрос: «Скажи, пожалуйста, ты боишься или нет…».

Цель: выявление количества и группы детских страхов, с чем это связано.

Вопросы:

остаться один;

заболеть;

умереть;

каких-то детей;

воспитателей;

того, что тебя накажут;

Бабу-Ягу, Кощея, Бармалея;

страшных снов;

темноты;

волка, медведя, пауков, змей;

машины, поездов, самолетов;

бури, грозы, наводнения;

высоты;

в маленькой темной комнате;

воды;

огня, пожара;

войны;

врачей (кроме зубных);

крови;

уколов;

боли;

резких звуков (когда что-то упадет, стукнет).

**Проективная методика А. И. Захарова « Мои страхи ».**

**Цель:** выявление страхов у детей.

**Инструкция для детей:** « Давайте нарисуем то, чего вы больше всего боитесь».

После предварительной беседы, актуализирующей воспоминания ребенка о том, что его пугает, ему предлагают лист бумаги и цветные карандаши. В процессе анализа обращается внимание на то, что ребенок нарисовал, а также на цвета, использовавшиеся им в процессе рисования. По окончании рисования ребенка просят рассказать о том, что он изобразил, т. е. вербализовать свой страх. Ребенок может спросить у взрослого, как нарисовать страх. Подсказать можно, но в самых общих чертах — так, чтобы на визуальное воплощение детской фантазии не повлиял субъективизм взрослого. К примеру, если ребенок спрашивает, как нарисовать Бабу Ягу, следует ответить: "Нарисуй ее так, как ты видишь!" "А как я ее вижу? — может спросить ребенок. — Какое у нее лицо, нос?" Отвечайте приблизительно так: "Нарисуй большой нос крючком и большие зубы". Взрослый, таким образом, не навязывает ребенку свое представление, а только подталкивает его к тому, чтобы его собственное представление образа более четко отразилось в сознании.

Оценка уровня выраженности страха осуществлялась по следующим показателям: что ребенок нарисовал, какие цвета преобладают в изображениях ( черный, красный, синий либо розовый, желтый, голубой ), яркость рисунков, четкость или расплывчатость контуров, нажим карандаш.

Анализ полученных результатов:

Высокий уровень страха предполагает неуверенность в себе, нерешительность, низкую самооценку, недоверчивость к окружающим, присутствие агрессия и подозрительности. Средний уровень страха - общительность, адекватная самооценка, уверенность в себе. Низкий уровень страха - достаточная уверенность в себе, общительность, преобладание повышенного настроения.

**2.2. Результаты исследования**

В результате проделанной работы, с помощью выбранных методик было выявлено, что среди детей преобладают медицинские страхи – 75%. Страхи кошмарных снов и сновидений 60%.Страхи животных и сказочных персонажей, страх смерти составляют 55% ,это чуть больше половины группы. Страхи, связанные с причинением физического ущерба составляют 40%. Менее выражены, социально-опосредованные страхи и пространственные страхи. В процентном соотношении результаты представлены на графике (см. приложение 2).

**Результаты диагностики наличия страхов у детей 5-6 лет**

Диаграмма 1- **Результаты диагностики наличия страхов у детей 5-6 лет**

Таким образом, результаты проведенной в экспериментальной группе детей диагностике, свидетельствуют о наличии у дошкольников определенных видов страха. Подробно этапы исследования представлены в приложении 3. Исследование ограничилось не только выявлением наличия страха у детей группы, также были установлены некоторые виды страхов свойственные больше для мальчиков – страх войны, для девочек – страх сказочных героев, страх смерти (см. приложение 4).

Это связано с тем, что девочки более эмоционально восприимчивы, чем мальчики, у них более развита фантазия.

Почти все дети испытывают страх перед уколами, зачастую это свойственно и нам взрослым, каждый из нас знает, насколько неприятна эта процедура.

В ходе работы мы выяснили, что некоторые дети приобрели свои страхи:

Богдан – страх перед животными – укусила собака;

Кристина – страх заболеть – девочка тяжело болела и лежала в больнице;

Вероника – страх машин – ребенка укачивает в машине; страх резких звуков – напугали соседи во время ремонта;

Тарас, Варя – страх темноты – дети проснулись ночью и не сразу увидели родителей.

Страхи детей связанные со страшными снами говорят о том, что у детей еще не полностью сформирована нервная система. Их эмоциональная сфера не готова к восприятию той информации, которая нас окружает в повседневной жизни.

Мы выяснили, что взрослые знают о страхах своих детей и стараются помочь. Но есть и такие родители, которые не обращают внимание и считают их естественными.

Методика «Мои страхи» позволила отследить те персонажи, которые пугают детей в среднем и старшем дошкольном возрасте. В своих рисунках 6 человек из 20 изобразили змей различной длины и окрасов; медведя изобразили 5 детей, дерево нарисовал 1 ребёнок, изобразили крыс, мышей и пауков 5 детей, скелет нарисован у 7 человек, металлическая фигура и роботы у 6 детей, монстров изобразили 12 человек это составляют 60% группы. Призраков и привидения 8 детей (40%); ночь и темноту 16 детей (80%) (см. приложение 6). Рисунки получились самые разнообразные. Некоторые дети не нарисовали страх вообще, а некоторые нарисовали несколько рисунков. Другие дети смогли нарисовать рисунок и преодолеть барьер страха в своём сознании, и отразить волевым, целенаправленным усилием то, о чём он старается не думать. Рисование страхов детьми не привело к его усилению, а наоборот, снижает напряжение от тревожного ожидания его реакции. В рисунках страх уже во многом реализован, как нечто уже происшедшее, фактически случившееся; остаётся меньше недоказанного, неясного, неопределённого. Вместе всё это снимает аффективно травмирующее звучание страха и психике ребёнка.

ВЫВОДЫ ПО ВТОРОЙ ГЛАВЕ

В результате проделанной работы, с помощью выбранных методик было выявлено, что среди детей преобладают медицинские страхи – 75%. Страхи кошмарных снов и сновидений 60%.Страхи животных и сказочных персонажей, страх смерти составляют 55% ,это чуть больше половины группы. Страхи, связанные с причинением физического ущерба составляют 40%. Менее выражены, социально-опосредованные страхи и пространственные страхи. …….

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Эмоциональное развитие ребенка – это богатство его чувств, их разнообразие. Дети радуются, плачут, испытывают страх, печаль, тревогу. Однако у разных детей различна глубина и интенсивность эмоций. Эти характеристики зависят от физиологических, психологических и социальных факторов. В каждом возрасте наблюдаются так называемые нормативные страхи, которые появляются как результат развития интеллектуальной сферы и воображения. При благоприятных обстоятельствах жизни ребенка такие страхи исчезают: дети из них «вырастают». Но бывают случаи, когда страхи накапливаются, нарастая как снежный ком, мешают личностному развитию ребенка и создают для него адаптационные, невротические и другие проблемы.

Не случайно говорят: человек рождается дважды – первый раз физически и второй – духовно. Человеку необходимо расширять свои возможности. Для ребенка главным препятствием развития возможностей и соответственно источником тревоги становится неодобрение его поведения взрослым. В результате вырастает психопатический асоциальный человек, плохо интегрирующийся в общество, враждебный ему.

Нестабильность нашей жизни, многочисленные социальные проблемы, издержки воспитания детей в семье и детском саду и целый ряд других факторов — вот причины появления у современных дошкольников невротических отклонений. Предупредить их формирование можно, используя комплекс продуманных социальных, психолого-педагогических и медицинских мероприятий, имеющих психопрофилактическую направленность и расширяющих диапазон воздействия воспитателя на эмоциональное развитие ребенка. Но, прежде всего, необходимо своевременно диагностировать отклонения в поведении ребенка, его склонность к беспокойству и страхам, отсутствие адекватной психологической защиты, неблагоприятно сказывающихся на самочувствии ребенка, создающих определенные трудности в его жизни. На практике бывает нелегко четко, однозначно понять: страдает ребенок невротическими отклонениями или же поведенческие проблемы объясняются недостатками воспитания и особенностями характера.

В ходе написания работы была достигнута цель – раскрыть возможности сказкотерапии в коррекции детских страхов. Так же были раскрыты все поставленные задачи и выявлено наличие страхов детей старшей группы МБДОУ д/с № 23 «Фонтанчик».

Таким образом, можно сделать следующие выводы:

1. Страх играет немаловажную роль в жизни ребёнка, с одной стороны, он может уберечь от необдуманных и рискованных поступков. С другой – положительные и устойчивые страхи препятствуют развитию личности ребёнка, сковывают творческую энергию, способствуют формированию неуверенности и повышенной тревожности.
2. Страхи неизбежно сопровождают развитие ребенка и появление различных эмоциональных нарушений, психологических проблем связано с рядом неблагоприятных событий, произошедших в детстве.
3. Профилактика страхов состоит, прежде всего, в воспитании таких качеств, как оптимизм, уверенность в себе, самостоятельность. Ребенок должен знать то, что ему положено знать по возрасту, о реальных опасностях и угрозах, и относиться к этому адекватно.
4. Коррекция страхов осуществляется посредством игротерапии, сказкотерапии, арттерапии, индивидуально-групповых занятий, улучшения детско-родительских отношений.
5. Важность активной коррекционной работы с детскими страхами обусловлена тем, что сам по себе страх способен оказывать патогенное влияние на развитие различных сфер личности ребёнка.
6. Сказкотерапия содержит в себе большие возможности диагностического и коррекционного плана. Исследования показывают, что сказка содержит в себе информацию о жизненно важных явлениях, ценностях, о внутреннем мире автора и воздействует не ребенка непосредственно, «минуя барьеры, которые ставит перед педагогом интеллект ребенка». Сказка активизирует и побуждает сознание ребенка, открывает новые возможности взаимодействия его с окружающим миром, является залогом эмоционально-личностного развития.
7. С помощью сказкотерапии и игр по сказкотерапии можно проводить: диагностику детей, определить степень страха и уровень тревожности детей; снизить определенный страх и уровень тревожности. На занятиях по сказкотерапии дети раскрепощаются и легко идут на контакт.

Понимание чувств и желаний детей, их внутреннего мира, а также положительный пример родителей, самокритичное признание своих недостатков и их преодоление, перестройка неправильных, неадекватных отношений с ребенком, гибкость и непосредственность в воспитании, уменьшение тревожности, излишней опеки и чрезмерного контроля создают необходимые предпосылки для успешного устранения страхов.

И немаловажные рекомендации родителям (см. приложение 4): решиться помочь детям полностью избавиться от страхов – это значит принять активное участие в их жизни. Достигается это совместной деятельностью, прогулками, детскими спектаклями, рисованием красками, увлекательными походами и различными спортивными мероприятиями. Любая возня с родителями и сверстниками, подвижные игры, смех, шутки, как и чтение, разыгрывание сказок и несложных, придуманных детьми историй, способны создать эмоционально лучшие условия для детства, не омраченного страхами, с которыми не может справиться ребенок.

В дальнейшей работе мы планируем подобрать комплекс игр по сказкотерапии для групповой и индивидуальной коррекционной работы.

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Бреслав, Г. М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве [Текст] / Г. М. Бреслав. - М.: Педагогика, 1995. - 181с.
2. Варга, А. Я. Системная семейная психотерапия: Краткий лекционный курс [Текст] / А. Я. Варга. - М.: Питер, 2001. - 278с.
3. Вард, И. Фобия [Текст] / И. Вард. - М.: Проспект, 2002. – 78с.
4. Венгер, А. Л. Психологическое консультирование и диагностика [Текст] / А. Л. Венгер. - М.: Генезис, 2001. - 128с.
5. Возрастная психология: Детство, отрочество, юность [Текст]: Хрестоматия: Учеб. Пособие для студ. Пед.вузов /Сост и научю ред. В.С. Мухина, А.А. Хвостов. - М.: Изд. Цент "Академия", 2003. - 624 с.
6. Вологодина, Н. Г. Детские страхи днём и ночью [Текст] / Н Г. Вологодина. - М.: «Феникс», 2006. - 106с.
7. Вологодина, Н. Г. Детские страхи днём и ночью [Текст]:/ Н Г. Вологодина. - М.: «Феникс», 2006. - 106с.
8. Выготский, Л. С. Детская психология: Собрание Сочинений [Текст] / Л. С. Выготский. - М. , 2002. - 336 с.
9. Громова, Т. В. Страна эмоций: Методика как инструмент диагностической и коррекционной работы с эмоционально-волевой сферой ребёнка [Текст] / Т. В. Громова. – М.: УЦ «Перспектива», 2002. – 48 с.
10. Жигарькова О. Время тревожных детей [Текст] / О. Жигарькова // Психологическая газета. – 2001. – №11. – с. 6–7.
11. Жигарькова, О. Время тревожных детей: Психологическая газета [Текст] / О. Жигарькова. - М.: 2001. - №11. - с. 6-7.
12. Захаров, А. И. Дневные и ночные страхи у детей [Текст]/ А. И. Захаров. – СПб.: Речь, 2005. – 320с.
13. Зверева О.Л., Ганичева А.Н. [Текст] / О. Л. Зверева, А.Н. Ганичева // Семейная педагогика и домашнее воспитание. – М.: Проспект, 1999. – 308 с.
14. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Основы сказкотерапии. [ Текст]/ Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева. – С-Петербург.: Речь, 2006. – 170 с.
15. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Проективная диагностика в сказкотерапии [Текст] /Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева.– С-Петербург: Речь, 2005. – 202 с.
16. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Тренинг по сказкотерапии [Текст] /Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева.– С-Петербург.: Речь, 2006. – 169 с.
17. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Формы и методы работы со сказками. [Текст] /Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева – С-Петербург.: Речь, 2006. – 233 с.
18. Ибашаджиева Л.. Эмоциональные образы страха у дошкольников [Текст] Л. Ибашаджиева //Дошкольное воспитание. – 2009. - №8. –С.18-22.
19. Коренева, Е. Н. Детские капризы [Текст] / Е Н. Коренева. - Ярославль: Академия развития, 2001. - 75с.
20. Котова, Е. О профилактике детской тревожности: Ребёнок в детском саду [Текст] / Е. О. Котова. - М. : 2003. - №5 . - с. 34.
21. Куличковская Е.В., Степанова О.В. Как преодолеть свой страх? Развивающие сказки и игры для дошкольников и младших школьников [Текст] Е.В.Куличковская, – СПб.: Речь, 2008. – 137 с.
22. Леви В. Л. Приручение страха [Текст] / В. Л. Леви. – М.: Метафора, 2006. - 192с.
23. Лешкова Т. Коробка со страхами [Текст] Т Лешкова. // Дошкольное воспитание. – 2004. – № 10. – с. 30–32.
24. Панфилова М.А. Клинический психолог в работе с детьми различных патологий (с задержкой психического развития и с хроническими соматическими заболеваниями). [Электронный ресурс] // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. 2011. N 6. Режим доступа: http:// medpsy.ru - 31.05.14.
25. Погосова. Н.М. Погружение в сказку. Сказкотерапевтические программы. [Текст] / Н.М. Погосова – СПб.: Речь, 2006. – 208 с.
26. Романов, А. Расстройство поведения и эмоций у детей в целом [Текст] / А. Рманов. - М.: изд-во «Плэйт», 2003. - 58с.
27. Семиотика страха. Сборник статей. [Текст] – М.: Русский институт: Европа, 2005. - 456с.
28. Снегирёва, Т. Детские рисунки глазами психолога [Текст] / Т. Снегирева. : Обруч. - 2002. - №5. - с. 5-6.
29. Спиваковская А. Психотерапия: игра, детство, семья. В 2 частях. Часть 2 [Текст] / А. Спиваковская. - ООО Апрель Пресс, ЗАО Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. - 304 с.
30. Спиваковская, А. С. Профилактика детских неврозов [Текст] / А. С Спиваковская. - М. : ,2000.
31. Степанова, В. А. Проявление эмоциональности детей дошкольного возраста в рисунке [Текст] / В. А. Степанова // Психолог в детском саду: научно – методический журнал - 2003. - №4. - с. 46-60.
32. Степанова, В. А. Проявление эмоциональности детей дошкольного возраста в рисунке [Текст] / В. А. Степанова // Психолог в детском саду: научно – методический журнал - 2003. - №4. - с. 46-60.
33. Степанова, Е. Поиграем в «забавные страхи и смешные ужасы»? [Текст] / Е. Степанова. : Дошкольное воспитание. - 2003. - №5. - с. 65-68.
34. Ферс, Г. М. Тайный мир рисунка: Исцеление через искусство [Текст] / Г. М. Ферс. – СПб.: Европейский дом, 2002. – 288с.
35. Фридман, Л. М. Психология детей и подростков: справочник для учителей и воспитателей [Текст] / Л. М. Фридман. - М. : Изд-во Института Психотерапии, 2003. - 480с.
36. Шапиро, А. З. Психолого-гуманистические проблемы позитивно-негативных внутрисемейных отношений [Текст] / А. З. Шапиро. : Вопросы психологии. - 2004. - №4. - с. 45-46.
37. Шванцара, Л. Й. Развитие детских графических представлений: Диагностика психического развития [Текст] / Л. Й Шванцара. : Прага: мед. изд-во АВИЦЕНУМ, 2000.
38. Шванцара, Л. Й. Развитие детских графических представлений: Диагностика психического развития [Текст] / Л. Й Шванцара. : Прага: мед. изд-во АВИЦЕНУМ, 2000.
39. Широкова, Г. А. Справочник дошкольного психолога / Г. А Широкова. - М. : Ростов н/Д: Феникс, 2003. - 384с.
40. Шишова Т. Страхи – это серьезно. [Текст] / Т. Шишова. - М.: Издат. дом. «Искатель», 2004. - 94с.
41. Яковлева, Н. Г. Психологическая помощь дошкольнику [Текст] / Н. Г. Яковлева. - СПб.: Валерии СПД, М.: ТЦ Сфера, 2002. - 112с.
42. “Здравствуй мир” [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://mothercity.ru>. – 05.05.2014.
43. “Воспитание” [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.vospitaj.com>. – 02.05.2014.