**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТОДОВ АРТ-ТЕРАПИИ ПРИ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ СТРАХОВ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

*«То, что является творческим, зачастую  
терапевтично, то, что терапевтично,   
часто представляет творческий процесс»  
Карл Роджерс*

Дети часто страдают от страхов. Это происходит в силу многих причин. Яркое воображение ребенка, впечатлительность — возможные причины детских страхов. Конечно же, есть и более глубокие причины, которые обычно скрываются в семейных отношениях. А работая с детьми, очень важно использовать как можно более гибкие формы воздействия на психику. Такую возможность нам предоставляет метод арт-терапии, который помогает ребенку осознать, проиграть и пережить конфликтную ситуацию или проблему удобным и доступным для его психики способом.

Арт-терапия – направление в психотерапии и психологической коррекции, основанное на искусстве (в первую очередь изобразительном) и творческой деятельности. Ее целью явля­ется гармонизация развития личности через развитие способ­ности самовыражения и самопознания.

Метод построен на теории психомоторной связи. По И.М. Се­ченову, всякое представление, возникающее в психике, любая тенденция, связанная с этим представлением, заканчиваются движением. Если реальное движение по какой-то причине не осу­ществляется, то в соответствующих группах мышц суммируется определенное напряжение энергии, необходимой для осуществ­ления ответного движения. Так, например, образы и мысли представления, вызывающие страх, стимулируют напряжение в груп­пах ножной мускулатуры и в мышцах рук, что оказалось бы не­обходимым в случае ответа на страх бегством или защитой с помощью рук - ударить, заслониться.

К. Юнг в своих работах также отмечал, что подсознательное мож­но осознать, растормозив кинестетическую память о пережитом.

О. И. Качурина предполагает, что «Я» человека отражается в зрительных образах спонтанно, когда ребенок не задумывается о том, что он рисует, лепит и т.д. Автор указывает на то, что художественные продукты деятельности отражают все виды подсознательных процессов (страхи, внутренние конфликты, воспоминания детства, сновидения). При их словесном описании у ребенка могут возникнуть затруднения, именно поэтому невербальные средства, часто являются единственно возможными для выражения и прояснения сильных переживаний [3].

Исследованием в области детских страхов занимались такие ученые, как Дж. Боулби, С. Рэчмен, Ю. А. Кочетова, А. И. Захаров, Л. Д. Лебедева, В.Г. Колягина, А. М. Пихожан, В. И. Лубовский и т.д. В трудах Джона Боулби подробно раскрыта этиология детских страхов. В середине XX века А.И. Захаров разработал классификацию детских страхов, А. М. Прихожан посвятила свои исследования коррекции страхов и тревожности детей.

Л. А. Золоторёва отмечает, что в процессе психотерапии могут эффективно использоваться искусство, в частности, художественная (творческая) деятельность как средство собственной активности индивида. Коррекционная работа по преодолению страхов с помощью искусства, как отмечает Л. А. Золотарева, помогает в гармонизации внутренней и социальной жизни людей, одним из методов такого психологического воздействия является арт-терапия. Арт-терапия позволяет избавиться ребенку от чрезмерного напряжения, внутреннего конфликта.

Преимуществом [арт-терапии](http://healingarts.ru/art-terapiya-kak-eto-rabotaet/) является ее игровой, близкий к повседневной деятельности детей характер, позволяющий актуализировать и решить проблему. Это один из способов обретения контроля над ситуацией, доступный ребенку. Первоначально малыш боится передавать свою тревогу в виде образов, и преодоление внутреннего барьера и начало творческой работы является первым шагом к последующему исцелению. Затем ребенок «приручает», а в ряде случаев и «называет» свою боязнь, превращая нечто жуткое и тревожное в безобидный рисунок, который можно порвать, или в фигурку из пластилина, которую легко смять. Постоянное чувство тревоги и страха превращается в художественный образ, в объект творческой манипуляции. В художественной форме малыш выражает свои переживания и желания, дает выход эмоциям, перекраивая реальные травмирующие ситуации.

Наиболее действенна арт-терапия при избавлении от воображаемых страхов и от страхов, вызванных достаточно давними реальными событиями. По отношению к «свежим» страхам этот метод несколько менее успешен.

**Этапы работы со страхом в арт-терапии**

*Первый этап арт-терапии* носит подготовительный характер и заключается в установлении контакта между ребенком и психологом, между детьми в группе, привыкании к новой обстановке и ознакомлении с правилами работы. Очень важно объяснить ребенку, что его творческая деятельность не будет оцениваться, и что он не должен ориентироваться на чьи-либо ожидания.

Со *второго этапа* начинается само преодоление боязни у детей: на этом этапе формулируется проблема и начинается эмоциональное раскрытие. Ребенок называет свой страх и изображает его избранными методами: рисует, помещает в условное пространство сказки, лепит и т. д. Этот этап продолжается до тех пор, пока травмирующая ситуация не будет раскрыта полностью и все связанные с ней негативные эмоции не будут изжиты. Очень важна динамика творческого процесса, отражающая как особенности личностного развития, так и постепенное избавление от негативных эмоций. Страх отделяется от личности ребенка. И маленький художник уже может манипулировать им, а не подчиняться ему.

Очень действенным является метод переработки пугающего образа в образ смешной. Высмеивание страха. Или переработка враждебного образа в дружественный образ. Есть и более радикальные методы. Чтобы распрощаться со своими тревогами можно их изображения рвать, мять, закапывать или сжигать. Лучше выяснить у ребенка, какой из методов ему кажется наиболее эффективным в борьбе со своими страхами.

*Третий этап* - этап преодоления страхов и неуверенности в себе. Ребенок перестает ассоциировать себя с жертвой и начинает отождествлять с героем-победителем. Характер рисунков и другой творческой деятельности резко меняется. Чувство страха уходит одновременно с формированием новых способов поведения, наблюдается повышение самооценки. Это чувство можно закрепить, придумывая и иллюстрируя [сказку о герое](http://healingarts.ru/art-terapevticheskoe-uprazhnenie-skazka-o-geroe/), который побеждает все неприятности на своем пути.

На *четвертом этапе* закрепляется сформированное мироощущение и способы преодоления страхов. Ребенок осознает свои возможности, знает, как справиться самостоятельно с проблемой в случае рецидивов.

*Разумеется, приведенная схема носит общий характер, и ее реализация в каждом конкретном случае будет иметь свою специфику, связанную, в том числе и с избранной формой творчества*.

Далее я представлю некоторые арт-терапевтические упражнения, которые я успешно использую в своей профессиональной деятельности, при коррекции страхов у детей дошкольного возраста.

1. **Арт-терапевтическая техника «Образ и пластика настроения» (Орлова Л.В.)**

Лепка из пластилина, теста, глины содержит ресурс созидательных изменений формы и символическою смысла художественных образов, поэтому она является эффективным арт-терапевтическим средством моделирования в системе координат нового образа Я, продуктивных взаимоотношений, конструктивных способов поведения, ценностей личности.

**Цель**: коррекция агрессивных эмоций, деструктивного поведения, страхов и тревожности.

**Возрастная категория**: с 3 лет и старше.

**Материалы**: достаточное количество пластилина, глины или цветного теста, (тесто более подходящий и безопасный пластический материал для маленьких детей, которые все проверяют «на вкус», а также детей с особенностями развития).

**Описание метода**: вначале ребенку предлагается выбрать кусок пластилина (теста) определенной окраски и придать ему подходящую форму, соответствующую теме (примеры тем: «Мое настроение», «Я боюсь… (мой страх; меня пугает…)», «Мой мир», «Мир моей души», «Пластилиновый рай». Лучше, если тему, сюжет и название скульптуры ребенок придумает самостоятельно, исходя из его потребности. Затем ребенку необходимо придумать название своей скульптуре и рассказать историю о ней, психолог по ходу задает уточняющие вопросы.

В другом варианте упражнения инструкция может быть более конкретной:   
• изобразите какое-либо настроение (или свои фантазии: представления о счастье, красоте, любви, свободе, одиночестве и т. п.);

• создайте образы своего Я (субличности);

• с помощью метафоры отобразите в пластилине одобряемые и неодобряемые составляющие своей персоны;

• используя любые формы презентации, опишите свои переживания, воплощенные в пластическом образе.

***Пример работы со страхом, с использованием данной техники (из опыта работы).***

Инструкция:

* Выбери себе кусочек теста, который тебе не нравится.
* Слепи из этого кусочка свой страх.
* Придумай ему название- имя
* Расскажи историю про свою скульптуру (уточняющие вопросы: где живет, с кем, нравится ли ему там жить, что бы ему хотелось изменить, есть ли у него мечта и какая, а если он осуществит сою мечту как он изменится)
* А что можешь сделать ты со своим страхом, чтоб перестать его бояться? (можно с ним подружиться и т.п.)
* Давай мы с тобой сейчас как-то изменим твой страх, чтоб он стал менее страшным.

Пластичность материалов позволяет вносить многочисленные изменения в работу и, соответственно, как бы подправлять эмоциональное самочувствие. Негативные эмоции, образно говоря, могут затеряться, раствориться в общей доброжелательной и безопасной атмосфере взаимодействия со «страхом».

**Предполагаемый результат** зависит от цели использования техники педагогом-психологом:

* повышение уверенности в себе;
* снижение тревожности;
* снижение количества страхов;
* снижение агрессивности;
* снижение нервно-психического напряжения.

1. **Арт-терапевтическая техника рисования на клеёнке**«**Ахи-страхи**»

**Цель: коррекция страхов**, тревожности.

**Возрастная категория**: с 5 лет и старше.

**Материалы:** плотная силиконовая прозрачная клеёнка формата А4 или А5 (под прозрачную клеенку ребенок может подложить бумагу любого оттенка  *по желанию*), гуашь, кисти, стаканчик с водой, губка, вода (раковина, либо тазик с водой), салфетки, жидкое мыло или клей ПВА (для того чтобы краски хорошо наносились на клеенку, необходимо гуашь смешать с жидким мылом, либо с клеем ПВА).

**Описание метода**: Психолог предлагает ребенку изобразить свои **страхи на клеенке**, объясняя тем, что если вдруг захочется что – то исправить, то это можно сделать легким касанием губки. Ребенок рассказывает о своем **страхе**, а затем страх необходимо трансформировать, так, чтоб он перестал быть пугающим.

***Пример работы со страхом, с использованием данной техники (из опыта работы).***

Инструкция:

* Перед тобой на столе клеенка и краски. Нарисуй на клеенке свой самый большой страх, если тебе захочется что-то исправить, ты можешь сделать это при помощи губки.
* Придумай ему название своему рисунку.
* Расскажи про свой страх историю (уточняющие вопросы: какой он, где живет, что он любит делать, специально ли он пугает тебя, а можешь ли ты сделать что-то, чтоб твой страх был не таким пугающим и т.п.)
* Изменим свой страх так, чтоб он стал нестрашным.

Если ребенок затрудняется, можно предложить ему варианты изменения страха:

• подрисовать что-нибудь, чтобы образ стал смешным;

• угостить вкусным, нарисовав конфеты, печенье, колбасу и т. д.;

• заштриховать его: спрятать в коробку;

• избавиться от **страха**, смыв водой *(клеенка останется чистой)*;

• приручить его: дорисовать поводок, клетку.

**Предполагаемый результат** зависит от цели использования техники педагогом-психологом:

* снижение тревожности;
* снижение количества страхов;
* снижение нервно-психического напряжения;
* отреагирование отрицательных эмоций.

1. **Арт-терапевтическая техника рисование на воздушном шаре «Трансформация страха»**

**Цель**: **коррекция страхов**, тревожности, развитие воображения

**Возрастная категория**: с 5 лет и старше.

**Материал**: воздушный шар, гуашь, жидкое мыло, кисточки 10 мм и 5 мм, скотч, ленточка, цветная бумага, клей ПВА, разноцветный скотч или самоклеющаяся бумага.

**Описание метода**: надутый однотонный шарик прикрепляется скотчем к столу. Кисточки для работы надо выбирать максимально мягкие, чтобы ребенок неосторожным движением не лопнул шарик, ширина кистей должна быть от 10 мм – для крупных деталей, 5 мм – для прорисовки контуров и мелочей. Для того чтобы краски хорошо наносились необходимо гуашь смешать с жидким мылом.

*Вариант 1*: педагог-психолог рассказывает ребенку, что свой **страх** можно изобразить на воздушном шаре. Ребенок выбирает воздушный шар любого оттенка. Надувая его, психолог спрашивает у ребенка, какого размера его **страх**. Если ребенок говорит, что **страх его большой**, то желательно надуть его максимально. Ребёнок может надуть шар сам или с помощью насоса, мысленно представляя, что **страх** останется внутри шара. Нарисовав **страх и взяв его в руки**, ребенок выходя на улицу, выпускает его со словами: *«Шар воздушный, улетай,****страх с собою забирай****»*.

*Вариант 2*: ребёнок надувает шар сам или с помощью насоса, мысленно представляя, что **страх** останется внутри шара. Ребенок изображает **страх** на надутом воздушном шаре. Психолог предлагает сделать его веселым, подрисовав или приклеив ему детали.

***Пример работы со страхом, с использованием данной техники (из опыта работы).***

Инструкция:

* А ты знаешь, что твой страх можно нарисовать на воздушном шаре? Давай мы с тобой попробуем это сделать.
* Перед тобой лежат разноцветные воздушные шары, выбери любой из них.
* Теперь мы его надуем. А ты представь, что весь твой страх собирается внутри этого шара. Твой страх большой или маленький (ребенок или психолог надувает шар такого размера, какого страх у ребенка и прикрепляют скотчем к столу)?
* Теперь нарисуй красками на этом воздушном шаре свой страх.
* Посмотри на это шар, твой страх все еще кажется тебе таким же большим и страшным?
* А ты можешь сделать его смешным и совсем нестрашным, дорисовав или доклеив ему разные веселые детали (ребенок доклеивает).
* Сейчас мы с тобой можем распрощаться с ним раз и навсегда: нам нужно взять этот страх и отпустить в небо со словами: *«Шар воздушный, улетай,****страх с собою забирай****»*.

Также ребенку можно предложить трансформировать свой страх другим способом:

• выпустить воздух из шара: он становится маленьким, рыхлым и забавным;

• привязать к шару ленточку и зацепить за предмет в кабинете у психолога, наблюдая за ним в течение недели.

**Предполагаемый результат** зависит от цели использования техники педагогм-психологом:

* снижение тревожности;
* снижение количества страхов;
* снижение нервно-психического напряжения;
* отреагирование отрицательных эмоций;
* улучшение воображения.

1. **Арт-терапевтическая техника телесно-ориентированной терапии «Пластилиновая фигурка»**

***Тело – зеркало души*** - это выражение известно многим. Тело является продолжением нашей психики. Обычно проблемы, связанные с психическим здоровьем, начинаются с физического или эмоционального стресса. Все наши мысли и действия запечатлеваются в теле. Взаимосвязь тела и душевного состояния человека установлена давно, поэтому активные исследования в этой области помогают значительно расширять возможности психотерапевтического лечения. Телесно-ориентированная терапия выступает как самостоятельное направление в психологии, обладая при этом четкой концепцией и разнообразными практическими наработками. «Тело помнит все» – так звучит один из законов телесно-ориентированной психотерапии. Телом сохраняются все воспоминания и пережитые нами эмоции. Чувства и страхи, которые человек игнорирует, выливается в проблемы со здоровьем и если продолжать не обращать на них внимания – таких проблем будет прибавляться все больше. Каждая часть тела отвечает за определенные страхи человека и в зависимости от того, в каком месте возникают неприятные ощущения, можно определить, чего боится человек.

**Цель**: **снижение** тревожности, снятие психоэмоционального напряжения, расслабление.

**Возрастная категория**: с 5 лет и старше.

**Материал**: упражнение выполняется на ковре.

**Описание метода**: Психолог просит ребенка представить, что он фигурка из пластилина, которую очень долго держали в холодильнике, «жёсткая и твёрдая. Затем психолог пытается поменять позу ребенка, напоминая ему, что застывший пластилин (то есть ребенок) должен осложнять его работу, сопротивляться. После этого психолог просит ребенка представить, что в помещении вдруг одновременно включили множество отопительных приборов и фигурка из пластилина начинает «таять». Психолог обращает внимание ребенка на то, что «таяние» это постепенный процесс, а не мгновенное перевоплощение: в первую очередь должны оплывать те части тела куклы, на которые «ушло меньше пластилина»: пальцы, шея, руки, затем ноги. В конце упражнения ребенок должен буквально «стечь» на пол, превратившись в бесформенную пластилиновую массу. Это и будет абсолютным мышечным расслаблением.

***Пример работы со страхом, с использованием данной техники (из опыта работы).***

Инструкция:

* Представь себе, что ты превратился в фигурку из пластилина, которую очень долго держали в холодильнике, постояв в холодильнике, ты стал жёстким и твёрдым: напряги своё тело так, словно ты стал твердой пластилиновой фигурой.
* Сейчас я постараюсь изменить твою позу, а твоя задача быть несгибаемым и неподатливым как твердый.
* А теперь представь себе, что в помещении вдруг одновременно включили множество отопительных приборов и ты начинаешь постепенно таять. Не забудь, что «таяние» это постепенный процесс: в первую очередь должны оплывать те части тела, на которые «ушло меньше пластилина»: постепенно расслабь пальцы, затем шею, затем руки, теперь начинает таять твое тело, оно постепенно расслабляется, затем тают ноги, и ты тихонько стекаешь на пол и превращаешься в бесформенную лужу из пластилина.

Расслабь все мышцы тела, рук, ног, лица. Ни о чем не думай, дыши спокойно. Тебе спокойно и хорошо (это и будет абсолютным мышечным расслаблением).

* Теперь почувствуй, что твое тело наливается силой и уверенностью, твои руки становятся сильными, тело крепнет, ноги наливаются силой, твой разум спокоен, ты ничего не боишься, ты теперь храбрый и сильный.

**Предполагаемый результат** зависит от цели использования техники педагогм-психологом:

* снижение тревожности;
* снижение нервно-психического напряжения;
* расслабление;
* улучшение воображения.

1. **Арт-терапевтическая техника работы с песком «Дом умиротворения»**

Игра в песочнице как способ развития и самотерапии ребенка известен с древних времен. Ребенок выступает в песочнице как созидатель — один жизненный сюжет меняет другой, следуя законам бытия: все приходит и все уходит. Игра с песком — это естественная и доступная для каждого ребенка форма деятельности. Ребенок часто словами не может выразить свои переживания, страхи, и тут ему на помощь приходят игры с песком. Проигрывая взволновавшие его ситуации с помощью игрушечных фигурок, создавая картину собственного мира из песка, ребенок освобождается от напряжения. А самое главное — он приобретает бесценный опыт символического разрешения множества жизненных ситуаций, ведь в настоящей сказке все заканчивается хорошо! А если учесть, что песок обладает замечательным свойством «заземлять» негативную психическую энергию, то в процессе образовательной работы происходит и гармонизация психоэмоционального состояния ребенка. Иными словами, использование песочницы в педагогической практике дает комплексный образовательно-терапевтический эффект.

**Цель**: **коррекция страхов**, тревожности, развитие воображения, снятие нервно-психического напряжения.

**Возрастная категория**: с 4 лет и старше.

**Материал**: песочница, кварцевый песок, коробочка, разноцветные камни (марблс или галька), запись со спокойными классическими музыкальными композициями.

**Описание метода**: психолог предлагает ребенку окунуться в мир песочной фантазии. Ребенок закрывает глаза и слушает инструкции психолога: медленно опустить ладони на песок, взять в руки песок, пропустить его сквозь пальцы, прислушаться к своим ощущениям, подарите свои чувства песку. Психолог комментирует: все страхи унесет песок, он очистит и излечит, подарит умиротворение. Далее психолог обращает внимание ребенка на шкатулку и просит его открыть ее. В шкатулке лежат камни. Из этих камней можно построить дом, где царит любовь и спокойствие, радость и нежность. Но для начала нужно избавиться от страха. Психолог предлагает ребенку выбрать из камней те камни, которые вызывают страх, злость, печаль, и засыпать их песком, комментируя, что так, ребенок избавитесь от негативных чувств. Затем ребенку нужно выбрать камни, которые вызывают у ребенка чувства умиротворения, спокойствия и радости, любви, их может быть несколько, положить их около себя. После ребенок рисует свой дом, по контуру которого, размещает камни - позитива. Психолог обращает внимание ребенка на то, что нарисовав дом, он избавляется от своих страхов и тревог, так как у него теперь есть безопасное место.

***Пример работы со страхом, с использованием данной техники (из опыта работы).***

Инструкция:

* Закрой глаза, медленно опустите ладони на песок, возьми его в руки, пропусти сквозь пальцы, почувствуй прохладу и шероховатость песчинок.
* Прислушайся к своим ощущениям. Ты чувствуешь себя спокойно и легко. Подари свои чувства «песчаной вечности».
* Все страхи унесет песок. Он очистит и излечит. Подарит умиротворение.
* Обрати внимание, возле тебя находится волшебная шкатулка, открой её. В ней таятся волшебные камни. Ты можешь перестать бояться, нарисовав волшебный дом, где царит любовь и спокойствие, радость и нежность.
* Но для начала давай избавимся от страха. Выбери из камней те камни, которые вызывают у тебя эмоции страх, злость, печаль, засыпь их песком. Так, ты избавляешься от негативных чувств.
* Теперь из множества камней, в которых хранятся тайны, возьми те камни, которые вызывают у тебя чувства умиротворения, спокойствия и радости, любви. Их может быть несколько. Положи их около себя. Нарисуй на песке дом, в котором тебе будет комфортно, уютно и безопасно.
* Размести по контуру дома камни позитива, если желаешь, укрась свой дом.
* Этот дом надежд и умиротворения - твой. Он полон любви и нежности, спокойствия и добродетели, он излучает свет исцеления. Скажи громко и уверенно – «Это мой дом безопасности».
* А теперь закрой глаза и представь себе, что ты входишь в свой дом и положительные чувства и эмоции проникают в каждую клеточку твоего тела.
* Нарисовав свой дом ты избавляешься от своих страхов и тревог. Ты не чувствуешь страха, у тебя теперь есть защита, стены твоего дома безопасности.
* Открой глазки и возвращайся в наш любимый детский сад.

В работе с песком желательно использовать легкую спокойную классическую музыку.

**Предполагаемый результат** зависит от цели использования техники педагогм-психологом:

* снижение тревожности;
* уменьшение страхов;
* снижение нервно-психического напряжения;
* улучшение воображения.

Итак, включение упражнений арт-терапии эффективно помогает при эмоциональных нарушениях (страх, тревожность). Данный метод в коррекционной работе применяли: О.И. Качурина, Д. Селиванова, Л.Д. Лебедева, А.А. Осипова и другие исследователи. Метод арт-терапии имеет ряд преимуществ в отличие от других форм психотерапевтической работы.

Таким образом, мы можем сделать вывод о том, что арт-терапевтические упражнения служат средством свободного самовыражения и самопознания, они предполагают атмосферу доверия, внимания к внутреннему миру ребёнка.

Применение арт-терапевтических упражнений незаменимо в случаях эмоциональных нарушений (страх, тревожность) и коммуникативной некомпетентности. В случае трудностей общения – замкнутости, низкой заинтересованности в сверстниках или излишней стеснительности.

Благодаря наличию множества видов творчества арт-терапия позволяет подобрать вариант для любого ребенка и любого случая. Например, техника рисования пальчиками, позволяет работать даже со слабовидящими и совсем маленькими детьми.

Кроме того, арт-терапию, применяемую в работе с детьми, можно правомерно представить, как здоровьесберегающую инновационную технологию. Этот метод может быть применен для развития навыков общения и является идеальным инструментом для повышения самооценки и укрепления уверенности в себе, оказывает влияние на становление ребенка как личности общества, способствует сохранению и укреплению психического здоровья детей, развивает творческое начало ребенка.

**Список используемой литературы**

1. Алецкая И.А. Особенности проявления страхов у детей с нарушениями речи. Социотипическое поведение личности: сборник научных статей/Министерство образования Республики Беларусь, под ред. С.Л. Богомаза. Витебск, ВГУ 2010 г., с.120-122.

2. Захаров А.И. Дневные и ночные страхи у детей. СПб., 2004 г.

3. Качурина О.И. Арт-терапия в педагогике. <http://festival.1september.ru/articles/212738/>

4. Киселева М.В. Арт-терапия в работе с детьми: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми. Б БК 88.4, К44 - СПб.: Речь, 2006. — 160 с, илл. ISBN 5-9268-0408-6

5. Копытин А.И., Свистовская Е.Е. Арт-терапевтические методы, используемые в работе с детьми и подростками: обзор современных публикаций, год издания и номер журнала: 2007 г., №4.

6. Кочетова Ю.А. - Психологическая коррекция детских страхов Электронный журнал «Психологическая наука и образование», 2012, №1 [Электронный ресурс], режим доступа: www.psyedu.ru / ISSN: 2074-5885

7. Титова Н.С. - Детские страхи: причины их возникновения и методы устранения [Электронный ресурс], режим доступа: http://pediatrics.kh.ua/archive/parents/ChildrenFears.pdf