

ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ФОНД «ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ «ПЕРВОЕ СЕНТЯБРЯ»

«УТВЕРЖДАЮ»

Президент Частного учреждения дополнительного  
профессионального образования  
«Университет «Первое сентября»

  
Соловейчик Н.А.



**Программа**

**дополнительного образования**

**Страх, горе, гнев: как помочь ребенку справиться**

**Автор:** Башкирова Елена Николаевна  
кандидат психологических наук,  
доцент кафедры психологии младшего школьника МПГУ,  
Член российского психологического общества

**Москва  
2024 г.**

## Раздел 1. ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. **Цель реализации программы:** помочь родителям и педагогам понять и справиться с эмоциональными трудностями ребенка, а также научить их эффективным методам поддержки и помощи.

№	Компетенция	Направление подготовки Педагогическое образование 44.03.01
		Бакалавриат
1	способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний	ОПК-8

### 1.2. Планируемые результаты обучения

Знать – уметь	Направление подготовки Педагогическое образование Код компетенции 44.03.01
	Бакалавриат
<b>Знать:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• причины возникновения страхов у детей и их возрастную динамику;</li><li>• техники терапии рисованием и игрой, которые помогут ребенку выразить свои эмоции и преодолеть страхи;</li><li>• возможности кукло- и библиотерапии в профилактике страхов и других эмоциональных проблем у детей.</li></ul>	ОПК-8
<b>Уметь:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• распознавать детские страхи, помогать ребенку переживать утрату и поддерживать его в трудные периоды;</li><li>• помогать ребенку выражать гнев и научить определять, когда детские эмоциональные трудности требуют профессиональной помощи психолога.</li></ul>	ОПК-8

1.3. **Категория обучающихся:** уровень образования ВО, направление подготовки – «Педагогическое образование»; область профессиональной деятельности – дошкольное, начальное, основное общее образование.

1.4. **Режим занятий** – 1 раз в неделю по 6 ч.

1.5. **Форма обучения:** заочная, с применением дистанционных образовательных технологий.

1.6. **Трудоемкость обучения:** 6 ч.

## Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### 2.1. Учебный (тематический) план программы направления дополнительного профессионального образования.

№	Наименование тем	Всего (час.)	Внеаудиторные учебные занятия, учебные работы		Формы Контроля
			Лекции	Практические занятия	
Тема 1.	Страх, горе, гнев: как помочь ребенку справиться	5	1	4	Практическое задание
	Итоговая аттестация				Зачет на основании выполненных практических заданий и результатов онлайнтестирования.
<b>ВСЕГО</b>		<b>6</b>	<b>1</b>	<b>5</b>	

### 2.3. Учебная программа

Темы	Виды учебных занятий/работ, час.	Содержание
Страх, горе, гнев: как помочь ребенку справиться	Лекция, 1 ч.	Причины возникновения страхов у детей. Возрастная динамика страхов. Техники терапии рисованием, игрой. Кукло- и библиотерапия в профилактике страхов. Основные стадии и черты детского горя. Возможные детские реакции на утрату. Сигналы опасности. Возрастные особенности переживания утраты детьми. Частые вопросы родителей детей, потерпевших утрату. Принципы помощи в горе. Причины агрессии. Диагностические критерии агрессивности. Особенности агрессивных детей. Обучение ребенка приемлемым способам разрядки гнева. Игры и методические материалы для развития эмоциональной сферы. Обучение навыкам контроля и управления гневом. Аннотированный список книг по теме "Прививка от страха". Ответы на типичные вопросы детей о смерти.
	Практическое занятие, 4 ч.	Практические задания Задание 1. Проведите игровое занятие с ребенком, где он будет изображать свои страхи с помощью рисунков. Обсудить с ним возможные способы преодоления этих страхов. Задание 2. Проведите ролевую игру, где ребенок будет играть роль персонажа, который переживает утрату.

		<p>Обсудить с ним эмоции и чувства этого персонажа.</p> <p>Задание 3. Разработайте совместный проект, где вы с ребенком будете создавать куклу или книгу, которая помогает избавиться от страхов и горя.</p> <p>Задание 4. Попросить ребенка описать свои чувства и эмоции по поводу утраты, а затем вместе создать список способов, как можно справляться с горем.</p> <p>Задание 5. Проведите обсуждение семейных правил и подходов к контролю гнева, учитывая возраст ребенка. Создать совместный план действий, как справляться с агрессией.</p> <p>Задание 6. Изучите аннотированный список книг по теме "Прививка от страха" и выбрать книгу для совместного чтения с ребенком, обсудить ее содержание и применение в повседневной жизни.</p> <p>Задание 7. Подготовьте ответы на типичные вопросы ребенка о смерти, используя нежный и понимающий подход, подходящий его возрасту и уровню развития.</p>
Итоговая аттестация	Зачет, 1 ч.	Зачет на основании выполнения на положительную оценку практических заданий и результатов онлайн тестирования.

### **Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы.**

#### ***Текущий контроль.***

Формы текущего контроля: выполнение практических заданий, онлайн тестирование по темам образовательной программы.

#### **Требования к выполнению практических заданий:**

1. При выполнении практических заданий требуется использовать учебные материалы лекционных и практических занятий.
2. Ответы на задания должны быть представлены в соответствии с представленными в учебных материалах курса алгоритмами и рекомендациями.

#### **Критерии оценивания и оценивание практического задания.**

«**Зачтено**» - при выполнении практического задания обучающийся продемонстрировал знание и понимание учебных материалов образовательной программы.

«**Не зачтено**» - при выполнении практического задания обучающийся продемонстрировал незнание и непонимание учебных материалов образовательной программы.

**Онлайн тестирование** включает 10 вопросов с альтернативными вариантами ответов, из которых требуется выбрать один верный вариант ответа.

*Примеры вопросов для проведения онлайн тестирования.*

1. Каковы причины возникновения страхов у детей? Укажите неверный ответ.  
Наличие страхов у родителей
  - a) Расширенный состав семьи
  - b) Эмоциональное отвержение детей
  - c) Конфликты между родителями
2. Что является самым распространенным детским страхом?
  - a) Темнота

- b) Клаустрофобия
  - c) Высота
  - d) Люди в масках
3. Какой возраст считается наиболее подверженным появлению детских страхов?
- a) 3-6 лет
  - b) 7-10 лет
  - c) 11-14 лет
  - d) 15-18 лет
4. Какие из перечисленных фобий не являются типичными для детей?
- a) Арахнофобия (страх пауков)
  - b) Социофобия (страх общественных ситуаций)
  - c) Аквафобия (страх воды)
  - d) Некрофобия (страх смерти)
5. Какие из перечисленных страхов чаще всего возникают во времена детства?
- a) Страх перед монстрами в темноте
  - b) Страх перед экзаменами в школе
  - c) Страх перед высотой
  - d) Страх перед насекомыми
6. Каким образом взрослые могут помочь ребенку преодолеть страхи?
- a) В. Поддержка и понимание
  - b) С. Игнорирование проблемы
  - c) D. Отрицание наличия страхов
  - d) Порицание и наказание
7. Когда ребенок нуждается в помощи психолога?
- a) При навязчивом и/или длительном страхе
  - b) При значительном ухудшении настроения ребенка
  - c) При появлении психосоматических симптомов страха
  - d) Верны все ответы
8. В каком возрасте дети чаще всего начинают задавать вопросы о смерти?
- a) 3-4 года
  - b) 7-8 лет
  - c) 10-11 лет
  - d) 15-16 лет
9. Какая из нижеперечисленных характеристик характерна для агрессивных детей?
- a) Высокая эмпатия
  - b) Сверхчувствительность к негативному отношению к себе
  - c) Высокая толерантность
  - d) Высокая саморегуляция
10. Какие меры могут помочь снизить агрессию у детей?
- a) Поддержка со стороны родителей и учителей
  - b) Игнорирование проблемы
  - c) Усиление критики и наказания
  - d) Увеличение количества запретов

*Требования к онлайн тестированию:*

Внимательно изучите вопросы и варианты ответов к ним. Выберите один вариант ответа, который вы считаете правильным. Время тестирования – 60 мин. Количество попыток – 3.

*Критерии оценивания и оценивание результатов тестирования.*

«Зачтено» — 5 и более правильных ответов.

«Не зачтено» — 4 и менее правильных ответов.

Процедура тестирования и представление его результатов обучающимся осуществляется в асинхронном формате.

**Итоговая аттестация.** Зачет на основании совокупности выполненных на положительную оценку практических работ, результатов онлайн тестирования.

*Требования к итоговой аттестации:*

Обучающийся считается аттестованным при следующих условиях: 1) результат онлайн тестирования – зачтено; 2) при выполнении практических заданий обучающийся продемонстрировал знание и понимание учебных материалов образовательной программы.

Обучающийся считается неаттестованным при одном из следующих условий: 1) результат онлайн тестирования – не зачтено; 2) при выполнении практических заданий обучающийся продемонстрировал незнание и непонимание учебных материалов образовательной программы.

*Критерии оценивания и оценивание результатов освоения образовательной программы:*

Обучающийся считается аттестованным при следующих условиях: зачтено 70% и более практических работ; результаты онлайн-тестирования – «зачтено».

Обучающийся считается неаттестованным при одном из следующих условий: зачтено менее 70% результатов выполнения практических работ; результаты онлайн-тестирования – «не зачтено».

#### **Раздел 4. Организационно-педагогические условия реализации программы.**

##### **4.1. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы.**

1. Арефьева Т.А., Галкина Н.И. Преодоление страхов у детей. Тренинг. – 2-е изд. – М.: Психотерапия, 2009 г.
2. Башкирова Е.Н Прививка от страха // Школьный психолог, №1, 2011 <https://psy.1sept.ru/index.php?year=2011&num=01>(дата обращения: 12.05.24)
3. Брызгунов И.П., Касатикова Е.В. Непоседливый ребенок. М., 2002 г.
4. Задверье детского горя. Принципы психологической поддержки. Н. Сакович// Школьный психолог. 2013 №6
5. Захаров А.И. Дневные и ночные страхи у детей. СПб., 2004 г.
6. Пернилла Стальфельт. Книга о смерти. М.: Издательство: Мир Детства Медиа, 2007 г. [https://psy-therapist.ru/content.php?r=232-Kniga\\_o\\_smerti\\_dlja\\_detej](https://psy-therapist.ru/content.php?r=232-Kniga_o_smerti_dlja_detej) (дата обращения: 12.05.24).
7. Сайт психолога Людмилы Петрановской <http://petranovskayaonline.ru/> (дата обращения: 12.05.24).
8. Смирнова Т.П. Психологическая коррекция агрессивного поведения детей. Ростов-на-Дону, Феникс, 2004 г.
9. Ткач Р.М. 50 целебных сказок для детей. М: ИОИ,2016 г.

##### **10. 4.2. Материально-технические условия реализации программы.**

Техническое обеспечение: ПК, выход в Интернет, Яндекс Браузер версии 18 и выше. Интернет-ресурсы, используемые при обучении, размещены на отечественных серверах и соответствуют требованиям Федерального закона "О персональных данных" от 27.07.2006 N 152-ФЗ.