

## Сказкотерапия.

Сегодня психологи бьют тревогу – уровень развития эмоционально-волевой сферы детей дошкольного и младшего школьного возраста очень низок. Страхи, тревоги, агрессия – это уже те понятия, которые очень близко, можно сказать, рядом идут по жизни вместе с нашими детьми. Психологи выделяют страхи по возрастам:

2-3 года дети испытывают ночные страхи, боятся животных;

в 4 года пугаются сказочных персонажей и насекомых;

в 5-6 лет катастроф, школы, пожаров, несчастий;

в 7-8 лет — умереть и смерти близких.

Таким образом, задачей ДОУ становится максимальная психологическая разгрузка ребенка, снятие агрессивности, развитие его внутреннего потенциала, пробуждение души, повышение уровня осознанности событий, приобретение знаний о законах жизни и способах социального проявления созидательной творческой силы.

Рассмотрев возможности оптимизации психолого-педагогической работы, я пришла к заключению, что мне необходим такой метод, как сказкотерапия.

Сказкотерапия – означает «лечение сказкой». Это один из видов здоровьесберегающих технологий, использующий форму для интеграции личности, развития творческих способностей, расширения сознания, совершенствования взаимодействия с окружающим миром.

В понимании Татьяна Дмитриевна Зинкевич-Евстигнеевой сказкотерапия – это не просто направление психотерапии, а синтез многих достижений психологии, педагогики, психотерапии и философии разных культур.

Дети – самые благодарные слушатели и самые неутомимые фантазеры. Сочинять сказки вместе с детьми – одно удовольствие, которое, ко всему прочему, привносит в психику ребенка еще и позитивные изменения. Методом сказкотерапии можно работать с малышами от 3-х лет.

В своей практике я использую метод сказкотерапии, так как сказка не только позволяет лучше понять детей, обучать и воспитывать их, но и лечит, став эффективным, полезным и очень приятным лекарством.

Сказка даёт возможность найти общий язык с ребенком, помочь ему преодолеть первые трудности. Часто бывает сложно выяснить, что конкретно тревожит ребенка, ведь многие дети стесняются своих страхов, а некоторые даже чувствуют себя виновными в них, поэтому им трудно рассказывать о своих проблемах.

А когда педагог заводит с ними разговор на эту тему, дети зачастую замыкаются. Вот тут и приходит на помощь сказкотерапия, ведь ребенку легче рассказать о том, что беспокоит не его, а далекого сказочного героя.

В зависимости от задач, я использую разные формы сказкотерапии. Польза этого метода работы с детьми состоит в следующем:

- помогает найти выход из проблемной ситуации (сложности во взаимоотношениях с родителями, сверстниками и т. д.);
- расширяет знания ребенка о нем самом и окружающем мире;
- обогащает внутренний мир ребенка духовно—нравственными ценностями;
- корректирует поведение и развитие речи;
- стимулирует психофизическое и эмоциональное развитие.

Сказкотерапию для детей дошкольного возраста, я провожу с использованием определенных видов

сказок.

Татьяна Дмитриевна Зинкевич-Евстигнеева выделяет шесть видов сказок: художественные, народные, авторские народные, дидактические, психокоррекционные сказки и психотерапевтические сказки. Мы рассмотрим два вида.

**1. Психокоррекционные сказки.** Такие сказки создаются для мягкого влияния на поведение ребенка. Под коррекцией здесь понимается «замещение» неэффективного стиля поведения на более продуктивный.

**2. Психотерапевтические сказки.** Сказки врачующие душу, раскрывающие глубинный смысл происходящих событий. Многие психотерапевтические сказки посвящены проблемам жизни и смерти, отношению к потерям и приобретениям.

В сказкотерапии я использую следующие методы работы:

**Написание.** Для развития речевого аппарата, а также формирования фантазии, воображения, использую метод самостоятельного написания. Этот метод применяю только для старших дошкольников.

**Демонстрация.** В этом методе я предусматриваю постановку сказки в виде выступления. Подобное сочетание помогает детям вживаться в роли сказочных персонажей, переживать их эмоции и сталкиваться с их проблемами.

**Завершение сказок.** Такой метод я использую для того, чтобы закончить сказку или изменить ее окончание. Начало уже готово, а вот концовку я предлагаю придумать самостоятельно. Этот метод я использую для старших дошкольников.

**Арт-терапия.** Достаточно часто провожу арт-терапию сказкотерапии. Это может быть рисование, лепка или другого формата творчества. Это влияет на двигательную активность, развивает воображение и позволяет корректировать героев. Прочитав сказку, у каждого ребенка будет свое представление о герое. С точки зрения психокоррекции полезно посмотреть, как именно ребенок представит на рисунке того или иного персонажа. Это позволяет раскрывать ряд скрытых проблем.

Психодиагностика через рисунок в сказкотерапии играет особую роль в данном методе работы с детьми.

Чтобы повлиять на двигательную активность, решить проблемы детей или отыскать ответы на важные вопросы, следует правильно построить структурный процесс сказкотерапии.

Сказкотерапия как здоровьесберегающая технология или как инструмент психотерапевтического воздействия имеет следующую структуру построения процесса работы с детьми:

**Погружение.** Для погружения мы с детьми прослушиваем музыку, медитируем, я меняю тон при чтении или даже изменяем освещение. Все это позволяет из реального мира погрузиться в мир сказок.

**Знакомство.** Здесь я читаю психологические сказки для детей.

**Процесс обсуждения.** Закончив чтение, я начинаю задавать определенные вопросы, которые связаны с сюжетом или героями рассказа. Нужно обязательно определить, чем полезна эта сказка, и какая в ней поучительная мораль.

**Арт-терапия.** На этом этапе я даю детям задание нарисовать, слепить или как-то иначе изобразить понравившегося персонажа, определенный заинтересовавший их

момент сказки и пр. Причем ребенок должен сам выбирать, что именно он хочет изобразить.

**Выход.** Погрузившись на первом этапе в сказку, теперь из нее нужно выходить. Для этого я приглушаю музыку, включаю свет. Часто мы используем прием, при котором все закрывают глаза, считают до трех и выходят из мира фантазий в реальность.

**Итоги.** Приняв во внимание результаты терапии, я подвожу итоги каждого участника группы.

Чтобы достичь желаемого эффекта при работе с детьми, педагог сам должен проявлять интерес к сказке и погружаться в сказочный мир, он обязательно должен проводить сеанс, используя эмоциональное сопровождение, то есть создавать соответствующее настроение сказки с помощью эмоций. Важным нюансом является настроение ребенка — если он не настроен на сеанс терапии, заставлять его не нужно. Таким образом, применяя данную методику в работе с тревожными детьми, я получаю следующие результаты: появляется способность рефлексировать свои чувства, улучшаются (становятся более частыми и дружелюбными) контакты как с другими детьми, так и с взрослыми. Однажды мама ребёнка нашей группы с восторгом поделилась тем, что её дочь стала очень раскрепощённой, открытой, у неё ушли все страхи, она научилась выступать. большей оценки и ненужно. И действительно дети становятся более открытыми. Высокий уровень положительного эмоционального фона занятий приводит к ощущению комфортности, защищенности ранее отверженных, закрытых, замкнутых детей.

Множество авторов-психологов придумали свои терапевтические сказки и рассказы на все случаи жизни, а родителям и педагогам остается лишь выбрать те, которые окажут помощь ребенку.

#### Литература:

1. Зинкевич—Евстигнеев Т.Д. Формы и методы работы со сказками.-СПб.:Речь,2006.
- 2.«Путь к волшебству. Теория и практика сказкотерапии.» Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. – СПб.: «Златоуст»,1998.-352с.
- 3.«Сказки и Сказкотерапия.» Соколов Д. – М.: Эксмо- Пресс, 2001.
4. Сказкотерапия. Развитие самосознания через психологическую сказку. Вачков И.В.- 3-еизд.,перераб. и доп. – М; Ось -89, 2007.
5. Киселева М.В. Арт-терапия в работе с детьми.-СПб.:Речь,2006.

# Материал по сказкотерапии

