

Сказкотерапия для детей дошкольного возраста

Сказкотерапия представляет собой психотерапевтическое направление, где при анализе и использовании образов героев человек может побороть свои страхи, негативные черты личности. Наиболее активно используется сказкотерапия в работе с дошкольниками. Сказка для ребенка представляет особую реальность. И работая через сказку, игру можно скорректировать у него проявления негативного. Исследования психологов показывают, что в любимых сказках запрограммирована жизнь ребенка. «Скажи мне, какая твоя любимая сказка, и я скажу, кто ты» – так перефразировали известную пословицу психоаналитики.

Сказкотерапия – пожалуй, самый детский метод психологии, и конечно, один из самых древних. Ведь ещё наши предки, занимаясь воспитанием детей, не спешили наказывать провинившегося ребенка, а рассказывали ему сказку, из которой становился ясным смысл поступка. Сказки служили моральным и нравственным законом, предохраняли детей от напастей, учили их жизни. Зная, как сказка влияет на жизнь человека, можно очень многим помочь своему ребёнку. В работе с одаренными детьми сказкотерапия приобретает особенный характер, так как помогает развить у детей способности к творчеству, фантазии.

Следует отметить, что метод сказкотерапии позаимствовал некоторые черты у арттерапии. Он направлен на разрешение личностных, поведенческих и эмоциональных проблем. Сегодня к функции сказки добавилась и ее диагностическая роль: занятия в детском саду сказкотерапией помогают быстрее адаптироваться к ДОУ, раскрывают и развивают внутренний потенциал ребенка. Кроме этого, они позволяют правильно планировать работу и выделить проблемные группы, определив направления психокоррекции.

Виды сказок (классификация Т.Д.Зинкевич-Евстигнеевой):

Художественные сказки – делятся на народные и авторские. Народные сказки способствуют воспитанию нравственных и эстетических чувств: взаимопомощи, поддержки, сопереживания, сочувствия, долга, ответственности и др.

Дидактические сказки – используются для преподнесения детям новых для них знаний учебного характера. В этих сказках абстрактные для ребёнка символы: буквы, цифры, звуки становятся одушевлёнными и повествуют о новых для ребёнка понятиях.

Диагностические сказки – позволяют определить наличие проблемы у ребёнка, а также определить его характер и отношение к тому, что его окружает. Например, если ребёнок отдаёт предпочтение сказкам, где главным героем является заяц- трусишка, то можно предположить, что он сам достаточно застенчивый, с повышенным уровнем тревожности. Диагностическая сказка может способствовать выявлению состояния ребенка, о которых он не хочет или не может говорить вслух.

Психокоррекционные сказки – помогают взрослому мягко влиять на поведение ребенка, «замещая» неэффективный стиль поведения на более продуктивный и объясняя ребенку смысл происходящего, то есть ненавязчиво в сказочно-волшебной форме предлагается ребенку положительный пример поведения, и нет ничего удивительного, что ребенок будет вести себя так же, как и сказочный герой. Он будет стремиться пользоваться примером положительного героя в борьбе со своими страхами и проблемами.

Медитативные сказки – активизируют положительные эмоции детей, учат позитивному настрою. Особенностью этих сказок является отсутствие отрицательных героев и конфликтных ситуаций. Медитативные сказки рассказываются под специальную музыку, способствующую расслаблению. Такие сказки успокаивают, вызывают положительные эмоции, настраивают на гармонию с самим собой и окружающими, внушают уверенность в себе, создают атмосферу позитива, спокойствия, комфорта, расслабления, снимают

напряжения и возбуждения. Характер этих сказок – путешествие. Принцип построения сказки прост: секунд звучит спокойная музыка. Ребенок делает глубокий вдох и выдох. Педагог говорит: «Сейчас мы с вами отправляемся в путешествие в прекрасную сказочную страну...» или «в волшебный лес...».

Занятия в детском саду сказкотерапией могут включать в себя как известные сказки, так и придуманные воспитателем или родителями. Главный герой в таких сюжетах очень похож на конкретного ребенка. Со стороны поступки лучше видно, и малыш с легкостью сможет соотнести себя с героем. Важно преодолеть все препятствия в сказке, чтобы и в действительности ребенок увидел выход из сложившихся ситуаций. В качестве авторов могут выступать и сами дети. Детская сказка показательна, она раскрывает переживания малышей, которые они стесняются обсуждать со взрослыми или о которых родители даже и не подозревали.

У каждой группы сказок есть своя возрастная детская аудитория. Детям 3-5 лет наиболее понятны и близки сказки о животных и сказки о взаимодействии людей и животных. В этом возрасте дети часто идентифицируют себя с животными, легко перевоплощаются в них, копируя их манеру поведения. Начиная с 5 лет, ребенок идентифицирует себя преимущественно человеческими персонажами: принцами, царевнами, солдатами и ему нравятся сказки о людях, потому что в этих историях содержится рассказ о том, как человек познает мир. Методом сказкотерапии можно работать с малышами от 3-х лет. Т.Д. Зинкевич – Евстигнеева читает, что сказку, как лекарство, можно применять с 4-х летнего возраста, потому что результативным средством воздействия сказкотерапия становится только тогда, когда человек четко осознает отличие сказки и выдумки от жизни и реальности. А у ребенка это осознание начинается как раз на рубеже 4-х лет.

Сказкотерапией в детском саду достаточно заниматься один раз в неделю в группах по 10-12 человек. Важно правильно определить состав, чтобы в игре участвовали дети с разными чертами характера. Все начинается с ритуала, например, приветствие с предметом (в дальнейшем этот момент

может проходить как "детский совет"): дети образуют круг и передают друг другу колокольчик или клубочек, называя свое имя. Далее – возможно несколько сценариев.

Во-первых: занятия сказкотерапией могут проходить в виде разыгрывания некой сказки, своего рода спектакля. Следует заранее подготовить декорации, костюмы, подобрать мелодии, подходящие по сюжету – все это будет способствовать положительному эффекту. Педагог озвучивает сказку, а ребенок может вообразить себя любым из персонажей, пережить все перипетии сюжета, эмоционально отзываясь на них. И когда ребенок возвращается в реальный мир, то чувствует себя более уверенным в своих силах. Он уже может справиться и с самим собой, и с жизненными трудностями.

Во-вторых, занятия в детском саду сказкотерапией в форме чтения или обсуждения самой сказки. Важно дать возможность каждому ребенку высказаться, при этом на занятии должна царить полная свобода мысли – любое мнение имеет право на существование и не должно осуждаться. Вначале следует вспомнить, чему научились в прошлый раз. Затем перейти к чтению новой сказки или ее разыгрыванию, обсудить, найти точки соприкосновения с реальной жизнью и в итоге – обобщить полученный на занятии опыт. Завершить занятие можно релаксационной паузой, в ходе которой дети с закрытыми глазами слушают педагога и представляют то, о чем он говорит.

Метод сказкотерапии в детском саду хорош тем, что позволяют в канву рассказа педагога вплести логопедические и физкультурные упражнения, методы релаксации под музыку. Если дети устали, то нужно плавно перевести их внимание в другое русло: попросить их сделать рисунки к наиболее понравившимся отрывкам из сказки, вылепить из пластилина героев.