МКДОУ «ЦРР-детский сад №7»

Педагог-психолог:

Поплавская Алла Александровна.

Занятие на тему: «Коррекция детских страхов».

**Цель занятия:** повышение уверенности в собственных силах, актуализация потенциала каждого ребенка и коррекция поведенческих реакций средствами сказкотерапии .

**Задачи:**

1. Формирование у детей адекватных эмоциональных реакций в отношении себя, своих возможностей;

2. Обучение детей техникам конструктивного разрешения меж-личностных конфликтов;

3. Формирование у детей опыта конструктивного взаимодействия как со взрослыми, так и со сверстниками.

**Материалы и оборудование:** карточки с изображением эмоций, иллюстрации с изображением различных страхов, бумага, карандаши, ножницы, текст сказки «Сказка про Чебурашку».

**Ход занятия.**

**1. Приветствие. «Закончи предложение».** Дети сидят в кругу. По кругу, по команде ведущего, дети по очереди заканчивают каждое из предложений:

Я хочу...

Я умею...

Я смогу... Я добьюсь...

Каждого ребенка можно попросить объяснить тот или иной ответ. Данное упражнение способствует повышению уверенности в себе, в своих силах.

2. **Чтение сказки «Сказка про Чебурашку».**

В данной сказке освещается проблема детских страхов (непосред¬ственно страха темноты). Ведущий, читает детям сказку.

Про Чебурашку.

Как-то раз, проводив друзей, Чебурашка остался дома один. Время было позднее. Он прибрался, умылся и собирался лечь спать. Коснувшись ручки двери, которая вела в неосвещенную темную спальню, Чебурашка вдруг почувствовал сильную тревогу; ему показалось, что в спальне кто-то есть. Этот «кто-то» скрывается в темноте, его не видно, и невозможно придумать, как себя вести: спасаться от него или предлагать дружбу. Страх Чебурашки стал настолько сильным, что он так и не решился войти в спальню. Что же делать? Может, позвонить Крокодилу Гене? А вдруг он засмеет его? А если про эти страхи еще узнает Шапокляк, тогда точно Чебурашке не избежать насмешек. Размышляя таким образом, Чебурашка вновь попробовал войти в спальню. Теперь этот «кто-то» даже чем-то потрескивал в комнате. Стало еще страшнее. «Надо покрепче закрыть дверь в спальню и срочно звонить Гене. Неважно, будут надо мной смеяться или нет», — подумал Чебурашка.

«Алло», — ответил на другом конце провода Крокодил Гена.

«Гена, мне срочно нужна твоя помощь. Похоже, Шапокляк подложила в мою спальню бомбу. Я чувствую, как она тикает».

«Чебурашка, а ты не забыл, что у тебя в спальне стоят большие часы с кукушкой — они и тикают». «Ой, Гена, может, это и не бомба, но точно что-то опасное. Приезжай скорее».

— Как хорошо, что ты приехал! — воскликнул Чебурашка, открывая дверь Крокодилу Гене.

Они подошли к двери, ведущей в спальню. Чуть приоткрыли ее. Все было тихо. Ничего не тикало и не потрескивало. Но именно это и настораживало. Особенно Чебурашку. Скоро его настороженность и тревога начали передаваться и Гене.

«Что за глупости, — подумал он, — я начинаю бояться как в далеком детстве».

И тут Гена вспомнил, как в детстве ему было страшно заходить в неосвещенные комнаты.

— Послушай, Чебурашка, я, кажется, понимаю, в чем тут дело. Со мной уже такое было.

— Да?! Тебе тоже Шапокляк подкладывала бомбу? Почему ты мне не рассказывал?!

— Шапокляк здесь ни при чем. Просто когда я был помладше, мне казалось, что в неосвещенных комнатах, таких как твоя спальня, обитают незнакомые мне существа. Я не знал, злые они или добрые, навредят они мне или, наоборот, будут помогать. Я ничего про них не знал, не мог их толком разглядеть, и мне ничего не оставалось, как их бояться. Ведь всем известно, что если ты чего-то или кого-то не знаешь, то ты начинаешь бояться.

— Знаешь, Гена, я ведь вовсе не хочу с ними знакомиться. Если бы они были нашими друзьями, они давно бы вышли на свет, или как-то дали о себе знать.

— Дорогой Чебурашка, они, может, и стали бы нашими друзьями, если бы действительно существовали.

— Ну, а кто же тогда издает все эти странные звуки? — воскликнул Чебурашка.

— Ты знаешь, Чебурашка, я тоже задавал себе этот вопрос. Когда я включал везде свет, мне казалось, что никаких посторонних звуков нет. И мне совсем не было страшно. Страх приходил только тогда, когда становилось темно. Я понял, что эти существа, если они, конечно, есть на самом деле, сами боятся!

— Чего же?!

— Боятся света. Но, — продолжал Гена, — когда я стал более внимательно прислушиваться к звукам в доме, полном света, то обнаружил, что все эти звуки есть!

— Ой, — прошептал Чебурашка, — значит, эти существа все-таки не боятся света!

— Не волнуйся, Чебурашка, — Гена улыбнулся и ласково обнял друга за плечи, — оказывается, наши дома умеют издавать звуки! Дом ведь тоже имеет свою жизнь. Просто звуки, которые он издает, очень тихие. Когда мы чем-то заняты, или разговариваем, мы издаем звуки громкие. Поэтому нам сложно услышать, как живет наш дом. А когда дневная жизнь затихает — не слышно машин на улице, выключен радиоприемник, спят соседи, мы можем слышать, как поскрипывает пол, ветер гудит за окном, тихий ход часов. Дом, в котором мы живем, начинает рассказывать нам свои сказки.

— Ничего себе сказочки, что даже страшно войти в спальню! — воскликнул Чебурашка.

— Когда чего-то не знаешь или не можешь себе объяснить, тогда и боишься. Придумываешь себе и бомбы, которые подложила Шапокляк, и чудовищ.

Чебурашка смутился — теперь его выдумка о бомбе казалась смешной.

— Знаешь, Чебурашка, ведь я теперь, когда ложусь спать, слушаю сказки, которые рассказывает мне мой дом. Его звуки сплетаются в интереснейшие рассказы о приключениях и путешествиях.

— Да, но чтобы лечь спать и слушать сказки, которые рассказывает мне мой дом, нужно еще войти в темную спальню, найти включатель и включить свет...

— Значит, я не убедил тебя в том, что твой дом тебя охраняет, — задумчиво сказал Крокодил Гена. — Тогда я раскрою один волшебный секрет: когда входишь в темную комнату, начерти пальцем в воздухе круг и скажи: «Охраняй, Волшебный Круг. Мне знакомо все вокруг!»

— Спасибо тебе, дорогой Гена! А почему ты мне сразу не сказал про волшебный круг и заклинание?

— Проговорив заклинание, ты бы преодолел свой страх только на время. Тебе было бы не до того, чтобы слушать сказки своего дома. Потратив силы на борьбу со страхом, ты не узнал бы, как много интересного происходит в это время рядом с тобой.

Когда дверь за Крокодилом Геной закрылась, Чебурашка совсем по-новому оглядел свой дом. Он погладил рукой стены, двери.

«Неужели, вы каждую ночь рассказываете мне сказки! Конечно же, вы ждете меня, когда я гуляю с друзьями и учусь. Согреваете меня, когда холодно. Пробуете со мной разговаривать, издавая звуки. А я, не зная этого, боялся. Спасибо вам». И Чебурашке показалось, что пол благодарно скрипнул.

На всякий случай, входя в темную спальню, Чебурашка начертил Волшебный Круг и произнес заклинание. Правда, делая это, он уже совсем не чувствовал страха. Он лег в свою кроватку, подушка и одеяло его мягко и приятно обняли. Чебурашка закрыл глаза, и дом стал нашептывать ему сказочные истории, которые потом превращались в удивительные и прекрасные сны..

Вопросы для беседы:

Расскажи, чего боишься ты? Было ли такое, когда ты сильно испугался? Преодолел ли ты свой страх?

3. **Рисование рисунка на тему «Чего я боюсь».**

Дети, посмотрите на доску, сколько у меня тут разных страхов, мне так страшно стало. Давайте назовем, какие бывают страхи (ответы детей).

Детям раздают листы бумаги и карандаши. Им предлагается нарисовать то, чего они боятся. После рисования поговорить о том, чего же конкретно боится ребенок. Затем необходимо дать детям ножницы и попросить разрезать «страх» на мелкие кусочки, а мелкие на еще более мелкие. Когда «страх» рассыплется на мелкие кусочки, необходимо показать детям, что собрать его невозможно. Мелкие кусочки бумаги необходимо выбросить в мусорное ведро. Мусор увезут и сожгут, а вместе с ним сожгут и «страх», и больше его никогда не будет.

4. **Игра «Цветик – семицветик».**

Дети рассаживаются на полу в кружок, каждому раздается серединка цветка. Один ребенок садится в центр круга, другие дети по очереди говорят о нем что-то хорошее, хвалят, затем берут в руки один из лепестков (лепестки могут быть одного цвета или разноцветные) и отдают сидящему в кругу. Так у каждого ребенка, которого «похвалили», получается цветок с количеством лепестков равным числу участников группы. В центре круга должен посидеть каждый ребенок.

Ребята, у каждого в руках появился удивительный, волшебный цветок, которым мы украсим нашу полянку.

5. **Итог занятия**. Ребята, нам сегодня удалось избавиться от нескольких страхов, теперь они нам не будут надоедать, пугать нас. Теперь на нашей полянке будут расти только цветы. Спасибо всем!