С.В.Клочкова (г.Арзамас)

«Использование сказкотерапии в работе с дошкольниками»

Охрана жизни и укрепление физического и психического здоровья детей – одна из основных задач дошкольного образования. Дошкольный возраст является важнейшим этапом в формировании здоровья ребенка. И поэтому актуально значимым и востребованным сегодня становится поиск средств и методов повышения эффективности оздоровительной работы в дошкольных образовательных учреждениях. Очень важным фактором в развитии дошкольников является психологическое здоровье, эмоциональная комфортность нахождения детей в детском саду. Поэтому, наряду с другими видами здоровьесберегающих технологий, я использую сказкотерапию.

Что такое сказкотерапия? Сказкотерапия - пожалуй, самый детский метод педагогики, и, конечно, один из самых древних. Ведь ещё наши предки, занимаясь воспитанием детей, не спешили наказать 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.

Цель сказкотерапии: снизить уровень детской конфликтности и агрессивности, уменьшить число психосоматических заболеваний. Помочь недостатки ребенка превратить в достоинства. Определить главные черты ребенка и облагородить их.

Задачи:

1.Научить детей строить более конструктивные отношения со сверстниками и взрослыми.

2.Познакомить с приемами эффективного поведения в конфликтных ситуациях.

3.Снять психоэмоциональное напряжение.

4.Повысить (понизить) самооценку, развить самоуважение, решить частные проблемы (страхи, тревожность, агрессивность, гипперактивность).

Виды сказок, используемых в работе.

*Художественные сказки (народные, авторские)* - к ним относятся сказки, созданные многовековой мудростью народа, и авторские истории. Собственно, именно такие истории и принято называть сказками, мифами, притчами. В художественных сказках есть и дидактический, и психокоррекционный, и психотерапевтический, и даже медитативный аспекты. Художественные сказки создавались вовсе не для психологического использования, но тем не менее успешно ему служат.

Народные сказки.

Народные сказки несут чрезвычайно важные для нас идеи:

1.Окружающий нас мир — живой. В любой момент любой его элемент может заговорить с нами. Эта идея важна для формирования бережного и осмысленного отношения к тому, что нас окружает. Такое отношение нужно воспитывать у детей и к людям, и к растениям, и к рукотворным вещам.

2.Ожившие объекты окружающего мира способны действовать самостоятельно, они имеют право на свою жизнь. Эта идея важна для формирования чувства принятия другого.

3.Разделение добра и зла, победа добра. Эта идея важна для поддержания бодрости духа и развития стремления к лучшему.

4.Самое ценное достается человеку через испытание, а то, что далось даром, может быстро уйти. Эта идея важна для формирования механизма целеполагания и терпения.

5.Вокруг нас множество помощников. Но они приходят на помощь только в том случае, если мы не можем справиться с ситуацией или заданием сами. Эта идея важна для формирования чувства самостоятельности, а также доверия к окружающему миру.

Авторские сказки

Такие сказки более трепетны, образны, чем народные. Если мы поставим своей целью помочь ребенку осознать свои внутренние переживания, то мы, наверное, выберем авторскую сказку, несмотря на большое количество личностных проекцией (они-то и ценны на тот момент!).

Художественные сказки, мифы, притчи, басни позволяют начинающему сказкотерапевту не нагружать себя придумыванием «правильных» сказок. Нам оставлено такое большое наследие, что есть из чего выбирать. При этом мы должны помнить, что народные сказки дают нам «концентрат» мудрости, а авторские истории чудесно «разбавляют» его образами, чувствами, отношением, интерпретацией. Именно авторские истории расскажут нам о частных сторонах жизни, что является чрезвычайно важным для миропонимания.

*Дидактические сказки.*

Абстрактные символы (цифры, буквы, звуки, арифметические действия и пр.) одушевляются, возникает сказочный образ мира, в котором они живут. Дидактические сказки могут раскрывать смысл и важность определенных знаний. В форме дидактических сказок подаются учебные задания.

*Психокоррекционные сказки*

Такие сказки создаются для мягкого влияния на поведение ребенка. Под коррекцией здесь понимается «замещение» неэффективного стиля поведения на более продуктивный, а также объяснение ребенку смысла происходящего.

*Медитативные сказки*

Они создаются для накопления положительного образного опыта, снятия психоэмоционального напряжения, создания в душе позитивных моделей взаимоотношений с другими людьми, развития личностного ресурса.

Главное назначение медитативных сказок — сообщение нашему бессознательному позитивных «идеальных» моделей взаимоотношений с окружающим миром и другими людьми. Поэтому отличительная особенность медитативных сказок — это отсутствие в них конфликтов и злых героев.

*Психотерапевтические сказки.*

Сказки, врачующие душу, раскрывающие глубинный смысл происходящих событий. Многие психотерапевтические сказки посвящены проблемам жизни и смерти, отношению к потерям и приобретениям, повторяющимся событиям. Эти сказки помогают там, где другие психологические техники бессильны: там, где нам нужно перейти в область философии событий и взаимоотношений. В зависимости от ситуации и стоящих перед нами целей, мы можем обсуждать сказки или оставлять ребенка в размышлении, а также давать читать на дом.

У каждой группы сказок есть своя возрастная 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 с человеческими персонажами: принцами, царевнами, солдатами и пр. Чем старше становится ребенок, тем с большим удовольствием он читает истории и сказки о людях, потому что в этих историях содержится рассказ о том, как человек познает мир.

Примерно с 6-7 лет ребенок предпочитает волшебные сказки.

Основной принцип подбора сказок – это направленность проблемной ситуации, характерной для данного возраста, нравственный урок, который дает сказка, доступный для осмысления детям дошкольного возраста.

В сказкотерапевтических историях можно выделить следующие группы тем, которые они поднимают:

1.Трудности, связанные с общением (со сверстниками и родителями).

2.Чувство неполноценности. Практически все агрессивное поведение - результат ощущения собственной «малозначимости» и попытки таким способом доказать обратное.

3.Страхи и тревоги по самым различным поводам.

4.Проблемы, связанные со спецификой возраста. Дошкольник сталкивается с необходимостью обходиться без мамы, быть самостоятельным.

В результате использования сказкотерапии, ребенок чувствует поддержку взрослых, которая ему так необходима. Также в сказке и через восприятие сказочного мира можно создать необходимые условия для развития эмоциональной сферы дошкольника, обогатить образами и представлениями, формирующими воображение.

Абсолютно всё, что нас окружает, может быть описано языком сказок. Если родители и воспитатели смогут правильно использовать все возможности сказкотерапии, то окажут детям неоценимую помощь. Ребенок будет знать, что родителям и воспитателям небезразличны его проблемы, он сможет усвоить такое жизненное правило: " нужно искать силы для преодоления трудностей в себе самом". Сказки показывают, что безвыходных ситуаций не существует, выход всегда есть - надо только его поискать. Сказки разовьют воображение ребёнка, научат свободно, не страшась опасностей, импровизировать, дадут ему чудесное умение использовать для решения проблем волшебную силу творчества!