Использование сказкотерапии в работе с тревожными детьми дошкольного возраста.

Наши дети, это самая чувствительная часть социума и они наиболее подвержены разнообразным отрицательным воздействиям. В последние годы, как свидетельствуют специальные экспериментальные исследования, наиболее распространёнными явлениями у детей, являются тревожность и страхи (И.В. Дубровина, В.И. Гарбузов, А.И. Захаров, Е.Б. Ковалёва и другие).

Проблема тревожности у детей дошкольного возраста актуальна в настоящее время. И будучи ещё в детском саду, дети должны пройти все тесты тревожности и преодолеть барьер страха в своём сознании.

Тревожность, согласно исследованиям педагогов - психологов можно классифицировать на два вида:

Ситуативная тревожность, то есть порожденная некоторой конкретной ситуацией, которая объективно вызывает беспокойство. Это состояние не только, является вполне нормальным, но и играет свою положительную роль. Оно выступает своеобразным мобилизирующим механизмом, позволяющим человеку серьезно и ответственно подойти к решению возникающих проблем. Ненормальным является скорее снижение ситуативной тревожности, когда человек перед лицом серьезных обстоятельств демонстрирует безалаберность и безответственность, что чаще всего свидетельствует об инфантильной жизненной позиции.

Личностная тревожность. Она может рассматриваться как личностная черта, проявляющаяся в постоянной склонности к переживаниям тревоги в самых различных жизненных ситуациях, в том числе и таких, которые объективно к этому не располагают. Ребенок, подверженный такому состоянию, постоянно находится в настороженном и подавленном настроении, у него затруднены контакты с окружающим миром, который воспринимается им как враждебный. Если данный вид тревожности закрепляется у ребенка в процессе становления характера, то формируется заниженная самооценка и негативное восприятие окружающего мира.

У детей дошкольного возраста чаще доминирует ситуативная тревожность.

Таким образом, изучив литературу, можно сказать, что у детей старшего дошкольного возраста тревожность еще не является устойчивой чертой характера, а больше представляет собой функцию неблагоприятных отношений с близкими взрослыми. Это все относительно исправимо при проведении соответствующих психолого-педагогических мероприятий.

Коррекция детской тревожности может осуществляться посредством: игротерапии, арттерапии, куклотерапии, индивидидуально-групповых занятий, улучшения детско-родительских отношений, но мне бы хотелось подробнее остановиться на методе сказкотерапии.

Сказкотерапия как метод терапии психологических трудностей сложилась не так давно, в начале 90-х годов прошлого столетия.

К сказкам обращались в своем творчестве известные зарубежные и отечественные психологи: Э.Фромм, Э.Берн, Э.Гарднер, Вачков И.В., М. Осорина, Е.Лисина, Т. Зинкевич-Евстигнеева и другие. На сегодняшний день особенно актуальна методика сказкотерапии.

Сказкотерапия - означает «лечение сказкой». Как пишет Вачков И.В., сказку используют и врачи, и психологи, и педагоги, и каждый специалист находит в сказке тот ресурс, который помогает ему решать его профессиональные задачи. Вовремя рассказанная сказка для ребенка значит столько же, сколько психологическая консультация для взрослого. Отличие только в том, что от ребенка не требуют вслух делать выводы и анализировать, что с ним происходит: работа идет на внутреннем, подсознательном уровне.

Сказкотерапевтическое воздействие осуществляется с помощью пяти видов сказок: художественных, дидактических, психокоррекционных, психотерапевтических и медитативных. Для каждой ситуации, случая консультирования либо подбираются, либо специально сочиняются соответствующие сказки.

Например, как считает Ткач Р.М., для того чтобы сказка или история обрела силу и оказала помощь, необходимо придерживаться определенных правил ее создания:

1. Сказка должна быть в чем-то идентичной проблеме ребенка, но ни в коем случае не иметь с ней прямого сходства.

2. Сказка должна предлагать замещающий опыт, используя который ребенок может сделать новый выбор при решении своей проблемы. Либо в этом должен помочь психолог.

Работая с тревожными детьми, в первую очередь следует придерживаться нескольких правил:

- При чтении или рассказывании сказки должны передаваться подлинные эмоции и чувства;

- Во время чтения или рассказывания следует расположиться перед ребенком так, чтобы он мог видеть лицо психолога и наблюдать за жестами, мимикой, выражением его глаз, обмениваться с ним взглядами;

- Нельзя допускать затянувшихся пауз.

-Ситуация должна содержать актуальную для ребенка проблему, «зашифрованную» в образном ряде сказки;

- Ситуации и вопрос должны быть построены и сформулированы так, чтобы побудить ребенка самостоятельно строить и прослеживать причинно-следственные связи.

Таким образом, сказкотерапия в коррекции детской тревожности, является самым безопасным и интересным методом. С помощью сказки мы можем понять и обсудить с ребенком причины его неуверенности, тревожности, боязливости, и что немало важно ребенок перерабатывает свою проблему через собственный эмоциональный фон.