

Автор: Доброславская Татьяна Валентиновна

Должность: Педагог-психолог

Учреждение: ГБУ "Белгородский центр развития и социализации ребёнка "Южный"

Населенный пункт: г. Белгород, Белгородская область

Тема: Снижение неблагоприятных эмоциональных состояний у воспитанников через коррекционно-развивающие занятия с элементами сказкотерапии.

«Духовная жизнь ребёнка полноценна лишь тогда,
когда он живет в мире игры, сказки, музыки, фантазии, творчества.
Без этого – он засушенный цветок...»
В.А. Сухомлинский

"Без чего невозможно детство?" – спросите вы. И сами сможете ответить на этот вопрос: без любви, без игрушек и игры, и, конечно же, без сказки. Сказки входят в нашу жизнь с самого раннего детства. Сказка проста, говорит с малышом на понятном ему языке, и в то же время сказка загадочна. Она умеет завладеть вниманием ребёнка, возбудить его любознательность, обогатить жизнь, стимулировать его воображение, помочь понять самого себя, свои желания и эмоции.

Вы замечали, как внимательно ребёнок слушает сказки? А почему? Потому, что сказка, не поучая и ничего не требуя, ведёт с ребёнком таинственный разговор, через который передаёт модели поведения в разных ситуациях, модели выбора, даёт возможность переживать страх, и дарит надежду, что добро обязательно победит.

Сказки можно читать, сказки можно обсуждать, сказки можно рисовать, сказки можно сочинять.

Встреча со сказкой для детей величайшая необходимость и источник радости. Неслучайно, наверное, несколько лет назад возродился самый древний в человеческой истории метод практической психологии и один из самых молодых методов в современной научной практике – сказкотерапия.

Ребенок не сможет воспользоваться этими сокровищами, если никто не обсуждал с ним сказок, а только читал или рассказывал (но даже и простое слушание хорошо – оно дает хоть какую-то защиту и опору в жизни). Чтобы знания о мире, которые дает сказка, ожили, взрослый должен найти возможность обсудить с ребенком прочитанное, сравнить сказочные сюжеты с историями из жизни. Так ребёнок учится действовать осознанно, видеть причинно-следственные связи между событиями, размышлять о своем предназначении, открывать свои способности и таланты.

На мой взгляд, метод сказкотерапии необходим в работе с детьми, лишенными родительской ласки. Ведь оторванность от родителей обедняет эмоциональный мир детей, не испытывающих в дальнейшем глубокого чувства любви, привязанности, сострадания. У детей формируется недоверие к окружающему миру, что выражается в «плохом» поведении. В конфликтных ситуациях они, зачастую, неспособны, сколько-нибудь объективно оценить ситуацию, не могут владеть своим настроением и поведением. Их агрессия, замкнутость, лживость, обидчивость носит защитный характер. Они защищают себя от предполагаемой опасности со стороны. Пережитые за это время стрессы сказываются на развитии эмоционально-волевой сферы. Для них характерны: односторонность, бедность поведенческих мотиваций, постоянная зависимость от поведения взрослого. Затруднения в формировании самосознания приводят к постоянному подражанию другим, поверхностности чувств, агрессивности. Как показывают наблюдения и опыт работы с детьми - пытаюсь самоутвердиться, ребенок-сирота демонстрирует свою самостоятельность отказом от подчинения правилам и моральным нормам. Нарушения в эмоциональной сфере, в самосознании, трудности в общении, затрудненный самоконтроль, преобладание защитных форм поведения требуют индивидуального подхода к детям-сиротам.

Работа по сказкам начинается с уровня, подходящего для малыша 2-3 лет . Занятия с воспитанниками данного возраста были составлены на основе программы М.Г.Борисенко, Н.А.Лукина. Игра-занятие может длиться до 20 минут. Цель занятий: развитие у ребенка правильной речи, лексики, логики, мышления и кругозора, уверенности в себе и других положительных качеств психической деятельности.

Занятия построены на материале сказок: «Курочка Ряба», «Колобок», «Репка», «У страха глаза велики», «Теремок». По каждой сказке проводится три занятия. От занятия к занятию задания усложняются. Ребенок данного возраста усваивает знания при условии многократного повторения, поэтому желательно проводить одну и ту же игру несколько раз. В то же время он не любит однообразной деятельности, от которой быстро устает, поэтому каждое занятие состоит из игр и упражнений с использованием сказочных героев.

Например, по сказке «Курочка Ряба» использовались упражнения: «Покорми курочку» (на развитие мелкой моторики и произвольной регуляции поведения), « Покажи как рассердился дед и баба, когда мышка разбила яйцо» (на развитие мимики). Игра «Да-нет» (ребёнку показывают и называют сказочный персонаж, он должен сказать только «Да - нет») - это упражнение способствует развитию памяти, речи, а так же произвольной регуляции поведения. На занятиях используется много упражнений на развитие восприятия: «Кто спрятался», «Узнай по контуру».

В целях создания условий для развития эмоционально-личностной сферы, развития адаптационных навыков, взаимодействия с окружающим миром, а также обучения, воспитания, диагностики и коррекции воспитанников через использование метода сказкотерапии в рамках учреждения был создан кружок "Путешествие в сказку".

Для достижения поставленной цели, были выдвинуты следующие задачи: учить регулировать свое поведение нравственной нормой, понимать свои переживания и справляться с негативными эмоциями, управлять своими чувствами; способствовать повышению уверенности в себе и самостоятельности; формировать понимание «добра» и «зла»; развивать отзывчивость, внимание к людям, терпимость, взаимопомощь, способность творчески самовыражаться, активно познавать мир.

Для реализации поставленных задач в качестве основных инструментов развития и коррекции эмоционально-личностной сферы в системе комплексного коррекционного образовательного процесса используются методы комплексной сказкотерапии (Т.Д. Зинкевич – Евстигнеева), ролевые игры - драматизации, психогимнастические игры (М.И.Чистякова, В.С.Мухина, Н.Л.Кряжева), коммуникативные игры (К.Фопель, Л.А.Дубина), игры на развитие произвольности (К.Фопель), методы арттерапии (А.И.Копытин).

Применяя в работе сказки, я стараюсь придерживаться следующих принципов:

- 1) *принцип осознанности* (показать детям, что одно событие плавно вытекает из другого, даже несмотря на то, что на первый взгляд это незаметно; важно понять место, закономерность появления и назначения каждого персонажа сказки).
- 2) *принцип множественности* (раскрыть одну и ту же сказочную ситуацию с нескольких сторон: с одной стороны, это так, а с другой стороны, иначе).
- 3) *принцип связи с реальностью* (кропотливо и терпеливо прорабатывать сказочные ситуации с позиции того, как сказочный урок будет нами использован в реальной жизни, в каких конкретно ситуациях).

Сказкотерапевтическое воздействие строится с использованием пяти видов сказок: художественные сказки, дидактические сказки, психотерапевтические сказки, психокоррекционные сказки и медитативные сказки.

Художественные сказки - это народные и авторские истории. Народные сказки несут в себе мудрость веков, и зачастую содержат в себе множество смыслов. Авторские же истории могут более тонко, бережно и образно передавать смысл и показывать частные стороны человека.

Дидактическая сказка - самая простая и ненавязчивая. Чаще всего её используют в работе с детьми дошкольного и младшего школьного возраста. Цель дидактической сказки скромна - передать ребёнку некое новое знание, умение, навык. Ну, а кроме прочего - показать смысл и важность этого умения.

Психотерапевтическая сказка - это жемчужина в короне сказкотерапии. Эти сказки обладают наибольшей силой воздействия, они должны быть глубокими, красивыми и

мудрыми. Темы, которые затрагиваются в психотерапевтических сказках - отношение человека к самому себе, к миру вообще и к другим людям.

Психокоррекционные сказки сочиняются и рассказываются с целью оказать мягкое влияние на поведение и установки человека - как взрослого, так и ребёнка. Сначала в такой психокоррекционной сказке демонстрируется неэффективный и непродуктивный стиль поведения, а потом предлагается альтернатива. События, которые происходят с героями психокоррекционной сказки могут быть похожи на события обычной жизни, а могут звучать как несколько абстрактные метафоры.

Медитативная сказка - самая сложная. Её под силу создать и рассказать (получив нужный эффект от слушательской аудитории!) лишь тем, кто одарён свыше даром рассказчика.

Все виды сказок могут быть поданы под разными «соусами». Это анализ, рассказывание, сочинение, изготовление кукол, постановка, рисование и пр. Однако будем помнить о том, что разнообразные формы «обыгрывания» сказок необходимы для создания положительной мотивации и интереса. Глубинное зерно сказкотерапии – в жизненных ценностях.

В своей работе с группой чаще использую художественные авторские сказки, так как считаю, что в них есть и дидактический, и психокоррекционный, и психотерапевтический, и медитативный смысл.

В индивидуальной работе я чаще использую именно терапевтические сказки-метафоры для решения психологических проблем детей. Не зависимо от особенностей содержания терапевтическая сказка всегда направлена на то, чтобы помочь ребенку упорядочить его внутренний мир, узнать нечто новое и осуществить желаемые изменения.

На учебный год запланировано 18 занятий. При составлении программы занятий использовались сказки с учетом возрастных и личностных особенностей воспитанников: сказка «Заяц-хвоста» (А. Толстой), русская народная сказка «По щучьему велению», русская народная сказка «Гуси-лебеди», «Сказка о букашке Сашке» (О.Хухлаева), русская народная сказка «Морозко», мордовская сказка «Как собака друга искала», сказка «Жираф и Ежик» (Г.Скрипкин), басня «Собака и ее тень» (Л.Н. Толстой), сказка «Два облачка» (М. Адрианов), сказка «Верь в себя» (О. Хухлаева), сказка «Роза и ромашка» (О. Хухлаева), русская народная сказка «Лиса и козел», сказка «Умей обождать» (К.Ушинский), «Сказка о Вороненке» (О.Хухлаева), бирманская народная сказка «Друзья».

Занятия проходят два раза в месяц с обязательным закреплением содержания в повседневной жизни, строятся на прочтении, обсуждении и проигрывании определённых сказок. Данное построение способствует образованию связи между сказочными событиями и

поведением в реальной жизни ребёнка, ведущего к приобретению новых и многообразных эффективных способов поведения и взаимодействия с окружающими.

Следует учитывать возраст детей и их психические возможности, при необходимости любое занятие можно сократить до минимума.

В случае непредвиденного утомления детей занятие можно мягко остановить, объяснив, что «волшебная сила» иссякла и нет возможности сегодня продолжать путешествие по сказке, и что следующая встреча с героями сказки состоится в другой раз.

При рассказывании сказки в процессе групповой работы необходимо соблюдать определенную структуру:

1. Ритуал «входа» в сказку (создание настроения на конструктивное сотрудничество).
2. Повторение (обобщение опыта, приобретенного на прошлом занятии).
3. Расширение (расширение представлений ребенка о чем-либо, чтение сказки).
4. Закрепление (совместное обсуждение и анализ прочитанного).
5. Интеграция (объединение нового опыта с реальной жизнью).
6. Рефлексия (обсуждение приобретенного опыта, связывание его с уже имеющимся).
7. Ритуал «выхода» из сказки (повторение ритуала «входа в сказку»).

Педагогическая работа похожа на работу садовода. И от нашей заботы, любви и внимания во многом зависит красота души каждого ребенка.

«Детство как почва, в которую падают семена. Они крохотные, их не видно, но они есть. Потом они начинают прорастать. Биография человеческой души, человеческого сердца — это прорастание семян, развитие их в крепкие, большие, во всяком случае, растения. Некоторые становятся чистыми и яркими цветами, некоторые — хлебными колосьями, некоторые — злым чертополохом» (Владимир Солоухин).

Итак, создавая сказки, мы оказываем определенное воздействие. И благодаря тому, что оно облачено в сказочные одежды, у тех, с кем мы взаимодействует, не возникает ощущения давления. Мы только рассказываем сказки. Но будьте уверены, они прекрасно запоминаются и оказывают сильное позитивное воздействие.

Список используемой литературы:

1. Вачков И. В. Почему люди любят сказки?// Школьный психолог. – 2005. – № 9.
2. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Основы сказкотерапии / Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева. – СПб. : Речь, 2007.

Всероссийский образовательный портал «Просвещение» — prosveshhenie.ru

3.Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Практикум по сказкотерапии [Текст] / Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева. – СПб. : Речь, 2006.

4.Щербакова Т.Н. Детская психология в сказках и играх: сказкотерапия // Школьные технологии. – 1997. – № 1.