

**Методические рекомендации по использованию
сказкотерапии как средства эмоционально-личностного развития
дошкольников**

*Воспитатель МБДОУ № 33
Валикова Елена Викторовна*

Одной из актуальных, эффективных методик на сегодняшний день является методика сказкотерапии. Старые, добрые сказки никогда не выйдут из моды, и причина здесь не только в том, что ребенок охотно верит в чудо и стремится искать в этих сюжетах развлекательный момент, но и в удивительной и разноаспектной воспитательной роли сказки. Сказки - остаются важными составляющими развития и становления личности дошкольников.

Сегодня педагоги бьют тревогу – уровень развития эмоционально-волевой сферы детей дошкольного и младшего школьного возраста очень низок. Страхи, тревоги, агрессия – это уже те понятия, которые очень близко, можно даже сказать вплотную идут по жизни вместе с нашими детьми.

Актуальность данной проблемы обусловлена современными требованиями развития педагогической теории и практики требованиями ФГОС ДО. Введение нового образовательного стандарта существенно изменяет всю образовательную ситуацию: важное место в образовательном процессе занимает психическое здоровье воспитанников, создание психологически безопасной и комфортной образовательной среды.

Сказкотерапия – один из видов здоровьесберегающих технологий. Является инновационным методом в работе с детьми, который, позволяет мягко и ненавязчиво воздействовать на ребенка при помощи сказки, решая при этом самые разные задачи. Сказка является наиболее эффективным и проверенным способом и средством воспитания и обучения детей, а также одним из эффективных методов работы с детьми, испытывающими те или иные эмоциональные и поведенческие затруднения. В каких случаях уместно лечение сказкой? Оно необходимо, если у ребёнка наблюдаются эмоционально-личностные и поведенческие проблемы: агрессивность, тревожность, страхи, капризность, застенчивость и неуверенность в себе. Сказка позволяет ребенку актуализировать, осознать свои проблемы, и увидеть различные пути их решения.

У ребенка сильно развит механизм идентификации, т.е. процесс эмоционального объединения себя с другим человеком, персонажем и присвоение его норм, ценностей, образцов как своих. Поэтому, попадая в

сказку, ребенок легко воспринимает «сказочные законы» - нормы и правила поведения, которые иногда с трудом прививаются детям родителями.

Задачи сказкотерапии:

- развитие речи и корректировка эмоциональных, психических, волевых показателей
- умение решать проблему, находить выходы из различных ситуаций.
- развитие духовного мира
- определение необходимой модели поведения

Попадая в сказку, дети легко воспринимают «сказочные законы» - нормы и правила поведения. Эмоционально разряжаясь, сбрасывая зажимы, «отыгрывая» глубоко спрятанные в подсознании страх, беспокойство, агрессию или чувство вины, дети становятся мягче, добрее, увереннее в себе, восприимчивее к людям и окружающему миру.

Выделяют пять видов сказок:

(классификация Зинкевич – Евстигнеевой)

1. Художественные сказки.

Художественные сказки делятся на народные и авторские. Народные сказки способствуют воспитанию нравственных и эстетических чувств: взаимопомощи, поддержки, сопереживания, сочувствия, долга, ответственности и др. Так, в сказке «Репка» ярко отражается то, что помощь и поддержка других людей позволяют достигнуть цели, которая не по силам одному человеку. Главная мысль сказки «Маша и медведь - из любой трудной ситуации всегда можно найти выход, главное не сила, а смекалка.

2. Дидактические сказки.

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. Познавательный материал, преподнесенный в контексте сказки легче воспринимается ребенком, а значит, процесс обучения становится более эффективным.

3. Диагностические сказки.

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.

4. Психокоррекционные сказки.

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.

5. Медитативные сказки.

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...»

Структура сказкотерапевтического занятия содержит:

1. Ритуал «входа в сказку» (настрой на совместную работу). Например, передача волшебного клубочка по кругу, проход через волшебный обруч, ритуальная присказка: «Добрая волшебница в гости пригласила, двери в сказку нам тихонько приоткрыла». "Сказка в гости к нам пришла, нам встречать ее пора!"
2. Основную часть, где педагог рассказывает детям новую сказку, использует разнообразные приемы работы со сказкой:

- обсуждение;

- вопросы к детям

(О чём сказка? Что запомнилось больше всего? Какие герои запомнились? Почему? Что случилось с тем или иным персонажем? Какие чувства возникали во время чтения? В какие моменты было радостно? В какие грустно? Было ли жалко кого-нибудь? Какие чувства, какое настроение после сказки? Случается ли такое в жизни, по-настоящему? Случались ли у тебя похожие ситуации? Чему мы можем научиться у этой сказки?)

- инсценирование сказки

- рисование сказки

3. Резюмирование. Обобщить приобретенный опыт связать его с уже имеющимся опытом. Воспитатель подводит итоги занятия. Четко проговаривает последовательность происходившего на занятиях, отмечает отдельных детей за их заслуги, подчеркивает значимость приобретенного опыта, проговаривает конкретные ситуации реальной жизни, в которых дети могут использовать опыт, что приобрели сегодня.
4. Ритуал «выхода из сказки». Дети, стоя в кругу, проговаривают: «Мы берём с собой всё важное, что было сегодня с нами, всё, чему мы научились».

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. 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.

Направления использования сказкотерапии:

Сказкотерапия как способ передачи знаний о жизни.

Издавна житейский опыт передавался через образные истории. Однако опыт опыту рознь. Можно просто рассказать историю, которая недавно произошла. А можно не просто рассказать интересный сюжет, но и сделать определенный вывод, или задать вопрос, который бы подтолкнул слушателя к размышлениям о жизни. Именно такие истории являются особенно ценными, терапевтическими. Именно они являются основой сказкотерапии.

Слушая сказки, ребенок накапливает в бессознательном некий символический «банк жизненных ситуаций». Этот «банк» может быть активизирован в случае необходимости, а не будет ситуации – так и останется в пассиве. И если с ребенком размышлять над каждой прочитанной сказкой, то знания, зашифрованные в них, будут находиться не в пассиве, а в активе, не в подсознании, а в сознании. Тем самым удастся подготовить ребенка к жизни, сформировать важнейшие ценности.

Сказкотерапия как средство развития самосознания.

Сказка – это удивительное по силе психологического воздействия средство работы с внутренним миром человека, мощный инструмент развития. Сказка окружает нас повсюду. Интерес психологов к сказке существует давно. Однако только в последние годы возникла сказкотерапия как самостоятельное направление практической психологии.

Важнейшим условием, позволяющим человеку стать субъектом саморазвития, является достижение им некоторого определенного уровня развития самосознания, то есть уровня знания о своем Я, отношении к своему Я и управление своим Я. Понимание и проживание через сказку содержания свойственного внутреннему миру любого человека, позволяют ребёнку распознать и обозначить собственные переживания и собственные психические процессы, понять их смысл и важность каждого из них.

Терапия в жанре волшебства.

Методика сказкотерапии как совместного литературного творчества опирается на жанр народной волшебной сказки. Психотерапевтический эффект достигается за счет проигрывания (обыгрывания) переживаний и конфликтов с помощью заместителей – персонажей и через построение сюжета.

Чему же учит сказка? Сказка учит: мир делится на хороших и плохих людей, зверей и прочих существ. Но добрых всегда больше, и их любит удача. А злые плохо заканчивают свою биографию. Малыши ярко проявляют свои симпатии и антипатии в отношении персонажей сказок, всецело встают на сторону угнетаемых, обездоленных, готовы прийти им на помощь.

Сказка формирует образ положительного Героя: доброго, умного, сильного, верного своему слову.

Сказка учит: хорошее дело не с первой попытки получается. Сказочному Герою по три раза приходится идти на Змея Горыныча или на другое чудище, но смелость и упорство обязательно вознаграждаются победой.

Сказка учит патриотизму. Главный Герой всегда с готовностью выходит защищать родную землю от чудищ-захватчиков.

Сказка учит любви к родителям. Герой, выполняющий поручение отца или матери всегда почитаем больше своих нерадивых братьев и сестёр. И именно он получает в наследство “полцарства в придачу”. Так же сказка помогает родителям найти общий язык с ребенком, подружиться с ним, помочь ему решить первые трудности.

Сказка содержит скрытую, ненавязчивую мораль, нравоучение: нельзя обманывать, нельзя быть жадным, нельзя предавать друзей. Сильной стороной сказок является их активная, действенная направленность на

победу добра. Дети искренне радуются, что побеждает справедливость: добрые люди выходят из беды, а злые погибают, т. е. зло наказано, добро восторжествовало. Дети хотят, чтобы и в жизни всегда так было.

Русская народная сказка способствует:

- нравственному воспитанию ребенка;
- становлению социальных и коммуникативных навыков;
- формированию эмоциональной сферы и эстетического восприятия;
- развитию логического и образного мышления;
- познанию окружающего мира.

Пути использования сказкотерапии:

- научить детей строить более конструктивные отношения со сверстниками и взрослыми;
- познакомить с приемами эффективного поведения в конфликтных ситуациях;
- повысить (понизить) самооценку, развить самоуважение, способствовать решению психических проблем (страхи, тревожность, агрессивность, гиперактивность);
- способствовать снятию психо - эмоционального напряжения.

Сказкотерапия один из самых эффективных видов педагогических здоровьесберегающих технологий, в процессе которого задействованы все компоненты здоровья детей. Начав использовать в своей работе методы сказкотерапии, нужно помнить - результатов от лечения сказкой не стоит ждать сразу, но что они будут – несомненно. Ведь труд, терпение и доброта, как и в любой сказке, обязательно будут вознаграждены. Попробуйте! Уверена, что этот прием понравится вашим воспитанникам и поможет Вам в работе!