Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад комбинированного вида № 54 «Веснушки»

(МБДОУ «Детский сад № 54 «Веснушки»)



Статья

**«Применение метода сказкотерапии в коррекции страхов детей»**

 Составитель: Ковалёва Лариса Евгеньевна

Педагог-психолог

 МБДОУ «Детский сад № 54»

Междуреченск 2023

**«Применение метода сказкотерапии в коррекции страхов детей»**

Проблема детских страхов в психологии и педагогике занимает особое место, поскольку рано или поздно с ней сталкиваются все родители и педагоги. Для ребёнка страх является психотравмирующим фактором, на котором позднее «выстраиваются» многие взрослые комплексы, а в некоторых случаях и более серьёзные психические отклонения.

А.В. Петровский дает следующее определение понятию «страх» – это эмоция, возникающая в ситуациях угрозы биологическому или социальному существованию индивида и направленная на источник действительной или воображаемой опасности.

В целом психологи выделяют большое количество разнообразных детских страхов, объединяя их во всевозможные группы по различным признакам:

– ситуативные и личностные страхи;

– патологические и нормальные страхи;

– возрастные детские страхи;

– врождённые и приобретённые страхи;

– невротические детские страхи;

– социальные детские страхи и т.д. [2, с. 169].

Параллельно с рациональными страхами, которые наблюдаются у детей (страх переходить дорогу, страх обжечься горячим чайником, страх электрического тока и т.д.), нередко проявляются страхи, возникшие под влиянием внешней среды, обстановки ребенка, его окружения и родственников, СМИ (страх Бабы-Яги или домового, собак, змей, пауков и т.д.). Причем вторые, «навязанные» страхи снимаются гораздо легче, чем глубинные (страх темноты, смерти, боли). Эффект от сказкотерапии в таком случае заключается в снижении тревожности у детей, целенаправленного избавления их от того или иного страха.

Сказки являются наиболее распространенным видом устного народного творчества. И наиболее «удобным» в плане коррекции психоповеденческих факторов. Мышление ребенка на ранних стадиях возраста отличается образностью и конкретностью; он оперирует не отвлеченными понятиями, а наглядными образами и конкретными представлениями и впоследствии на их основе делает выводы и обобщения.

Страхи, которые возникают в жизни ребенка, как правило, свидетельствуют о том, что ребенок чувствует угрозу своему благополучию – безопасности, самооценке, любви и заботе близких. Будучи же погруженным в сказку, ребенок чувствует себя защищенным (своим образом), раскованным, свободно выражает свои эмоции, рассказывает о своих страхах.

Проблема применения сказкотерапии в коррекционной работе с детскими страхами рассмотрена в работах многих исследователей (О.Г. Ивановская, С.Ф. Савченко, В.А. Барабохина и других авторов). Все они сходятся во мнении, что сказкотерапия является важнейшим педагогическим инструментом в коррекции страхов детей. Доктор психологических наук, профессор, писатель И.В. Вачков в своих работах утверждает о способности грамотно выстроенной сказкотерапиии снизить уровень тревожности у детей, укрепить их стрессоустойчивость, повысить эффективность самостоятельной борьбы со страхами и фобиями, как ситуативными, так и имеющими наследственный характер [5, с. 17].

Сказочные истории, используемые в терапевтической деятельности с детьми, условно делятся на четыре типа, отличные друг от друга механизмом психологического влияния:

1) народные сказки, в которых основная идея выражена с помощью метода «активной наглядности» – путем развёртывания конкретных фактов, событий. Герои, являющиеся выразителями идеи, представляют собой живые фигуры, взятые из реальной действительности и обладающие ярко выраженными чертами характера – трусостью или смелостью.

2) авторские сказки – подбираются педагогом с учетом индивидуальных особенностей ребенка и в соответствии с возрастными потребностями;

3) сказки устрашающего характера (персонажи – колдуны, домовые, мифические обитатели лесов или водоемов и т.д.). Подобные сказки рассчитаны на детей от 6 лет и преследуют целью разоблачение вымышленных опасностей, снижение воздействия стрессов, борьбу со страхами. Практика показывает, что ребенок, вопреки изначально устрашающему смыслу повествования, начинает воспринимать его в обыденном свете, у него снижается или совсем исчезает чувство опасности, волнения, различные психические напряжения;

4) сказки с волшебным сюжетом – один из самых любимых детьми типов сказки. В них ребенок проявляет свою тягу ко всему сказочному, необычному, чудесному. Подобные сказки помогают детям адаптироваться к окружающей обстановке, улучшать память, внимание и фантазию, формировать позитивный склад ума.

Рассмотрим, каким образом периодическое применение сказок укрепляет у ребенка устойчивость к стрессовым ситуациям и, как следствие, помогает ему бороться со страхами и тревогами.

Примеряя на себя роль главного героя, ребенок учится бороться со своим страхом. Например, в русских народных сказках очень часто заяц выступает олицетворением трусости, боязливости. Дети, будучи подвержены различным фобиям, начинают олицетворять себя с этим персонажем; победы боязливого зайца над волком, лисой и т.д. воспринимают как свои победы, что мотивирует их к преодолению страхов.

В работе с дошкольниками важно выстраивать сюжетную линию сказки, исходя из принципов, где поведение главного главный героя схожа с основными поведенческими чертами ребенка. Видя свое сходство с сильным, умным, находчивым сказочным персонажем, ребенок как бы вживается в его роль и, желая помочь герою, начинает искать пути для преодоления своих фобий и тревог.

Задача психолога и педагога на данном этапе заключается в соблюдении следующих требований:

– не выдерживать слишком длинные паузы при чтении сказки;

– руководствоваться своими собственными эмоциями и эмоциями ребенка, передавать свое фактическое чувствование истории;

– обеспечить при прочтении сказки психологически комфортную обстановку для ребенка. Не стоит делать детям замечаний, призывать сидеть их тихо (в том числе на групповых занятиях). Это может помешать им полноценно переживать события сказки и замаскирует их многие эмоциональные проявления.

Очень важным в коррекционной сказкотерапииявляется то, что сюжетная линия сказок для дошкольников и младших школьников должна развивать их собственное размышление над определенными причинами и решениями каких-то ситуаций. Именно поэтому сказочные истории зачастую представляют собой зашифрованную информацию – описание каких-то обстоятельств с намеком или подсказкой, как герою следует далее поступить.

Вся структура сказки должна иметь повествовательный характер, способствующий размышлению, активации логики, внимательности. Ребенок должен догадываться о причинах того или иного поведения героя, осознавать последствия этого поведения, высказывать свои мысли по этому поводу.

Признак настоящей сказки – хороший конец. Благополучное разрешение всех трудностей героя сказки дает ребенку чувство психологической защищенности. Чтобы ни происходило с персонажем, все заканчивается хорошо. Ребенок осознает, что все испытания, которые выпали на долю героям, были нужны для того, чтобы сделать их более сильными и смелыми [2, с. 170].

После чтения педагог должен побеседовать с детьми, чтобы выяснить их эмоциональное отношение к героям, поступкам, раскрыть их чувства. На этом этапе педагог берет на себя функцию фасилитатора. Планируя вопросы для беседы, педагог стремится помочь ребенку разобраться в образе и высказать свое отношение к нему.

По своей форме методы сказкотерапии в коррекции страхов детей различны:

– прочтение сказки педагогом или психологом;

– придумывание сказочных повествований самим ребенком, при котором педагог может подсказывать ребенку сюжет сказки, корректировать его для нивелирования страхов и тревожности;

– переписывание сказочных историй, подбираемых детским психотерапевтом согласно возрасту и особенностям развития ребенка. При этом самому ребенку дается возможность придумать новый конец, исход сказки;

– интерпретация сказок. Пересказ сюжета, исходя из личного миропонимания и смысла сказки. Пересказывать может как сам ребенок, так и педагог;

– постановка сказок. Представляет собой разыгрывание психотерапевтических или психокоррекционных сказок. Является важной и неотъемлемой составляющей в сказкотерапии для групповых занятий младшей школьной и дошкольной групп;

– рисование сказок. Ребенок рисует сюжет на заданную психологом сказочную тему, воплощая в рисунке ментальную составляющую собственных чувствований. Воплощение сказочных образов на бумаге – составной элемент тематического художественного рисования, отображающий умственно-психические, эмоциональные детские характеристики, способные идентифицировать страхи и тревоги;

– имиджная сказкотерапия, смысл которой заключается в мгновенном преображении. Надевая на себя костюм или примеряя аксессуар, ребенок «примеряет» к себе новый образ – королевы или злого волшебника, бесстрашного рыцаря или робкой принцессы. В процессе разыгрывания сказки ребенок неосознанно берет под контроль свои страхи или снижает их до минимума;

– танцевальная сказкотерапия предназначена максимально расположить детское сознание к восприятию сказочного сюжета. Танцы помогают побороть фобии в процессе практического усвоения. Представляющие угрозу факторы расцениваются детским сознанием как вполне преодолимое препятствие (ведь герой сказки в итоге нашел выход из сложной ситуации).

– иные формы сказкотерапии – спектакли с пальчиковыми куклами; спектакли теневого театра; сказки на песке и т.д.

Методические рекомендации для педагогов-психологов дошкольного образования по коррекции страхов у детей средствами сказкотерапии, как правило, включают в себя следующие блоки:

1. Диагностический блок. Цель – выявить уровень развития страхов, получить психологическую информацию об особенностях их проявления, раскрыть основные формы проявления страхов у детей.

2. Установочный блок. Цель – создать у педагога-психолога установку на активный психокоррекционный процесс, задействовать соответствующие мотивационные механизмы.

3. Коррекционный блок. Цель: организовать работу по коррекции страхов у ребенка.

4. Оценочный блок, предполагает оценку эффективности проведенной коррекционной работы, при его реализации используются методы диагностического блока, прослеживаются изменения по всем параметрам [4, с. 29].

Формы сказкотерапии разнообразны по своему содержанию и представлению, но выдерживают главные условия – подбираются под каждого ребенка индивидуально, исходя из черт его характера, психологических и возрастных особенностей.

В целом, несмотря на то, что способов борьбы с детскими фобиями на сегодня известно большое количество, именно сказка остается одним из самых действенных методов. Подключая сознание и воображение ребенка, она помогает ему найти способы и пути избавления от фобий, агрессии и тревожности.

Сказка дает детям яркий, широкий, многозначный образ мира. Сказка активизирует воображение ребенка, заставляет его сопереживать и внутренне содействовать персонажам, а в результате этого сопереживания у ребенка появляются новые знания и представления. Помогая главному герою найти выход из сложившейся ситуации, или переделывая сказку на свое усмотрение, ребенок лучше начинает понимать смысл своей боязни, учится справляться с ней. Грамотная работа педагога в различных методах сказкотерапии позволяет выявить детские фобии, снять тревожность, улучшить эмоциональное состояние детей.

**Список литературы**

1. Беляева, Е. В. Коррекция тревожности и страхов у детей младшего школьного возраста методом сказкотерапии / Е. В. Беляева, И. В. Борзенкова // Актуальные проблемы социально-гуманитарного и научно-технического знания. – 2015. – № 1 (4). – С. 85-88. Текст : непосредственный

2. Гордон, Т. С. Сказкотерапия как способ борьбы с фобиями / Т. С. Гродон // Вестник университета. – 2020. – № 3. – С. 169-172. Текст : непосредственный

3. Погребицкая, Ю. А. Психолого - педагогическая коррекция страхов детей дошкольного возраста с помощью сказкотерапии / Ю. А. Погребицкая // Инновационная наука. – 2016. – № 6. – С. 46-49. Текст : непосредственный

4. Сагилян, Э. М. Сказкотерапия как метод психологической коррекции страхов у детей старшего дошкольного возраста / Э. М. Сагилян, В. В. Савицкая // Гуманитарные исследования в ХХI веке. – 2020. – № 1. – С. 26-31. Текст : непосредственный

5. Чех, Е. А. Мне страшно. Расскажи мне сказку. Сказки против страхов / Е. А. Чех. – СПб : Речь, 2011. – 149 с. Текст : непосредственный