



Елена КИРИЧИК,
педагог-психолог,
санаторный ясли-сад № 15
для детей больных туберкулёзом
и с риском его развития
г.Бреста

ВСЯ НАША ЖИЗНЬ НЕМНОГО СКАЗКА

Дошкольный возраст — период ускоренного роста малышей, их развития. Именно в этом возрасте дети очень многое впитывают, познают. Нагрузка на психическую и физическую сферу ребёнка достаточно велика. Так как представления об окружающем мире ещё совсем невелики, у малышей часто возникает чувство страха, на основе которого со временем может сформироваться и личностная тревожность. Коррекция детской тревожности осуществляется посредством различных техник арт-терапии: игротерапии, песочной терапии, куклотерапии, сказкотерапии. В идеале все представленные виды терапии полезно использовать в комплексе. Однако сказка в дошкольном возрасте — именно та основа, на которой эффективно строить коррекционно-профилактическую работу с тревожностью. Сказка позволяет быстрее найти подход к ребёнку, к его внутренним переживаниям, эффективнее всего открывает потенциал детей, показывает им выход из ситуации безопасным, метафорическим путём.

Психокоррекционные сказки — это сказки, сочиняемые психологами, психотерапевтами,

психиатрами, педагогами и родителями. В них образно отражаются проблемы человека: эмоциональные и поведенческие затруднения, трудности во взаимоотношениях, тревоги, обиды, страхи и др.

Форма метафоры, в которой созданы сказки, истории, притчи, наиболее доступна для восприятия детей. Кроме того, работа со сказкой, моделирование в рамках сказочной формы развивают личность педагогического работника, создают невидимый мост между ребёнком и взрослым, сближают родителей и детей.

Элементы сказкотерапии используем в работе с детьми всех возрастных групп: с воспитанниками 2—3 и 3—4 лет с целью адаптации к условиям учреждения дошкольного образования, с детьми 4—5 лет — для развития их эмоциональной сферы, 5—6 лет — с целью снятия тревожности, связанной с поступлением в школу. Предлагаем читателям журнала тренинг «Прощай, тревожность!», элементы которого можно использовать как в профилактических, так и в коррекционных целях в работе с детьми начиная со старшего дошкольного возраста.

ПРОЩАЙ, ТРЕВОЖНОСТЬ! ТРЕНИНГ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ-ПСИХОЛОГОВ

Цель: демонстрация педагогическим работникам возможностей сказкотерапии в работе с тревожностью.

Задачи: продемонстрировать основные приёмы, которые можно использовать в работе с тревожностью; поделиться опытом со-вмещения различных техник арт-терапии;

содействовать повышению психологической культуры педагогических работников.

Ход мероприятия Вступительная часть

Сказка о волшебстве.

Цель: введение, создание сказочной атмосферы.

Материал: карточки с изображением Волшебника-творца, Волшебника-разрушителя, гнома, лестницы.

Педагог-психолог рассказывает сказку, демонстрируя карточки с изображением Волшебника-творца, Волшебника-разрушителя, гнома и лестницы.

Педагог (П.). «Далеко-далеко, в сказочной стране Фантазия, жил Волшебник-творец. Он создавал радугу и солнце, радость и улыбки, облака и мечты... Однажды к нему пришёл Волшебник-разрушитель и предложил померяться силами. Долго длился их спор, и в какой-то момент Волшебник-творец почувствовал слабость, неуверенность, грусть... Стал смеяться над ним Волшебник-разрушитель, а Волшебник-творец в это время уменьшался на глазах, пока не превратился в маленького гнома.

Стало гному очень страшно. Всё казалось ему огромным и пугающим. Он лишился способности творить. Был лишь один выход — подняться по лестнице, ведущей к солнцу, набраться там сил, энергии и вновь стать Волшебником-творцом. Каждая ступень — испытание. Подошёл гном к лестнице и сильно испугался — такой огромной она ему показалась.»

Основная часть

1-я ступень. Страх животных.

Цель: визуализация и проработка страха животных.

Материал: карточки с изображением гнома, лестницы, с изображением, символизирующим страх животных, пластилин.

П. «Вот и первая ступень. Гном очень долго пытался взобраться на неё и, наконец, у него получилось. Вдруг сбежались сотни огромных жуков, пауков, змей, мышей и прочих животных...» *(Демонстрирует карточку с изображением, символизирующим страх животных.)*

Кого бы увидели вы в первую очередь? Кто из живых существ пугает вас больше всех? Слепите свой страх. *(Участники выполняют.)*

«Гном не мог сдвинуться с места от страха. И вдруг он в истерике начал громко смеяться. Все вокруг вдруг опешили, остановились. Гном понял, что смех — это то, что нужно. Он начал смеяться ещё больше. Все жуки-пауки, змеи и мыши испугались и разбежались.»

Попробуйте и вы из своего страха сделать что-то смешное. Может, вы что-нибудь приклеите или, наоборот, уберёте из своего творения, так, чтобы оно оставалось собой, но было больше смешным, чем страшным. *(Участники выполняют.)*

2-я ступень. Страхи громких звуков и воды.

Цель: воплощение страхов громких звуков и воды в игровой форме, их проработка, снятие эмоционального напряжения.

Материал: карточки с изображением лестницы, гнома, молнии и дождя, по количеству участников: воздушные шары, иголки.

П. «Вот и вторая ступень. Как ни странно, она была уже меньше, и гном смог взобраться на неё гораздо быстрее. Но что тут случилось?! Гром, молния, реки воды!» *(Демонстрирует карточки с изображением молнии и дождя.)*

Давайте представим эту непогоду. *(Разбрасывает воздушные шары.)* Испугаем грозу. *(Участники с помощью иголок лопают воздушные шары.)*

Сейчас попробуем справиться с сильным дождём.

Участники делятся на пары. Один закрывает глаза, а второй изображает кончиками пальцев капли дождя по телу партнёра. Необходимо поочередно изобразить сильный ливень, морось, лёгкие капельки. После этого участники меняются ролями.

П. Спасибо всем. Гром и дождь оказались совсем не страшными. Мы легко с ними справились.

3-я ступень. Страх сказочных персонажей.

Цель: визуализация и проработка страха сказочных персонажей.

Материал: карточки с изображением гнома, лестницы, сказочных персонажей, мешок для «страхов», по количеству участников: листы бумаги формата А5, ножницы, карандаши, фломастеры, клей, журналы, цветная бумага, конфеты.

П. «Впереди показалась новая ступень. Подняться на неё было ещё проще, чем прежде. И вдруг со всех сторон стали появляться страшные сказочные герои, персонажи фильмов и мультфильмов. Все они очень испугали