

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ЧАС

Тема:

«СКАЗКОТЕРАПИЯ КАК СРЕДСТВО ЭМОЦИОНАЛЬНОГО И КОММУНИКАТИВНОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ»

Подготовила
Педагог-психолог
Е.Г.Захарова

2024 год

***Недаром дети любят сказку. Ведь сказка тем и хороша,
Что в ней счастливую развязку уже предчувствует душа.***

***И на любые испытания согласны храбрые сердца
В нетерпеливом ожиданье благополучного конца.***

В. Берестов

В сегодняшний нестабильный период – устойчивым радикалом сознания людей нашего общества, к сожалению, являются переживания страха и агрессии. Такие особенности эмоциональной атмосферы общества не замедлили проявиться в виде феномена эмоционального отчуждения. Эта проблема заявляет о себе сегодня в самых разных сферах:

- во взаимоотношениях мужчин и женщин (кризис семьи);
- во взаимоотношениях родителей и детей (отказные дети, брошенные старики);
- во взаимоотношениях между общественными учреждениями (ДОУ, школа) и семьей (рыночные отношения обостряют конфликт);
- во внутреннем мире людей всех возрастов (одиночество, депрессия, суицид)

И страшнейший из всех дефицитов нашего времени – дефицит родительской любви! Он не проходит бесследно для развития ребёнка. Прежде всего, это важно для осознания того «какой Я есть»: желанный, любимый, нужный или нежеланный, постоянно раздражающий, мешающий. А так же для последующего формирования на этой основе отношения к миру доверительного или, наоборот, – агрессивного, враждебного. Возможной причиной этой проблемы может являться неразвитая эмоциональная сфера детей.

Однако в дошкольном возрасте ребенок овладевает не только знаниями, умениями, навыками, но и происходит становление базовых свойств его личности: самооценки и образа Я, эмоционально - потребностной сферы, нравственных ценностей и установок, социально – психологических особенностей в системе отношений между людьми.

Основная цель работы воспитателя в детском саду – создание условий, способствующих охране физического и психического здоровья детей, обеспечение их эмоционального благополучия, свободного и эффективного развития способностей каждого ребенка.

В системе методов и средств воспитания положительных чувств не последнюю роль играют сказки. Это и понятно. Сказки детям понятны, доступны. Дети любят героев, они им становятся родными, близкими, а значит, могут и должны стать примером для подражания. Только важно направить мысли и чувства малышей в нужное русло.

Объект: эмоциональное развитие дошкольника.

Предмет: сказкотерапия как средство эмоционального развития старших дошкольников.

Цель исследования: определить влияние сказки на эмоциональное развитие старших дошкольников.

Задачи исследования:

1. На основе анализа литературы раскрыть технологию «сказкотерапия»; определить специфические особенности сказкотерапия как технология эмоциональной сферы дошкольника.
2. Обосновать значение сказки в формировании эмоциональной сферы дошкольника.

3. Подобрать серию различных видов сказок для опытно-экспериментальной работы с детьми.

Опытным путем доказать эффективность технологии сказкотерапии.

По мнению Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой любая сказка ориентирована на социально педагогический эффект: она обучает, воспитывает, предупреждает, учит, побуждает к деятельности. Сказка выполняет и терапевтическую (лечебную) функцию. Эта функция сказки послужила основанием для формирования нового направления – сказкотерапии, то есть лечение людей при помощи сказки.

Возрастной диапазон, охватываемый сказкотерапией, не имеет границ, хотя многие считают ее исключительно детским методом.

Предметом сказкотерапии является процесс воспитания внутреннего мира ребёнка. Сказка учит детей слушать и слышать других людей. Но еще сказка помогает родителям найти общий язык с ребенком, подружиться с ним, помочь ему решить первые трудности. Следовательно, одной из важнейших задач сказкотерапии является выявление актуальных проблем ребенка и психологическая помощь.

Сказку используют и врачи, и психологи, и педагоги, и каждый специалист находит в сказке тот ресурс, который помогает ему решать его профессиональные цели задачи:

Цель: Воспитание ценностных ориентаций посредством сказки, формирование психологического здоровья дошкольников.

Задачи:

1. Снижение уровня тревожности и агрессивности у детей.
2. Развитие умения преодолевать трудности и страхи.
3. Выявление и поддержка творческих способностей детей.
4. Формирование навыков конструктивного выражения эмоций.
5. Развитие способностей к эмоциональной регуляции и естественной коммуникации.

В чем секрет терапевтических сказок?

Сила терапевтических сказок заключается в том, что их смысл воспринимается на двух уровнях одновременно. На сознательном уровне ребенок понимает, что сюжет сказки вымышленный. Он сочувствует главному герою, представляет себя в его роли, но даже когда узнает свою проблему, все равно думает - "это понарошку, не про меня".

На подсознательном же уровне ребенок впитывает все услышанное, пересматривает свое поведение, систему ценностей и взглядов.

В свою очередь, этот интерес стимулирует эмоциональное включение ребёнка в сказку и становится основой для идентификации с её героями.

Важно, что ребёнок отождествляет себя с положительными героями, так как их положение в сказке, как правило, преподносится более ярко, эмоционально. Поэтому метод сказкотерапии способствует личностному росту ребёнка.

Таким образом: Сказкотерапия – это созерцание и раскрытие внутреннего и внешнего мира, осмысление прожитого, моделирование будущего, процесс подбора каждому ребенку своей особенной сказки.

Классификация сказок

В работе со сказками следует обязательно учитывать тип применяемых сказок, поскольку у каждого типа имеются свои психологические цели. **Все сказки, используемые психологами и педагогами, можно разделить на пять типов:** дидактические, медитативные, психокоррекционные, психотерапевтические и психологические.

1. **Дидактические** (в форме учебного задания, т. е. ребенку повествуют о новых понятиях (дом, природа, семья, правила поведения в обществе))
2. **Медитативные** (для снятия психоэмоционального напряжения), дети рисуют, сочиняют, играют, слушают звуки природы, лежат на ковре и мечтают – воображают – “колдуют”.
3. **Психотерапевтические** (для лечения души, с образом главного героя “Я”, доброго волшебника), дети рисуют иллюстрации, изготавливают кукол и ставят спектакли.

4. **Психокоррекционные** (для мягкого влияния на поведение ребенка), читаем проблемную сказку не обсуждая, даем возможность побыть ребенку наедине с самим собой и подумать.
5. **Художественные** (авторские истории, мудрые древние сказки, т.е. знакомство ребенка с эстетическими принципами, традициями человечества)
6. **Диагностические** (в случае, если ребенок выбрал себе любимую сказку и героя, то в данном контексте герой является прообразом самого ребенка, каким бы он хотел быть)

Для того чтобы сказка оказала помощь или воспитательное воздействие, она должна отвечать определенным условиям:

- В сказке должна быть описана проблема, в чем-то схожая (но не полностью идентичная) с проблемой ребенка.

- Сказка должна предлагать малышу альтернативный способ решения проблем. Сказка должна предлагать ребенку новый выбор.

Сказку можно подобрать под любую самую сложную ситуацию, в игровой манере мы можем ненавязчиво научить ребёнка нормам поведения, признанным в обществе, моральным заповедям.

Иногда приходится менять содержание сказки из-за неадекватной реакции одного из детей на сказанное или увиденное. Реагируя на настроение малышей, иногда необходимо изменить ход событий в сказке или добавить дополнительного неожиданного героя.

Всё это можно осуществить во время инсценировки сказки или простого рассказывания.

Сказка, пережитая на собственном опыте, оставляет неизгладимое впечатление в памяти ребёнка, ощущение пережитого чуда и праздника.

Сказка, в которой добро сильнее зла, где старый становится молодым, больной – здоровым, даёт малышу чувство внутренней защищённости.

Формы и методы работы по сказкотерапии

Анализируя методические аспекты развития эмоциональной сферы средствами сказкотерапии, можно условно выделить три этапа работы:

1. Подготовительный этап (подбор и изучение методической литературы, составление перспективного плана, конспектов занятий)
2. Основной этап (проведение занятий, консультации, обогащение предметно-развивающей среды)

Непосредственная работа:

- на специально организованных занятиях,
- в театрализованной деятельности,
- в сюжетных играх.

3. Заключительный этап (диагностический)

На подготовительном этапе проводится определенная работа с родителями. Для них оформляется папка-передвижка «Роль сказки в жизни ребенка», проводятся беседы «Читаем вместе с детьми», «Для чего нужно читать детям сказки на ночь», «Мамины сказки» «Воспитание сказкой», где показываются возможности воспитания средствами сказки.

Для ознакомления родителей с методом «сказкотерапии» можно провести родительское собрание, на котором дать информацию о том, что такое «сказкотерапия», какие проблемы решает, и объяснить, что, только в совместной деятельности ребенка, родителей и педагогов ДОУ работа будет успешной. Хорошо привлекать родителей к оформлению среды, изготовлению атрибутов к сказкам, приобретению художественной литературы.

На первом этапе используются карты Проппа, выполненные в сюжетной манере, далее используются схематичные изображения каждой функции. Некоторые символы могут придумать сами дети, что способствует лучшему запоминанию и осознанию.

Знакомство с картами Проппа происходит постепенно, в определенной последовательности:

1. Рассказывание сказки и соотнесение с определенной функцией.
2. Целостное освоение сказочных функций.
3. Сочинение сказок.

Сказкотерапия многопланова, поэтому она разделена на несколько направлений, в рамках которых решаются психодиагностические, коррекционные, развивающие и терапевтические задачи.

Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева в своей книге «Путь к волшебству» предлагает каждому специалисту выбрать себе по душе свою форму работы со сказками. Алгоритм работы со сказками представляю в следующей схеме (рекомендации Зинкевич-Евстигнеевой Т.Д.):

1. Просмотр фильма-сказки;
2. Чтение сказки;
3. Анализ сказки и соотнесение с определенной функцией;
4. Пересказ сказки (или групповое рассказывание) с опорой на карты Проппа;
5. Обсуждение сказки: в чем смысл сказки, подбор функции сказки;
6. Сочинение сказки по картам Проппа;
7. Придумывание продолжения сказки;
8. Обыгрывание сюжетов, игры-драматизации, кукольный театр;
9. Сказочные путешествия;
9. Психогимнастика;
10. Сочинение новой сказки;
11. Организация сюжетных игр по сказке.

Прежде чем приступить к проведению полноценных занятий по сказкам, нужно потренировать детей в умении правильно сидеть, расслабляться, чувствовать, выполнять инструкции.

Для этого используются три техники расслабления:

- а) расслабление по контрасту с напряжением;
- б) расслабление с фиксацией внимания на дыхание;
- в) расслабление — медитация.

Расслабление по контрасту с напряжением. При обучении детей расслаблению по контрасту с напряжением нужно привлечь внимание детей к определенным группам мышц (рук, ног, туловища, шеи, лица). Контрастными парами могут быть слова:

Веселый – грустный,	Твердый — мягкий,
Сильный — слабый,	Холод — тепло,
Сосулька — водичка,	Движение — сон,
Страх — доверие,	Злой — добрый.

Можно использовать следующие **варианты упражнений**:

- Предложить детям максимально напрячь, сделать твердыми пальцы рук («коготки тигра») и подержать их в таком положении. Ведущий обходит детей, проверяет, достаточно ли твердыми стали пальцы и кисти рук. Затем детям предлагается расслабить пальцы, свесить кисти рук, сделать их мягкими и слабыми (вместо «коготков» — «мягкие лапки»). Ведущий проверяет, достаточно ли расслабленными стали пальчики.
- Предложить детям стиснуть зубы, прищурить глаза, сделать свое лицо злым и грубым, почувствовать напряжение в мышцах лица. Можно потрогать лицо своими пальчиками и ощутить, какими твердыми стали мышцы губ, челюстей, лба. Затем дети расслабляют лицо, делая его мягким, добрым, спокойным. Нежно поглаживают пальчиками щеки, губы, подбородок, лоб, ощущая покой и расслабленность мышц.
- Детям в положении «стоя» предложить «замерзнуть», сжаться от холода, напрячь мышцы шеи, плеч, рук, почувствовать их твердость и зажатость. Дотрагиваясь до каждого ребенка, проверять, насколько напряглись мышцы его тела. Затем ласково гладить каждого ребенка по голове, шее, плечам, рукам, предлагая «согреться», расслабиться,

почувствовать тепло и мягкость во всем теле. Руки у детей свисают вдоль туловища, голова легонько падает на грудь. Проверяется расслабленность, поднимая руки детей. Мягкая и расслабленная рука падает сама, без всякого сопротивления.

При обучении детей расслаблению обязательно проверять степень напряжения и расслабления детей прикосновением. Детей закрепощенных, нервных чаще, чем других, нежно и ласково поглаживать, помогая им расслабиться.

Занятия по сказкам следует проводить один-два раза в неделю. Длительность может быть разной: 25 минут и более. При этом учитывается возраст детей и их психические возможности, при необходимости любое занятие сокращается до минимума.

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

Эффективность работы повышается, если ребенок непосредственно соприкасается со сказкой. Для этого специально организовывается предметно-развивающая среда:

- уголок сказки, уголок ряжения, драматизации, где наряду с куклами-персонажами имеются атрибутика, костюмы и прочий театральный реквизит.
- театральный уголок,
- уголок книги «Книжкин дом»;
- настольно-печатные игры «Машенька и медведь», «Доктор Айболит» и т.д.;
- пазлы, по русским народным сказкам, «Собери картинку»;
- сборники сказок, рассказов.
- иллюстрации с сюжетами сказок

Перед началом занятия включается музыка, что концентрирует внимание детей, вызывает интерес. Обязательное условие – перевоплощение воспитателя, или приход в гости сказочного персонажа.

Для того, чтобы ребенок лучше воспринимал то, что с ним происходит в сказке, придумываются ритуалы вхождения в Волшебную страну. Вхождение в сказку является очень важным моментом. Это — момент волшебства, таинства, «наполнения суперэнергией». Для того чтобы перенестись в необычное пространство, нужны «волшебная сила», сверхсила или, по крайней мере, преодоление определенного барьера, препятствия. Одним из элементов такого ритуала становится «превращение» ребенка в сказочного персонажа. Т.Д. Зинкевич рекомендует организовать место «превращений». Можно использовать волшебную палочку. После превращения дети садятся в кружок. В зависимости от цели, начинается путешествие в сказку.

Для того, чтобы сказка или история обрела силу и оказала помощь, следует придерживаться определенных правил ее создания:

* Сказка в чем-то схожа с проблемой ребенка, но ни в коем случае не имеет с ней прямого сходства.

* Сказка предлагает замещающий опыт, используя который, ребенок может сделать новый выбор при решении своей проблемы. Если у ребёнка не получается, я всегда готова ему помочь.

* Сказочный сюжет разворачивается в определенной последовательности:

- Жили-были.

Начало сказки, встреча с ее героями.

- И вдруг однажды...

Герой сталкивается с какой-то проблемой, конфликтом, совпадающей с проблемой ребенка.

- Из-за этого...

Показано, в чем состоит решение проблемы, и как это делают герои сказки.

- Кульминация.

Герои сказки справляются с трудностями.

- Развязка.

Развязка терапевтической сказки должна быть позитивной.

- Мораль сказки.

Герои сказки извлекают уроки из своих действий. Их жизнь радикально изменяется.

У каждой сказки свой неповторимый дух, свои особенности. Тексты можно пересказывать, но иногда, если это сказки Андерсена, Пушкина, Киплинга, Шарля Перро, лучше читать их, чтобы сохранить стиль и тонкую авторскую атмосферу.

Разумеется, при составлении занятий тексты сказок приходится значительно сокращать, зачастую что-то изменять.

Некоторые сказки можно повторять через определенные промежутки времени. Дети любят повторения, и, кроме того, знакомые упражнения воспринимаются легче, а порою и с большим интересом. Ведь в знакомом упражнении не приходилось тратить энергию и силы на узнавание, запоминание, усвоение, а можно просто получать наслаждение от самого процесса, погружившись в него, что называется, с головой.

Всегда нужно помнить, что всё, выполняемое детьми, все их слова, движения, даже импровизации (их надо поощрять особо!) являются успешными, удачными, наилучшими и прекрасными. И неважно, как это выглядит со стороны. Важно, чтобы дети чувствовали себя свободными, раскрепощенными, чтобы поверили в себя и в свои силы. Каждый делает лучшее, на что способен. И поэтому детей следует постоянно подбадривать, словесно поощрять и за особо трудные упражнения непременно хвалить.

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

Выход из сказки осуществляется сам собой, легко и просто: для этого не нужны сверхусилия. Энергия, потраченная на действия, осознание и переживания во время путешествия по сказке, как бы иссякает, и ребенок автоматически возвращается на обычный уровень осознания и энергии, в привычный реальный мир.

Кроме того, «проживая» сказку, ребенок приобретает какие-то новые качества знания, некоторым образом трансформируется. Было бы нелогичным снова преодолевать «огненную реку» (см. сказку «Снегурочка») или насыщаться силой «волшебного цветка» (см. сказку «Цветик-семицветик»), чтобы перейти рубеж от сказки к реальности.

Обязательно надо протянуть мостик от сказки к нашей жизни, чтобы всё, о чём говорится, нашло применение в той жизни, которой живёт ребёнок, чтобы он начал узнавать в своей жизни сказочные законы, а если их нет — то привносить их в свою жизнь. Это просто необходимо! Именно таким образом дети учатся действовать осознанно, видеть причинно-следственные связи между событиями, размышлять о своем предназначении, открывать свои способности и таланты.

Работа педагога над сказкой – серьезная и важная деятельность. О том, как проводится беседа о прочитанном, рассказано в книге «Воспитание нравственных чувств у старших дошкольников» под редакцией А.М. Виноградовой.

В беседах о прочитанном нужно побуждать детей по собственной инициативе высказываться по поводу различных персонажей, особенно нравственно противоположных типов, проявлять отзывчивость, умение пожалеть, посочувствовать. Порадоваться, вспомнить свои собственные отрицательные и положительные поступки. Эти задачи требуют кропотливой, систематической работы. Здесь и вставали вопросы: как поддерживать и развивать возникающие у детей добрые чувства? Как создать такую ситуацию, в которой они будут активно действовать – помогать, защищать справедливость?

Вопросы, адресованные детям, должны, с одной стороны, стимулировать эмоциональное отношение к прочитанному, с другой не вызывать обиду и агрессивность у некоторых детей, которые могут оказаться чем-то похожими на отрицательных персонажей. В работе эффективными оказываются такие приемы, как обобщающие беседы по нескольким сказкам для формирования у детей сравнительной оценки поступков героев.

Сказки очень приятно слушать, и не менее приятно их рассказывать.

а) Групповое рассказывание сказок как направление сказкотерапии имеет свои особенности.

С детьми занятие можно начинать так: «Сегодня мы отправимся в волшебную страну Рассказию. А попасть в страну может только тот, кто умеет рассказывать сказку. Вы, умеете рассказывать сказку? (да!). Тогда в путь-дорогу. Далее их встречает сказочный персонаж и требует рассказа сказки. Дети по очереди рассказывают по 2-3 фразы (по кругу). Когда сказка рассказана, сказочный герой устраивает для детей сюрприз: дети могут переодеться в костюмы, послушать сказочные звуки, либо поиграть в занимательную игру. Часто мы используем прием «путешествие»: попадая в сказку, дети превращаются в лесных зверят, в героев сказки и т.д.

б) Рассказывание известной сказки и придумывание к ней продолжения.

Этот метод сходен с предыдущим. Интересен тем, что дети могут по своему усмотрению придумать конец сказки. Также мы предлагаем придумать разговор двух сказочных героев.

в) Групповое придумывание сказок.

Дети любят придумывать сказки. Используя этот метод, все садятся по кругу, и дети сочиняют по одному-два предложения, связанные по сюжету с предыдущими, придуманным другим ребенком. Этот прием позволяет проработать следующие важные моменты:

- развитие внимания,
- развитие фантазии,
- развитие умения слышать,
- развитие творческого мышления.

Дети очень любят играть в д/игру «Что не так»:

Например: рассказывается сказка, придумываются свои ситуации: «Жили-были дед и баба. Вот говорит дед бабе: «Сделай мне пельменей» Баба пошла в магазин, купила тесто» и т.д.

Таким образом, различные формы рассказывания сказок позволяют решать следующие задачи:

- выявление эмоционального состояния ребенка,
- развитие фантазии и воображения,
- умение слушать и слышать своих товарищей,
- развитие способности к децентрации, умению встать на место другого, посмотреть на мир с разных сторон.

Сказкотерапия помогает ребёнку открыть мир во всём его многообразии, помогает найти точки опоры в жизни и многое другое... Самое главное, что сказки совершают важную работу во внутреннем пространстве не только ребёнка, но и взрослого, который с этой сказкой знакомит.

Методы и приемы сказкотерапии способствуют у детей формированию необходимого эмоционального отклика на события сказки и поступки героев.

Дети учатся думать, уважать мнение друзей и прислушиваться к нему, учатся вставать на место другого, сопереживать. Дети становятся более раскованными, уверенными, они свободно вступают в контакт со взрослыми и сверстниками. Учатся фантазировать, сами организовывать игры по сказкам, их речь становится более образной, выразительной.

Несомненно, такие ребята будут отлично себя чувствовать в гостях, в детском саду или школе. В заключении хочется сказать, сказкотерапия для детей - это полезный метод воспитания и психотерапии, основами которого может овладеть любой.