

## КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ

### «Сказкотерапия в коррекции эмоциональной сферы детей дошкольного возраста»

( педагог-психолог МБДОУ «Детский сад №12»Катюша» Малахова А.И.)

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

Многие годы дошкольное воспитание в нашей стране было в основном ориентировано на обеспечении познавательного развития 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.

Мы учим ребенка ходить, показываем, как держать ложку и карандаш, учим читать и писать. Мы предельно внимательны к формированию у ребенка знаний об окружающем мире. Но в мир чувств и эмоций ребенок вступает без провожатого, без поддержки и совета. Возможно, потому, что мы сами не очень сведущи, и нам сложно справиться с собственными эмоциями. Часто мы теряемся, когда можно воспользоваться собственным правом на эмоцию и ее внешнее проявление. А когда малыш пытается вести себя непринужденно и естественно, оглядываемся вокруг, ожидая получить оценку окружающих: «Не плачь, ты же мужчина!», «Не дерись, ты девочка!», «Ты что, трусишь?». Ребенок прячет свой страх, не уверенность, потому что эти чувства не приветствуются в мире взрослых.

Родители и педагоги нередко сталкиваются с такими проявлениями в поведении детей, как частая смена настроения, повышенная раздражительность, плаксивость, утомляемость. Дети грызут ногти, крутят волосы, плохо засыпают, много и бесцельно двигаются. Дети мало общаются с взрослыми и сверстниками, замыкаясь на телевизоре, компьютере; а ведь именно общение обогащает чувственную сферу. В результате дети практически разучились чувствовать эмоциональное состояние и настроение другого человека, реагировать на них. Таким образом, ребенок познает мир отчужденно, нелично, собственный внутренний мир остается закрытым для него.

Главная цель работы по развитию эмоциональной сферы дошкольников – научить детей понимать эмоциональное состояние, свое и окружающих их людей; дать представления о способах выражения собственных эмоций (мимика, жесты, поза, слово), а также совершенствовать способность

управлять своими чувствами, научить ребенка в приемлемой для него форме рассказывать о своем внутреннем мире. Важно просто научиться слушать, слышать и понимать его, когда он говорит.

Главное направление развития эмоциональной сферы дошкольника – проявление способности управлять эмоциями, т.е. произвольность поведения. Развитие возможности управлять своим поведением составляет один из существенных моментов, образующих психологическую готовность к обучению в школе.

Сегодня в качестве основных приоритетов выступает личностно-ориентированное взаимодействие педагога с ребенком, принятие и поддержка его индивидуальности, развитие творческих способностей, забота о его эмоциональном благополучии.

Известно, что в процессе развития происходят изменения и в эмоциональной сфере ребенка: меняются его взгляды на мир и отношения с окружающими, а способность осознавать и контролировать свои эмоции возрастает. Поэтому работа, направленная на развитие эмоциональной сферы, представляется мне весьма актуальной, насущной потребностью сегодняшнего времени.

По мере расширения сферы общения дети испытывают действие разнообразных социальных факторов, значительно активизирующих их эмоциональный мир. Ребенок должен научиться преодолевать ситуативные эмоции, культурно управлять чувствами. Научиться этому позволяют сказка и игра.

Почему именно сказка? Ответ прост: у ребенка еще нет собственного жизненного опыта. Для него сказка - своеобразный кладезь жизненных ситуаций, с которыми ему еще предстоит столкнуться при взрослении. Сказки подсказывают ребенку, как нужно поступать, а как - нет, показывают многие жизненные проблемы, а в придачу еще и дают способы их решения. Многие сказки куда глубже, чем кажется на первый взгляд. Сказкотерапия для детей позволяет "вытащить" из сказочной истории весь ее скрытый потенциал и использовать его во благо.

Сказкотерапия для детей основана на том, что ребенок отождествляет себя с главным героем сказки, учится на его ошибках. Это отличная возможность примерить на себя различные социальные роли. Существует мнение, что любимая сказка влияет на нашу последующую жизнь, как бы программируя ее. Конечно, точного повторения сценария сказки ждать не стоит, но мы можем осознанно или неосознанно перенимать качества наших любимых героев, наследовать их поведение. Обратите внимание на то, кому из персонажей сказки симпатизирует ваш ребенок. Если этот персонаж отрицательный - попробуйте вместе с ребенком найти в его характере хорошие черты.

Знаменитый австралийский психолог и сказкотерапевт Д. Бретт писала, что дети видят в сказках «отголоски собственной жизни». Они стремятся воспользоваться примером положительного героя в борьбе со своими страхами и проблемами. Кроме того, рассказы и сказки вселяют в ребенка надежду, что чрезвычайно важно. Ребенок, лишенный надежды или утративший ее, отказывается от борьбы и никогда не добьется успеха".

Таким образом, сказка становится терапевтической, когда ребенок отождествляет себя с ее героем, проводит параллель между сюжетом волшебной истории и своей жизнью и извлекает из сказки урок.

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.

Основные черты терапевтических сказок.

Для того чтобы сказка оказала помощь или воспитательное воздействие, она должно 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.

Сказкотерапия для детей не гарантирует моментальный эффект. Иногда требуется долгая и кропотливая работа, чтобы справиться с той или иной проблемой. Просто прочитать ребенку сказку недостаточно. Нужно мягко направить его к тому, чтобы он увидел в ней выход из своей проблемы, если нужно - обсудить с ним сказку, подсказать ключевые моменты.

Сказкотерапия может показаться несерьезной, но ее, как и любую психотерапию, нельзя пускать на самотек. Проводит сказкотерапию лучше всего перед сном. Если вы решили прибегнуть к сказкотерапии после какой-то травмирующей ситуации, не делаете этого сразу же, пусть ребенок успокоится. Но сказкотерапия в домашних условиях все-таки больше предназначена не для лечения, а для профилактики.

Сказкотерапия для детей - это полезный метод воспитания и психотерапии, основами которого может овладеть любой родитель.

*Список литературы:*

1. Лешли Д. Работать с маленькими детьми, поощрять их развитие и решать проблемы. – М.: Просвещение, 1991.
2. Волков Б.С., Волкова Н.В. Детская психология: Логические схемы. – М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2002.
3. Данилина Т.А. Зедгенидзе В.Я. Степина Н.М. В мире детских эмоций, М.: Айрис Пресс. 2004. - 160 с.
4. Данилина Т.А. В мире детских эмоций. – М.: Айрис-пресс, 2007.- 160с.
5. Довгая Н., Перелыгина О. Об особенностях развития эмоциональной сферы. // Ребёнок в детском саду. – 2005 – №5
6. Левис Ш., Левис Ш.К. Ребенок и стресс. – СПб: Питер Пресс, 1996.