

«Использование сказкотерапии в работе с детьми младшего школьного возраста»

Сказка позволяет свободно мечтать и фантазировать, раздвигает рамки обычной жизни, сталкиваясь со сложными явлениями и в доступной форме можно постигать мир чувств и переживаний. Посредством сказочных образов, их действий, ребенок может найти выход из различных сложных ситуаций, увидеть пути решения возникших конфликтов, усвоить моральные нормы и ценности, различать добро и зло.

С помощью сказкотерапии взрослый (педагог, психолог, родитель) может легко установить контакт с каждым ребенком. Язык в которой написаны сказки, близок и понятен ребенку младшего школьного возраста.

Сказки позволяют сформировать единое, гармоничное и творческое отношение к самому себе и миру, активизируют творческий потенциал, передают знания о мире и человеческих взаимоотношениях.

Отношение к себе и миру в младшем школьном возрасте формируется с помощью трех компонентов:

1.Познавательный компонент. Развитие представлений, знаний о мире, людях и себе.

2.Эмоциональный компонент. Развитие эмоционального отношения, чувств к миру, людям и себе.

3.Поведенческий компонент. Развитие деятельностной, регулятивной стороны отношений.

Средствами сказкотерапии можно формировать и развивать системы отношений ребенка в выделенных трех направлениях: познавательном, эмоциональном и поведенческом.

В процессе развития младший школьник стоит перед выбором многих направлений, способов отношений, поведения и должен найти себя. В сказкотерапии ребенок «примеряет» на себя различные роли, идентифицируется и разотождествляется с различными героями и с помощью метафоры находит свое «Я», определяет свое отношение к миру. Эффективность сказкотерапии в том, что ребенок ощущает в сказке возможность преодоления трудностей, проблемных ситуаций, получает возможность изменения (вслед за сказочным героем).

В работе с детьми младшего школьного возраста я использую программу профилактических занятий «Я учусь владеть собой» (Крюкова С.В., Слободяник Н.П.). Данная программа позволяет в коррекционно-развивающей работе эффективно использовать сказкотерапию.

Основной целью этой программы является профилактика школьной дезадаптации и помощь детям в психологической подготовке или адаптации к школе, что подразумевает, решение следующих задач: развитие эмоциональной регуляции поведения детей, предупреждение и снижение тревожности и страхов, повышение уверенности в себе и т.д. Данная программа рекомендована для работы как с детьми дошкольного, так и младшего школьного возраста.

Чтобы младший школьник мог сознательно регулировать поведение, нужно научить его адекватно выражать чувства, находить конструктивные способы выхода из сложных ситуаций. Если не сделать этого, неотрагированные чувства будут долго определять жизнь ребенка, создавая все новые субъективные трудности. Переживания, осознание, эмоции и представления, которые получает школьник в процессе общения со сказкой, позволяют ему решать проблему выбора отношений к себе

Продолжительность занятия 30- 40 минут (время одного школьного урока) 27 занятий. Оптимальная периодичность встреч участников программы - 1-2 раза в неделю. Программа рассчитана на работу в группе из 10-12 человек, поэтому рекомендуется делить группы на подгруппы. На первом занятии работаем над созданием доверительной обстановки, чтобы каждый ребенок имел возможность проявить себя, быть открытым и не бояться ошибок.

Тематика и планы занятий могут меняться в зависимости от задач и проблем конкретной группы детей. Но необходимо соблюдать последовательность, взаимную преемственность тем, и обязательно оставлять время на закрепление приобретенных навыков.

Сюжеты историй и рассказов (текстов для обсуждения) объединяет игровой персонаж - мягкая игрушка, медвежонок Памси, который становится центральным при проведении игр и организации общения в рамках данной программы. Дети "преодолевают" возникающие проблемы и "усваивают" приемы саморегуляции вместе с ним.

Сюжеты рассказов можно брать непосредственно из реальной жизни детей или придумывать их заранее. В ходе занятия рассказы обсуждаются и обыгрываются детьми. Каждая тема прорабатывается на 1-4 занятиях с использованием разных приемов. Способы подачи материалов могут меняться в зависимости от состава и особенностей каждой конкретной группы детей.

Занятия строятся в доступной и интересной для детей форме, используются следующие методы и приемы:

- сказкотерапия (чтение текста, придумывание окончания истории, проигрывание отрывка сказки, рисование сказки)
 - имитационные и ролевые игры;
 - психогимнастика;
 - рисуночные методы;
 - элементы групповой дискуссии;
 - техники и приемы саморегуляции;
 - метод направленного воображения.

Эти методы являются хорошим средством формирования у детей навыков эмоциональной регуляции поведения. Отработка навыков проходит в три этапа:

- получение информации о содержании того или иного навыка;
- применение полученных знаний в конкретных ситуациях (отработка навыка);
- перенос навыков, освоенных на занятиях, в повседневную жизнь ребенка.

Первые девять занятий, помогают детям в будущем адаптироваться к школьной жизни. Следующие занятия направлены на формирование прочных навыков саморегуляции, на усвоение новых понятий, на анализ внутренних состояний.

Игре по-прежнему придается большое значение в проведении занятий, однако все больше внимания уделяется обсуждению текста сказки, анализу поступков и поведения. Дети учатся отвечать на вопросы и делать выводы, обобщать, анализировать и логически рассуждать. Форма проведения занятий остается достаточно свободной. Ребята не только слушают и отвечают на вопросы, но и общаются с игровым персонажем Памси. Они задают ему свои вопросы, дают советы.

Таким образом, развитие младшего школьника средствами сказкотерапии способствует позитивным изменениям в развитии отношения к миру, людям, жизни и самому себе. Технологии сказкотерапии, применяемые педагогом (или психологом), содействуют активизации самопознания и познания мира школьником, развитию осмысленных знаний, представлений о жизни, мире, людях, явлениях, самом себе. Творчество ребенка по сказке способствует развитию фантазии, воображения, способности к рефлексии, творческому и образному мышлению. Активное участие школьника в творчестве по сказке также способствует формированию активной жизненной позиции, внутренней саморегуляции деятельности, творческого и обдуманного поведения ребенка.

Учим правило Для иллюстрации возможности выбора ведущий просит детей вспомнить, как они собирают цветы на лугу (срывают только те, которые нравятся). И вводит правило: "Мысли нужно выбирать, как цветы - выбирай только красивые (положительные)". Затем он показывает два цветка, один из которых будет называться "Даже если...", а другой - "В любом случае...".

5. Упражнение "Даже если..."- "В любом случае..." Дети распределяются на группы по трое. Группы выполняют упражнение по очереди. Первый ребенок произносит название первого цветка: "Даже если...", второй продолжает фразу, называя проблему: "... мне плохо, я невезучий, у меня нет папы...", третий называет второй цветок: "В любом случае...", ведущий заканчивает: "... я что-нибудь придумаю, но плакать и грустить не буду, это бесполезно". Каждая следующая группа должна предлагать новую, еще не названную проблему. Упражнение проводится до тех пор, пока в нем не примут участие все дети. После этого ведущий подводит детей к пониманию того, что нет безвыходных ситуаций, и обо всем, что нас огорчает, можно думать по-другому.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Раздел	Задачи	Кол-во занятий
Такие разные настроения...	1. Создать в группе доверительную обстановку. 2. Ознакомить детей с понятием «настроение». 3. Развивать у детей умение управлять своим настроением.	3
Как справиться с плохим настроением?	1. Учить детей управлять своим настроением. 2. Учить детей искать выход из трудных ситуаций. 3. Дать представление о связи между мыслями и поведением.	4
Как стать уверенным в себе?	1. Учить детей способам саморегуляции. 2. Осознание понятия «доброта». 3. Закрепить навыки работы	3
Как делать выбор?	1. Ознакомить детей с понятием «выбор» и ответственности за свой выбор. 2. Учить детей прогнозировать ситуацию.	3
Как добиваться успеха?	1. Дать представление о понятии «успех», об условиях достижения успеха. 2. Дать представления о составляющих успеха.	3
Трудное слово "нет"	1. Учить детей говорить «нет!», используя приобретенные знания о выборе и успехе. 2. Развивать у детей уверенность в себе. 3. Выработать умение самостоятельно помогать себе.	4
Чем мы отличаемся друг от друга?	Дать представление об индивидуальности, неповторимости каждого. 2. Развивать коммуникативные навыки. 3. Вырабатывать доброжелательное отношение друг к другу.	3
Учимся говорить себе "стоп"	1. Дать детям представление о саморегуляции в критических ситуациях. 2. Ввести в оборот выражение «таймаут». 3. Развитие коммуникативных навыков.	2
Как победить свой страх?	1. Предупреждение и коррекция страхов.	1
Подведение итогов	1. Обобщение и закрепление полученных знаний и навыков.	1
Итого:		27

Тематическое планирование

Тема	Цели и задачи	Наименование форм работы, упражнений
1. Такие разные настроения... (3 занятия)	1. Создать в группе доверительную обстановку, позволяющую детям проявлять свои чувства и говорить о них; ознакомить детей с понятием «настроение»; ввести наглядные образы, символизирующие разные настроения.	1. Знакомство. 2. Работа с текстом. 3. Обсуждение. 4. Учим правило. 5. Домашнее задание. 6. Завершение занятия.
	2. Развивать умение управлять своим настроением; дать представление о взаимосвязи, существующей между мыслями и настроением; развивать способности к рефлексии.	1. Повторение. 2. Работа с текстом. 3. упражнение «Мысли и настроение». 4. Домашнее задание.
	3. Развивать способность различать эмоциональные ощущения, определять их характер (хорошо, радостно, неприятно); знакомить их с разными способами выражения эмоций; тренировать умение выражать эмоции в мимике.	1. Игра-разминка. 2. Работа с раскрасками. 3. Работа с музыкальными отрывками. 4. Завершение занятия. 5. Домашнее задание.
2. Как справиться с плохим настроением (3 занятия)	1. Учить управлять своим настроением; находить выход из трудных ситуаций.	1. Эмоциональный настрой. 2. Работа с текстом. 3. Обсуждение. 4. Опыт «Сломалась игрушка». 5. Домашнее задание.
	2. Способствовать поиску выхода из трудной ситуации, изменить которую невозможно; ознакомить с «позитивным переформулированием» как способом изменения отношения к ситуации.	1. Повторение. 2. Работа с текстом. 3. Обсуждение. 4. Учим правило. 5. Упражнение «Даже если...» - «В любом случае...». 6. Домашнее задание.
	3. Закрепить умение менять отношение к трудной ситуации.	1. Повторение. 2. Работа с текстом. 3. Обсуждение. 4. Упражнение «Я справился!». 5. Домашнее задание.
3. Как стать уверенным в себе? (3 занятия)	1. Дать представление о связи между мыслями и поведением.	1. Повторение. 2. Работа с текстом. 3. Обсуждение. 4. игра «Я справлюсь». 5. Домашнее задание.
	2. Закрепить навыки работы с «позитивными мыслями»; закрепить представление о том,	1. Повторение. 2. Работа с текстом. 3. Обсуждение.

	что мысли могут управлять нашими поступками.	4. Упражнение. 5. Домашнее задание.
	3. Побуждать применять полученные навыки изменения отношения к ситуации; учить способам саморегуляции.	1. Повторение. 2. Работа с текстом. 3. Обсуждение. 4. игра-упражнение «Мусорное ведро». 5. упражнение «Рисуем картинку в уме». 6. Домашнее задание.
4. Как делать выбор? (3 - 4 занятия)	1. Осознание понятия «доброта».	1. Повторение. 2. упражнение «Волшебная чашка». 3. Обсуждение. 4. Домашнее задание.
	2. ознакомить с понятием «выбор»; побуждать детей прогнозировать ситуацию.	1. Повторение. 2. Работа с текстом. 3. Обсуждение. 4. Учим правило. 5. Домашнее задание.
	3. Ознакомить с понятием ответственности за свой выбор.	1. Повторение. 2. Работа с текстом. 3. Обсуждение. 4. ролевая игра «Магазин». 5. Домашнее задание.
	4. Закрепить знания о правилах осуществления выбора; побуждать анализировать свои поступки и поступки других людей.	1. Повторение. 2. упражнение «Рисуем картинку в уме». 3. игра-упражнение «Догадайся, из какой коробки?» 4. игра-упражнение «Догадайся о выборе, если...» 5. Домашнее задание.
5. Как добиваться успеха? (3 занятия)	1. Дать представление о понятии «успех».	1. Повторение. 2. Работа с текстом. 3. Обсуждение. 4. упражнение «Я смогу!». 5. Домашнее задание.
	2. Дать детям знание об условиях достижения успеха; дать наглядное представление о составляющих успеха.	1. Повторение. 2. Работа с текстом. 3. Обсуждение. 4. Работа с плакатом. 5. Домашнее задание.
	3. Закрепить представление о составляющих успеха; побуждать применять полученные знания.	1. Повторение. 2. Ролевые игры. 3. упражнение «Рисуем картинку в уме». 4. Домашнее задание.
6. Трудное слово «нет» (3 занятия)	1. Познакомить детей с понятием «нет!»; помочь осознать ответственность за свой выбор.	1. Повторение. 2. Работа с текстом. 3. Обсуждение. 4. Учимся говорить «нет!» 5. Домашнее задание.
	2. Побуждать детей говорить в	1. Повторение.

	некоторых случаях «нет!» используя приобретенные знания о выборе и успехе.	2. Работа с текстом. 3. Обсуждение. 4. Работа с плакатом. 5. Домашнее задание.
	3. Закрепить знания о том, как говорить «нет!», когда это необходимо.	1. Повторение. 2. Упражнение-тренинг. 3. Упражнение. 4. Домашнее задание.
7. Чем мы отличаемся друг от друга? (2 занятия)	1. Дать представление об индивидуальности, неповторимости каждого из них; диагностика самооценки.	1. Игра - разминка. 2. Работа с текстом. 3. Обсуждение. 4. Диагностика самооценки «Самый - самый». 5. Домашнее задание.
	2. Развивать коммуникативные навыки; вырабатывать доброжелательное отношение друг к другу; развивать положительную самооценку.	1. Повторение. 2. упражнение «Подари камешек». 3. упражнение «Мостик дружбы». 4. игра «Если нравится тебе, то делай так!». 5. Домашнее задание.
8. Учимся говорить себе «стоп» (3 занятия)	1. Выработать умение самостоятельно помогать себе.	1. Повторение. 2. Упражнение-тренинг. 3. Обсуждение. 4. Домашнее задание.
	2. Дать представление о саморегуляции в критических ситуациях; ввести понятие «тайм- аут».	1. Повторение. 2. Работа с текстом. 3. Обсуждение. 4. игра «Если нравится тебе, то делай так!». 5. Домашнее задание.
	3. Тренировка умения останавливаться, регулировать свое агрессивное поведение, т.е. брать «тайм-аут».	1. Повторение. 2. Разыгрывание ситуаций. 3. Обсуждение. 4. Домашнее задание.
9. Как победить свой страх? (2 занятие)	1. Предупреждение и коррекция страхов.	1. Рисуем свой страх. 2. Работа с текстом. 3. Обсуждение. 4. игра «Найди способ выйти из круга». 5. Работа с рисунками.
	2. Закрепить полученные знания; развивать у детей уверенность в себе.	1. Повторение. 2. Работа с текстом. 3. Обсуждение. 4. Домашнее задание.
10. Подведение итогов (1 занятие)	1. Обобщить и закрепить полученные знания и навыки; вручение сертификатов «Я умею владеть собой».	1. Эмоциональный настрой. 2. Повторение. 3. Награждение.
Всего 27 занятий по 30 мин. каждое		