

Воспитатель: Воронкова Наталья Владимировна

Описание технологии

«Роль сказкотерапии в формировании эмоциональной сферы дошкольников»

Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя.

От жизнерадостности, бодрости детей, зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы.

В.А. Сухомлинский

Одной из задач образовательной программы нашего ДООУ является охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия. Дошкольный возраст является сенситивным для формирования эмоциональной сферы. Эмоции развиваются не сами по себе, а под влиянием условий жизни и воспитания ребенка. В настоящее время наблюдается увеличение количества детей с различными эмоциональными нарушениями, которые могут вести за собой проявления тревожности, неврозов, агрессии, что, в свою очередь, будет создавать определенные трудности в обучении и воспитании детей. В этом возрасте ребенок активно входит в широкий социальный мир, устанавливает разнообразные взаимоотношения со взрослыми и сверстниками. Эмоциональная отзывчивость, яркая окрашенность психической жизни и практического опыта составляет характерную особенность дошкольного детства. Задача дошкольного воспитания состоит в том, чтобы дать правильное направление эмоциональному развитию ребенка, пробудить гуманные чувства, стремление к сотрудничеству и положительному самоутверждению.

Эмоциональный опыт современных детей может иметь как положительную, так и отрицательную окрашенность, что оказывает самое непосредственное влияние на его настоящую и будущую жизнь.

Эмоции воздействуют на все психические процессы: восприятие, ощущение, память, внимание, мышление, воображение, а также на волевые процессы. Поэтому результат положительно-направленного эмоционального детского опыта - доверие к миру, открытость, готовность к сотрудничеству - обеспечивает основу для позитивной самореализации, растущей личности. Поэтому формирование и коррекцию недостатков эмоциональной сферы необходимо рассматривать в качестве одной из наиболее важных, приоритетных задач воспитания, развития ребенка

Познакомившись с теорией данной проблемы и проведя диагностику уровня сформированности эмоциональной сферы дошкольников, было решено внедрить в образовательную деятельность с дошкольниками коррекционную технологию – сказкотерапию. По нашему мнению, она способствует формированию эмоциональной сферы дошкольников, обогащению их чувственного опыта, развитию самосознания ребенка и обеспечивает контакт, как с самим собой, так и с другими, способствуя

построению взаимопонимания между людьми и усвоению необходимых моделей поведения и реагирования, новых знаний о себе и мире.

Язык сказки доступен ребенку. Сказка проста и в то же время загадочна: «В некотором царстве, в некотором государстве...» или «В те далекие времена, когда животные умели разговаривать...», и ребенок уже переносится из реального мира в мир своих фантазий. Сказка способствует развитию воображения, а это необходимо для решения ребенком его собственных проблем.

Стиль сказки также понятен ребенку. Ребенок не любит наставлений, и сказка не учит его напрямую, она предлагает образы, которыми он наслаждается, незаметно для себя усваивая жизненно важную информацию.

Сказкотерапия появилась на рубеже 60 – 70-х гг. в. и обоснована М. Эриксоном. В России метод начал использоваться с начала 90-х гг., когда были разработаны авторские терапевтические сказки И. В. Вачковым, С. К. Нартовой-Бочавер, Д. Ю. Соколовым. В последние годы сказкотерапия приобрела огромную популярность. Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева рассматривает сказкотерапию, как процесс объективации проблемных ситуаций и активизации ресурсов, потенциала личности, улучшения внутренней природы и мира вокруг, и как терапию средой, особой сказочной обстановкой, в которой могут проявиться потенциальные части личности, нечто нереализованное.

Перед началом работы со сказкотерапией была проведена диагностика по методике «Эмоциональная идентификация» для детей дошкольного возраста, которая разработана Е. И. Изотовой и состоит из двух диагностических серий.

Направленность методики:

общая — выявление особенностей идентификации эмоций различных модальностей у детей дошкольного возраста, индивидуальных особенностей эмоционального развития;

диагностическая серия № 1, № 2:

выявление сформированности двух компонентов процесса опознания эмоций — восприятия и понимания эмоциональных состояний;

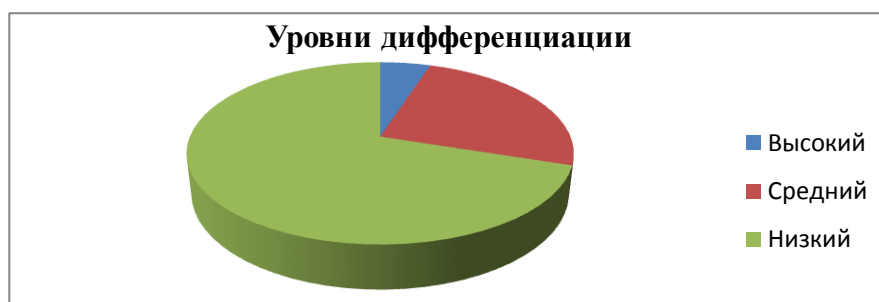
диагностическая серия № 2:

определение уровня произвольного выражения эмоций различной модальности (радость, гнев, печаль, страх, отвращение, презрение, зависть);

выявление объема эмоционального опыта и эмоциональных представлений;

выявление фактора эмоциональной напряженности.

Результаты диагностики по методике «Эмоциональная идентификация» детей 4-5 лет (сентябрь):



По результатам диагностики можно сделать следующие выводы:

адекватно воспринять экспрессию, понять эмоцию дети смогли при значительной помощи взрослого, многим детям было трудно определить причину, вызвавшую данную эмоцию, еще затруднительнее было выразить конкретную эмоцию.

Для того, чтобы работа со сказкой принесла положительные результаты, мы предложили включиться в нее родителям (законным представителям) воспитанников. На первом родительском собрании познакомили их с этой технологией, с проблемами, которые она поможет решить. Ведь сказки любят все дети и, знакомясь с разнообразными ее персонажами, они осваивают скрытое от их сознания пространство. И когда дети возвращаются в реальный мир, то чувствуют себя более уверенными в своих силах. Они могут справиться и с собой, и с жизненными трудностями. Чтобы этого добиться, ребенку необходимо много сказок и благожелательное отношение родителей к сказкам и постоянным «путешествиям» в сказочный мир. И еще! Нельзя добыть «сокровища» во время этих «путешествий», если только читать или рассказывать сказку. Самое интересное начинается после. Для взрослого открываются большие возможности по взаимодействию с ребенком.

При составлении плана работы по данной технологии, нами учитывались:

- возраст детей (4-5 лет),
- соответствие образовательной программе ДОУ,
- удобство для проведения в совместной образовательной деятельности с детьми в режимных моментах,
- возможность вносить изменения для более эффективного результата.

Цель применения метода сказкотерапии: вовлечь детей в сложный мир человеческих взаимоотношений, дать возможность познать себя и стремиться к общению друг с другом.

Задачи:

1. Способствовать развитию адекватной самооценки.
2. Развивать способность ребенка к эмпатии, сопереживанию.
3. Развивать творческие способности
4. Приведение в равновесие эмоционального состояния, улучшения самочувствия и настроения.
5. Снизить уровень тревожности.
6. Способствовать развитию коммуникативных навыков.

7. Содействовать формированию активной позиции родителей.

При использовании сказкотерапии следует опираться на следующие *принципы*:

- принцип осознанности (осознание причинно – следственных связей в развитии сюжета; понимание роли каждого персонажа в развивающихся событиях; плавное вытекание одного события из другого; понимание места и назначения каждого персонажа сказки),
- принцип множественности (понимание нескольких значений и смыслов одного события),
- принцип реальности (осознание жизненного урока в каждой сказочной ситуации).

Работа со сказкой должна удовлетворять *ряд требований*:

- запланированный результат психотерапии должен отвечать реальной проблеме ребёнка (тема сказки – проблема в символизированном виде),
- символизация строится на основе реальной проблемной ситуации (в соответствии с ней подбираются герои сказки, устанавливаются отношения между ними, для облегчения идентификации ребёнка с персонажем, герой характеризуется как близкий по возрасту, полу, поведенческим проявлениям ребёнку),
- сказка должна быть максимально близкой и понятной ребёнку, поэтому сюжетная линия истории может быть выстроена при учёте его интересов и увлечений,
- в рассказе используются слова и языковые средства, близкие по возрасту и особенностям развития ребенка,
- сюжетная линия включает следующие этапы развития конфликтной ситуации: завязку, нарастание конфликта, кульминацию, развязку (в конце герой разрешает конфликт и приобретает для себя новые возможности и способности).

Работа проводится 1 раз в неделю в виде игровых тренингов, во вторую половину дня, продолжительностью 20 минут. В содержание могут входить:

- Ритуал приветствия и прощания
- Озвучивание сказки педагогом
- Решение сказочных задач (дети оказываются в ситуации выбора, в котором важен их жизненный опыт и понятные, результативные способы взаимодействия с миром)
- Психодинамические медитации (связаны с движениями и перевоплощениями, например, дети изображают разных животных)
- Пальчиковые игры (находясь в сказке, дети изображают животных)
- Сказкотерапевтическое рисование
- Групповое рассказывание сказки (дети по очереди рассказывают небольшой кусочек знакомой сказки)
- Рассказывание известной сказки и придумывание к ней продолжения
- Групповое придумывание сказки

- Самостоятельное сочинение сказок (для детей 4 – 5 лет довольно сложно).

Первые игровые тренинги с применением сказкотерапии были направлены на установление контакта с детьми, настрой их на совместную работу. Последующие носят коррекционно-развивающий характер (направлены на развитие слабых сторон эмоциональной сферы детей).

Для детей 4 - 5 лет рекомендуется делать главными героями сказок игрушки, маленьких человечков и животных, фей, волшебников, принцесс, принцев, солдат.

Одним из эффективных методов работы со сказкой является придумывание новой сказки самим ребенком по картинкам и с помощью фигурок. Алгоритм ее создания прост. Сначала выбирается герой сказки, близкий по полу и возрасту ребенку, описывается жизнь героя так, чтобы дошкольник нашел сходство со своей ситуацией. Потом герой должен попасть в условия, знакомые ребенку и испытать похожие переживаниями. В заключении герой начинает искать варианты выхода из сложившихся обстоятельств. Опираясь на сюжет сказки, ребенок может найти выход и для себя. В сказке возможно появление мудрого наставника, который разъяснит ребенку смысл происходящего и подтолкнет его к принятию верного решения. Так с помощью взрослого образуется определенный набор способов разрешения сложных ситуаций, альтернативных моделей поведения.

Атрибуты сказок, наглядность, музыку можно заменять, упрощать или усложнять.

Важно помнить, все, что делают детьми (их слова, движения, импровизации) являются успешными, удачными, наилучшими. И неважно, как это выглядит со стороны. Детей необходимо постоянно подбадривать, словесно поощрять и за особо трудные упражнения непременно хвалить. Важно чтобы дети чувствовали себя свободными, раскрепощенными, чтобы поверили в себя и в свои силы.

Тематика сказок может быть разной: «В стране веселых человечков», «Такое разное настроение», «Топ, который ничего не боялся», «Злюка», «Как Тим Злюку победил», «Грустилка», «Волшебная темнота», «Неприятности», «Жадина».

Типология сказок (по Т. Д. Зинкевич-Евстигнеевой):

1. Художественные - сказки, созданные многовековой мудростью народа, и авторские истории. Именно такие истории и принято называть сказками, мифами, притчами.

2. Народные сказки, сюжеты которых многообразны:

- сказки о животных, взаимоотношениях людей и животных,
- бытовые сказки (в них рассказывается о превратностях семейной жизни, показаны способы разрешения конфликтных ситуаций),
- волшебные сказки.

3. Авторские художественные сказки. Чтобы помочь детям осознать свои внутренние переживания, желательно выбрать для работы с ними авторскую сказку.

4. Дидактические сказки.

5. Психокоррекционные сказки создаются для мягкого влияния на поведение ребенка.

6. Психотерапевтические сказки раскрывают глубинный смысл происходящих событий и помогают увидеть происходящее, с другой стороны.

Для того, чтобы ребенок научился сдерживать ситуативные эмоции, управлять выражением своих чувств подбирается готовая или составляется новая коррекционная сказка, в которой метафорически зашифрована информация о его агрессивном поведении и способах его преодоления. При этом ребёнок не только прослушивает сказку, но и проигрывает различные способы поведения, ассоциируя себя с главным сказочным героем. Можно предложить ему нарисовать иллюстрации к сказке, пересказать сказку на свой лад, придумать новую с этим же героем. Такую работу мы проводим в индивидуальной и групповой формах во время совместной образовательной деятельности с детьми в режимных моментах. В индивидуальной форме можно отработать эмоциональные способы реагирования ребенка на сюжет сказки, свойственные только ему.

При групповой форме сказка комплексно представляет проблемы всех детей, включенных в группу.

Сказка заставляет детей сопереживать и внутренне содействовать персонажам, а в результате этого сопереживания у ребенка появляются не только новые знания и представления, но и, что самое главное, новое эмоциональное отношение к окружающему: к людям, предметам и явлениям. Дети эмоционально разряжаются, сбрасывают застенчивость, страх, беспокойство, агрессию, преодолевают барьеры в общении, становятся мягче, добрее, увереннее в себе.

Постоянно используемые в сказках этюды на выражение и проявление различных эмоций позволяли детям улучшить и активизировать выразительные средства общения, пластику, мимику и речь. Позитивное влияние театрализованной игры на эмоциональную сферу дошкольников трудно переоценить. А.В. Запорожец считал, что выразительные движения представляют собой внешние проявления сложных внутренних эмоциональных процессов, поэтому целесообразно это направление педагогической работы реализовать со средней группы, опираясь на образное мышление и воображение.

Способность эмоционально откликаться на переживания людей включает в себя четыре компонента (по Л.П. Стрелковой):

1) сопереживание – в его основе лежит механизм идентификации (переживание эмоционального состояния другого, как собственного) и эмоционального заражения;

2) сочувствие – ослабление или полное исчезновение идентификации и включение когнитивных компонентов (установление причинно – следственных связей, понимание позиций объекта, эмпатии, что связано с уровнем развития ценностных ориентации, морального сознания);

3) импульс к содействию или внутреннее содействие, желание оказать помощь, поддержку;

4) реальное содействие, оказание помощи.

Драматизация помогает ребенку сблизиться с героем сказки, пережить его победы и поражения, счастье и беду. Это расширяет границы жизненного опыта ребенка и обогащает его.

В конце учебного года будет проведена итоговая диагностика детей, анкетирование, беседы с родителями. Тогда будет определена динамика развития эмоциональной сферы дошкольников. Но уже сейчас видно, что такая работа, уже за короткий период, дала свои результаты: несколько детей стали более открыто выражать свои эмоции, их мимика достаточно активна, большее количество детей понимают и называют эмоции, отличают эмоции по эталону, выделяют положительные и отрицательные эмоции.

В результате знакомства со сказками, используемых при этом игровых упражнений, релаксационных приемов, специальных игр, дети приобретают опыт справляться со своими негативными качествами, работать совместно друг с другом, с большим желанием участвуют в драматизации сказок. Полученный опыт дети переносят в повседневную жизнь: сюжетно-ролевую игру, режимные моменты, свободную деятельность, в общение со сверстниками и взрослыми.

В дальнейшем у детей должно сформироваться восприятие графического изображения эмоций, понимание эмоциональных состояний людей, причин эмоциональных состояний людей, эмоциональное отношение к морально-нравственным нормам (эмоциональный компонент нравственного сознания).

Педагогам, необходимо проводить целенаправленную и последовательную работу по развитию эмоциональной сферы детей дошкольного возраста посредством сказкотерапии. Активировать эмоции детей через разные виды деятельности, отдавая предпочтение сказке. Подбирать подходящие методы и приёмы, учитывающие возрастные и индивидуальные особенности эмоционального развития детей.

По началу, сочинять сказки для детей трудно, но этому можно научиться. Замена поучений и нотаций сочинением сказок вместе с детьми поможет перекинуть мостик понимания и дружбы между обыденным миром взрослых и волшебным миром детей. Ведь терапевтические истории предлагают различные варианты действий.

Библиографический список

1. Изотова Е. И. Эмоциональные представления как фактор психического развития детей дошкольного возраста: Канд. психол. наук. — М., 1994.

2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования: Письма и приказы Минобрнауки. – М.: ТЦ Сфера, 2015. - 96 с.
3. Васькова О. Ф., Политыкина А. А. Сказкотерапия как средство развития речи детей дошкольного возраста. – СПб. : ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2012.
4. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Развивающая сказкотерапия. СПб.: Речь, 2000.
5. Вачков И. В. Введение в сказкотерапию. — М. Генезис. 2011.
6. Тренинг по сказкотерапии. Сборник программ по сказкотерапии под редакцией Т. Д. Зинкевич -Евстигнеевой. - СПб.: Речь, 2007.

Интернет ресурсы:

1. <https://www.maam.ru/detskijsad/-skazkoterapija-kak-inovacionaja-tehnologija>
2. <https://nsportal.ru/detskii-sad/korreksionnaya-pedagogika/2016/12/03/>
3. <https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2019/05/06/>