Психокоррекция страхов дошкольников средствами сказкотерапии.

Выполнил(а):
Ефимова Анастасия Геннадьевна

Чита
2016

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....3
Глава 1. Теоретические аспекты детских страхов дошкольников…7
1.1 Психологические подходы к исследованиям детских страхов в научных подходах……7
1.2 Сказкотерапия- метод коррекции детских страхов……15
Выводы по первой главе ...18
Глава 2. Формы и методы организации занятий с детьми с использованием сказкотерапии 20
2.1 Организация исследования…….....20
2.2. Психокоррекционная программа……..24
2.3 Анализ результатов……..28
Вывод по второй главе……..36
Заключение.....37
Список использованных источников.....39
Приложения…….41

ВВЕДЕНИЕ

Тема моей работы выбрана не случайно, исследования в данном направлении могут помочь решить ряд проблем дошкольного возраста, в том числе - проблемы коррекции детских страхов с помощью сказкотерапии. Концепция сказки основана на идеях социальных ценностей. В символической форме сказка содержит информацию о социальной роли индивида и его социальном поведении, формируя представление о социальных ролях, нормах, статусах.

Сказкотерапия - самый детский метод психологии, и, несомненно, один из самых древних, но и один из самых молодых методов в современной научной практике. Ведь ещё наши далёкие предки, занимаясь воспитанием своих детей в воспитательных целях рассказывали им сказки, из которых становился ясным смысл поступка. Сказки и сейчас служат моральным и нравственным законом, предохраняют детей от напастей, учат их жизни.

Привлекательность сказкотерапии как метода коррекционной работы психолога заключается в том, что это универсальный способ работы с психологическими проблемами на ценностном уровне. В процессе совместной работы с детьми происходит открытие тех знаний, которые живут в душе и являются в данный момент психотерапевтическими. Страх считается наиболее опасной из всех эмоций. Подавляющее большинство страхов в той или иной мере обусловлены возрастными особенностями и имеют временный характер. Детские страхи, если к ним правильно относиться, понимать причины их появления, чаще всего исчезают бесследно. Обычно возрастные страхи существуют после возникновения 3-4 недели; это можно считать нормой. К сожалению, в большинстве случаев страхи возникают по вине самих воспитателей, и наш долг - предупредить возможность их проявления и оградить детей от страхов, вызванных семейными неурядицами, душевной черствостью или, наоборот, чрезмерной опекой, или же просто воспитательской невнимательностью.

Актуальность темы заключается в том, что в настоящее время, проблема диагностики, развития и укрепления психического здоровья детей - необходимость, которая становится все более очевидной в связи с наблюдаемым ростом

нервно-психических заболеваний и функциональных расстройств среди детей, требующая широких профилактических и психокоррекционных мер в системе образования.

Причиной возникновения страхов у современных детей могут служить также новые стандарты образования, трудности вхождения детей в школьную жизнь, социальное неравенство в школе, вызывающее раздражение родителей и обеспокоенность будущим своих детей, отсюда их сверхтребовательность к собственному ребенку. Проблема возникновения страхов нередко осложняется тем, что многие родители не знают, как правильно реагировать на те или иные проявления эмоционального неблагополучия ребенка.

Перечисленные причины обуславливают необходимость получения современных данных о содержании, форме проявления, возрастной динамике детских страхов. Проблема детских страхов и способы их коррекции становится особенно актуальной в рамках психологии развития и возрастной психологии.

Метод сказкотерапии действительно актуален в наши дни. Он привносит много полезного, помогает педагогам, родителям и, конечно же, самому ребенку справиться с возникающими трудностями в развитии. Этот метод позволяет решать ряд проблем, возникающих у детей дошкольного, младшего школьного и других возрастов. В частности, посредством сказкотерапии можно работать с агрессивными, неуверенными, застенчивыми детьми; с проблемами стыда, вины, лжи, принятием своих чувств, а также с различного рода психосоматическими заболеваниями, энурезами и т.д. Кроме того, процесс сказкотерапии позволяет ребенку актуализировать и осознать свои проблемы, а также увидеть различные пути их решения.

Существенную лепту в её развитие вложили отечественные психологи и педагоги: М. В. Осорина, Е.Н. Лисина, Е.А. Петрова, А.Н.Азовцев, И.В. Вачков, Т.Д. Зинкевич-Евстегнеева, А.И. Константинова, Т.М. Грабенко, Д.В. Соколов, А.В. Гнездилов, а также зарубежные психотерапевты: Э. Фромм, Э. Берн, Б. Беттельхейм, Р. Гарднер, А. Менечетти, но концепция комплексной сказко-

терапии, которая сегодня защищена авторским свидетельством, родилась в Петербурге, в России.

Цель работы: теоретические и практические подходы к коррекции детских страхов с помощью сказкотерапии;

Объект: сказкотерапия, как средство коррекции страха у детей дошкольного возраста.

Предмет: психокоррекция детских страхов дошкольников

Задачи работы:

1. Изучить психолого-педагогическую литературу по проблеме страхов детей дошкольного возраста.
2. Изучить причины возникновения страхов у детей дошкольного возраста;
3. Разработать программу коррекции страхов;
4. Проанализировать результаты исследования и сделать выводы.

Для решения поставленных задач выбраны следующие методики:

Методы исследования:

1.Теоретические.

- анализ, синтез, сравнение, обобщение справочной психолого-педагогической литературы.

2. Эмпирические.

- наблюдение, беседа, тестирование, опытно-эксперементальная работа, использовался тест: «Методика А.И. Захарова «Страхи в домиках» (модифицированная М.А. Панфиловой)».

Методологическую основу курсовой составили работы:

Л.С. Выготского, Д. Б. Эльконина, исследования и опыт Б. Беттельхейма, терапия историями Р. Гарднера, работы Э. Фромма, Э. Берна, идеи К.Г. Юнга и М.Л. фон Франц, позитивная терапия притчами и историями Н. Пезешкяна, исследования детской субкультуры М. Осориной, работы В. Проппа, идеи Е. Рома-

новой, психотерапевтические сказки и идеи А. Гнездилова, опыт А. Захарова а также собственные разработки Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой и другие.

Экспериментальной базой исследования выступило муниципальное дошкольное образовательное учреждение центр развития ребенка - детский сад №17 ЗАТО 1 категории администрации городского округа ЗАТО п.Горный. В исследовании приняли участие: 29 детей среднего дошкольного возраста в возрасте 4-5 лет

Теоретическая значимость: в обобщении и систематизации данных о теоретических основах и методике сказкотерапии определении форм и видов страхов, а также причины страхов детей 4-5 лет и коррекции детских страхов.

Практическая значимость данной работы заключается в анализе, выявлении детских страхов, разработке программы выявления страхов, коррекционной работы с использованием возможностей сказкотерапии, которая позволяет сделать этот процесс управляемым, целенаправленным и действенным. Результаты эксперимента и соответствующие рекомендации будут полезны в работе психологов, социальных педагогов

Курсовая работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка используемых источников и приложений.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ДЕТСКИХ СТРАХОВ ДОШКОЛЬНИКОВ

1.1 ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ИССЛЕДОВАНИЯМ ДЕТСКИХ СТРАХОВ В НАУЧНЫХ ПОДХОДАХ

Термин «страх» является схожим по значению к термину «тревога». Однако тревога заключается в отрицательном эмоциональном состоянии, возникающем в ситуации неотчетливой опасности и в ожидании плохого развития событий. Состояние тревоги отличается от страха тем, что у нее нет конкретного предмета. Страх же, предполагает существование определенного объекта, человека или события, который пугает. Общее в страхе и в тревоге это эмоциональный компонент, который проявляется в виде чувства беспокойства и волнения, то есть в обоих понятиях отображается восприятие угрозы или отсутствие чувства безопасности [13,с. 789] Проблемой детских страхов занимались зарубежные ученые, например, такие как: С. Холл, З. Фрейд, Г. С. Салливен; и отечественные В. И. Гарбузов, А. И. Захаров, Н. Г. Вологодина и др. За основу мы взяли концепцию развития страха в онтогенезе А. И. Захарова. Он отмечает страх как своеобразное средство познания окружающей действительности, которое ведет к более критичному и избирательному отношению к ней.

Таким образом, страх может выполнять определённую социализирующую или обучающую роль в процессе формирования личности»

«Страх – это специфическое острое эмоциональное состояние, особая чувственная реакция, проявляющаяся в опасной ситуации. Страх вызывается всегда конкретной и близкой, уже наступившей опасностью»[23, с.375]. Саму эмоцию "страх" в детском возрасте, А. И. Захаров рассматривал как основную движущую силу невротического развития личности. «Страх – аффективное (эмоционально заостренное) отражение в сознании конкретной угрозы для жизни и благополучия человека. Страх основан на инстинкте самосохранения, имеет защитный характер и сопровождается определенными физиологическими изменениями высшей нервной деятельности, что отражается на частоте пульса и

дыхания, показателях артериального давления, выделении желудочного сока»[10, с.5].

Итак, рассмотрим, что такое детские страхи, каковы их причины и какой может быть их коррекция. Маленькие дети часто реагируют страхом на реальные и воображаемые опасности, исходящие от их окружения, снова и снова познают эти опасности и преодолевают их. Если определенные страхи и фобии остаются и в школьном возрасте, то это требует специального обследования ребенка. Проблема детского страха не так стара в психологической науке. Представитель биогенетического направления С. Холл распространял биогенетический закон и на онтогенез страха. Он утверждал, что ребенок переживает в процессе своего развития страхи, которые испытали животные, а затем люди на различных этапах антороногенеза. Он писал, что в детских страхах сохранились многочисленные следы первоначальной психоплазмы, из которой первобытный человек создавал многочисленные волшебные демонические существа. Доказательством биогенетического детерминизма, с точки зрения С. Холла, являются многочисленные рационально необъяснимые детские страхи. Боязнь животных более чем другие виды страха, походит на исчезнувшие рефлексы и отголоски психических состояний первобытного человека, наличие которых у современного ребенка нельзя объяснить ни фактами его индивидуальной жизни, ни нынешними условиями его существования. Эти формы страха интерпретируются автором как инстинктивный страх, то есть не имеющий опоры в индивидуальном опыте. Также источником страха у детей является тяжелый личный опыт и влияние социальной среды.

Устойчивые страхи – это те страхи, с которыми не может справиться ни ребёнок, ни взрослый, которые способствуют появлению нежелательных черт характера. Детские страхи - это обычное явление для развития ребенка, имеющие для него важное значение. Так, В.В. Лебединский подчеркивает, что каждый страх или вид страхов появляется только в определенном возрасте, т.е. у каждого возраста есть «свои» страхи, которые в случае нормального развития со временем исчезают. Для того, чтобы воздействовать на ребёнка, помочь изба-

виться ему от страхов, воспитателям, родителям, учителям необходимо также знать, что такое страх, какую функцию он выполняет, как возникает и развивается, чего больше всего боятся дети и почему. Большинство причин, отмеченных психологами, лежат в рамках семейных отношений, таких как попустительство, непоследовательность в воспитании, отрицательное или слишком придирчивое отношение к ребёнку, которое порождает в нём негативные эмоции, тревогу и формирует враждебность к миру и окружающим близким людям.

Изучение психологических особенностей страха в дошкольном возрасте и его специфических проявлений, причин и факторов его обусловливающих, приобретает все большее значение в современном мире. В отечественной психологии изучение страха у детей велось в рамках концепции неврозов и невротического развития личности. В данном случае авторы не создавали собственные целостные концепции детского страха, а в рамках своих задач вносили ряд существенных замечаний, связанных со спецификой детского страха. Так, Н.С. Жуковская пишет о неврозе страха как о группе реактивных (психогенных) состояний с ведущим синдромом страхов.[27,с.11] В.А. Гурьева выделяет невроз страха, развившийся из острой аффективно-шоковой реакции и возникший постепенно, под влиянием травмирующей ситуации. Первый характеризуется паническим страхом, а второй - страхами, носящими навязчивый характер. Т.П. Симсон отмечает высокое значение фактора неожиданности для возникновения детских страхов. Она заявляет, что любое явление, если оно возникло неожиданно, может стать источником страха. Вышеприведенные и другие авторы данного направления, говоря о детском страхе, в первую очередь описывали клиническую картину "невроза страха", его классификацию, - уделяя небольшое количество места его возрастным особенностям. Однако в отечественной психологии существует ряд исследователей, уделявших большое внимание страху в дошкольном и младшем школьном возрасте. В.И. Гарбузов разрабатывал концепцию неврозов у детей. Анализируя специфику детских страхов, он отмечал, что за всеми страхами ребенка стоит неосознаваемый или осознаваемый страх смерти. О периоде перехода дошкольника в младший школьный возраст он го-

ворил, что в этом возрасте малыш постигает всю свою беспомощность и сложность окружающего мира, с этого возраста он начинает задумываться о смерти. Возникают вопросы: "А я не умру?"; "А ты, мама, не умрешь?". Страх смерти естественен для человека. Этот страх - корень всех страхов. Ребенок может бояться Бабы Яги, волка и "чужого дяди", бояться многих объектов, иметь множество различных страхов, но за ним и стоит одно - страх смерти. В значительном числе научно-исследовательских работ страх рассматривается как причина многих нарушений в психофизиологической сфере, как составная часть неврозов, депрессий. Психика ребенка несмотря на свою гибкость и способность впоследствии блокировать страхи и сильные потрясения отличается обостренной восприимчивостью, ранимостью, неспособностью противостоять неблагоприятным воздействиям. Невротические страхи появляются в результате длительных и неразрешимых переживаний или острых психических потрясений, часто на фоне болезненного перенапряжения нервных процессов. Поэтому невротические страхи требуют особого внимания психологов, педагогов и родителей, так как при наличии таких страхов ребенок становится скованным, напряженным. Его поведение характеризуется пассивностью, развивается аффективная замкнутость. Исходя из вышеизложенного остро встает вопрос ранней диагностики невротических страхов.

Когда речь заходит о страхе и тревожности, то разные авторы указывают на разные критерии их различения[2, с.96]. Можно выделить пять наиболее известных и описанных в психологической литературе критериев, позволяющих размежевать эти понятия.

Первый критерий — степень конкретности угрозы, опасности, на которую реагирует человек. Страх при этом рассматривается как реакция на реальную, предметно-определенную опасность, а тревожность считается переживанием неопределенной, диффузной, смутной угрозы, не имеющей четко осознаваемого объекта и очень часто попросту воображаемой.

Второй критерий — направленность угрозы. Страх возникает тогда, когда нечто грозит самому существованию человека, целостности его организма, то

есть в случае «витальной угрозы», а тревожность — когда, опасность связана с разрушением ценностей человека, его отношений с другими людьми, его потребностей, иначе говоря, когда угроза является личностной. Тут можно вспомнить слова Ф. Перлза : «Я склонен считать, что всякая тревога есть боязнь перед публикой. Если это не боязнь перед публикой (т.е. связанная с исполнением), тогда рассматриваемое явление есть страх. Или тревога является попыткой преодолеть страх «ничто», часто представляемое в форме «ничто = смерть».

Третий критерий — способ реагирования человека. От страха человек ведет себя либо стенически, либо астенически. В первом случае он проявляет невероятную активность, например, убегает со скоростью, которой позавидовал бы спринтер-чемпион, или одним махом перепрыгивает через высоченный забор (здесь уже возникает предмет зависти для спортсменов другого профиля), или вступает в схватку с предметом страха, демонстрируя неожиданную силу (храбрец позавидует). Во втором случае человек просто цепенеет, теряя вообще способность к активности (как кролик перед удавом). Тревожность обычно порождает другой способ реагирования — недифференцированную поисковую активность.

Четвертый критерий — сложность организации переживания. Страх, будучи базовой, фундаментальной эмоцией, устроен проще, чем тревожность, которая рассматривается как некая «надстройка», формирующаяся на основе страха в комбинации с другими базовыми эмоциями, а потому имеющая более сложную организацию.

Пятый критерий — интенсивность переживания. Так, иногда полагают, что можно выстроить следующий ряд переживаний по степени их возрастания: тревога, опасение, боязнь, испуг, ужас. Последние четыре состояния характеризуют разные оттенки страха. Однако большую популярность приобрела концепция явлений тревожного ряда Ф.В. Березина, в которой выделены эмоциональные состояния, закономерно сменяющие друг друга по мере нарастания состояния тревоги: ощущение внутренней напряженности, раздражительность, соб-

ственно тревога, страх, ощущение неотвратимости надвигающейся катастрофы, тревожно-боязливое возбуждение.

В последнее время вопросы диагностики и коррекции страхов приобрели, важное значение, ввиду их довольно широкого распространения среди детей. В связи с вышесказанным остро встает необходимость комплексного подхода к решению проблемы коррекции детских страхов, в частности, привлечения семьи. Эта работа может выражаться как в ознакомлении родителей с результатами исследования в допустимой форме, так и в направлении родителей на консультацию к специалисту по семейным вопросам. Такой подход может воздействовать не только на внешние стороны проявления страхов, но и на порождающие его обстоятельства.

Страхи, эмоциональные нарушения поддаются коррекции и без последствий проходят у детей до десяти лет. Поэтому чрезвычайно важно своевременно обращаться к специалисту, принять меры по преодолению фобий у ребёнка. В связи с этим, наиболее актуальной для практической психологии и педагогики, является задача поиска наиболее эффективных путей выявления и преодоления психического неблагополучия ребёнка. Российский психолог А. И. Захаров считает, что страх — это одна из фундаментальных эмоций человека, возникающая в ответ на действие угрожающего стимула.

Наиболее полной считается его классификация страхов[10,с.247]:

По характеру – природные, социальные, ситуативные, личностные.

По степени реальности – реальные и воображаемые.

По степени интенсивности – острые и хронические.

А.И.Захаров отмечает, что страх может развиваться у человека в любом возрасте: у детей от 1 года до 3 лет нередки ночные страхи, на 2-ом году жизни, наиболее часто проявляется страх неожиданных звуков, страх одиночества, страх боли (и связанный с этим страх медицинских работников). В 3-5 лет для детей характерны страхи одиночества, темноты и замкнутого пространства. От 5 —7 лет ведущим становится страх смерти. От 7 до 11 лет дети больше всего боятся «быть не тем, о ком хорошо говорят, кого уважают, ценят и понимают»

Каждому ребенку присущи определенные страхи. Однако, если их очень много, то можно говорить о проявлениях тревожности в характере ребенка. До настоящего времени еще не выработано определенной точки зрения на причины возникновения тревожности.

Детские страхи представляют собой иерархическую структуру различных по природе и интенсивности страхов, которые определяются особенностями личности ребёнка, индивидуальным опытом, принятыми в данном социуме установками, а также общими для всех людей возрастными и половыми закономерностями. Говоря о детских страхах и их проявлении, необходимо понять, что при этом считать нормой, а что патологией. В отечественной и зарубежной психологии выделено 29 страхов, которые могут испытывать дети от рождения и до достижения 16–18-летнего возраста. Сложным «кризисным» периодом является семилетний возраст. Причем для дошкольников в этом возрасте характерны страхи одиночества, смерти, нападения, а для школьников другие, более взрослые — социальные: опоздать в школу, смерти родителей. О детском неврозе страха также можно говорить, если ребенок называет какие-либо другие страхи, чем те, которые характерны по А.И. Захарову для его возраста и пола. По-настоящему бесстрашного ребенка не существует, но иногда страхи настолько сильно поражают его, что он уже не в состоянии адекватно воспринимать действительность. И тогда возникает патология в проявлении страхов у ребенка. Современная психология делит 29 страхов на следующие виды: навязчивые страхи, бредовые страхи, сверхценные страхи. Навязчивые страхи к ним относятся: гипсофобия (страх высоты), клаустрофобия (боязнь закрытых пространств), агорафобия (боязнь открытых пространств), ситофобия (боязнь принимать пищу) и т.д. Навязчивых детских страхов сотни и тысячи; все, безусловно, перечислить невозможно. Эти страхи ребенок испытывает в определенных, конкретных ситуациях, боится обстоятельств, которые могут их за собой повлечь. Бредовые страхи — это страхи, причину появления которых найти просто невозможно. Как, например, объяснить, почему ребенок боится ночного горшка, отказывается принимать ту или иную пищу (фрукты, овощи или мясо),

боится надеть тапочки или завязать шнурки. Бредовые страхи часто указывают на серьезные отклонения в психике ребенка, могут служить началом развития аутизма. Детей с бредовыми страхами можно встретить в клиниках неврозов и больницах, поскольку это самая тяжелая форма. Страхи, связанные с некоторыми идеями (как говорят, с «идеями фикс»), называются сверхценными. Первоначально они соответствуют какой-либо жизненной ситуации, а потом становятся настолько значимыми, что ни о чем другом ребенок думать уже не может. К детским сверхценным страхам относятся страхи социальные: боязнь окружающих людей, боязнь отвечать у доски, заикание. Детские сверхценные страхи считаются по праву самыми распространенными, именно с ними в 90% всех случаев сталкиваются практикующие психологи. На этих страхах дети часто «застревают», и вытащить их из собственных фантазий бывает подчас очень сложно. Самым распространенным является страх смерти. В чистом виде этот страх проявляется у 6–7-летних дошкольников, а у детей более старшего возраста проявляется не напрямую, а опосредованно, через другие страхи. Ребенок понимает, что смерть вот так вдруг, неожиданно, вряд ли наступит, и боится остаться наедине с угрожающим пространством или обстоятельствами, которые могут ее повлечь. Ведь тогда может случиться нечто неожиданное и ему никто не сможет помочь, а значит, он может умереть. К опосредованному детскому сверхценному страху смерти можно отнести: страх темноты (в которой детское воображение поселяет ужасных ведьм, оборотней и призраков), сказочных персонажей, а также страх потеряться, нападения, воды, огня, боли и резких звуков.

1.2. СКАЗКОТЕРАПИЯ - МЕТОД КОРРЕКЦИИ ДЕТСКИХ СТРАХОВ.

Сказкотерапия является самым древним психологическим и педагогическим методом. С давних лет знания о мире передавались или переписывались из уст в уста. В настоящее время под сказкотерапией мы понимаем способы передачи знаний о духовном пути и социальной реализации человека. Поэтому мы называем сказкотерапию воспитательной системой, сообразной духовной природе человека.

Сказкотерапия – это метод ,использующий форму для интеграции личности, развития творческих способностей, расширения сознания, совершенствования взаимодействия с окружающим миром. К сказкам обращались в своём творчестве и зарубежные и отечественные психологи: Э.Фромм, Э.Берн, Э.Гарднер, И.В.Вачков, М.Осорина, Е.Лисина, Т.Зинкевич-Евстигнеева и другие.

Сказкотерапия – означает “ лечение сказкой”. Вачков И.В. считает, что сказку используют и врачи, и психологи, и педагоги, и каждый специалист находит в сказке тот ресурс, который помогает ему решать его профессиональные задачи.

Вовремя рассказанная сказка для ребенка значит столько же, сколько психологическая для взрослого. Отличие только в том, что от ребенка не требуют вслух делать выводы и анализировать, что с ним происходит: работа идет на подсознательном уровне.

В понимании Т.Д.Зинкевич-Евстигнеевой, сказкотерапия – это не просто направление психотерапии, а синтез многих достижений психологии, педагогики, психотерапии и философии разных культур. Сказкотерапия как метод и форма работы с детьми, подростками и взрослыми сегодня особенно актуальна. Хотя бы потому, что необходимо остановить лавину разрушений, производимых человеком. А сделать это возможно только когда человек возвращается к своему изначальному, "сказочному" восприятию мира.

Метод сказкотерапии был создан в 90-е годы в России, у истоков его развития стояли такие ученые нашего времени как Е. Романова, А. Гнездилов, Т.

Сытько, Ю. Тележко, Г. Николаева, Д. Протасова, Е. Тарасова, Т. Баязитова, Т. Карасева, Т. Грабенко. В своей работе они опирались на опыт великих уче-ных: Выготского, Эльконина, Фрейда, Фрома, Берна, Юнга .

Сказкотерапию психологи-практики, педагоги, воспитатели стали причислять к разновидностям арт-терапии, забывая о том, что парадигмы разные. Сказкотерапия исторически более древний инструмент передачи знаний о жизни. Поэтому, говоря сегодня о методе сказкотерапии, необходимо помнить, что это древнейший способ коммуникации, передачи знаний, известный и неизменно используемый с незапамятных времен. Только термин "сказкотерапия" новый, но по сути - проверенный временем.

На сегодня, сказкотерапия - это новое, совсем молодое но уже самостоятельное и перспективное направление в психологии. В литературе неоднократно обсуждался вопрос о том, полезна ли работа со сказкой, и сегодня метод работы со сказкой активно разрабатывается в России многими известными психологами, педагогами и логопедами. В Санкт-Петербурге открыт первый Институт сказкотерапии. Он представляет собой научно-практический и исследовательский центр, в котором разрабатывается методология комплексной работы со сказкой для детей, имеющих отклонения в развитии. Ректор Института – Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева – доктор психологии, сказкотерапевт, автор психолого-педагогической технологии «Комплексная Сказкотерапия», преподаватель Института специальной педагогики и психологии.

Огромный вклад в разработку данного метода внесла Т. М. Грабенко – сурдопедагог, дефектолог, логопед, игротерапевт, преподаватель Института специальной педагогики и психологии Международного университета семьи и ребенка имени Р. Валленберга, автор уникальных программ по игровой сказкотерапевтической фонетической ритмике, Лауреат Премии Мэра, победитель многих конкурсов педагогического мастерства, Ведущий сотрудник Института сказкотерапии.

Множество прекрасных сказок для детей, имеющих проблемы и недостатки развития, написано А. В. Гнездиловым – доктором медицинских наук, про-

фессором НИПНИ имени В. М. Бехтерева и кафедры психиатрии МАПО, почетным доктором Эссекского университета в Англии, основателем хосписного движения в России.

Популярность сказки объясняется тем, что смысл сказки воспринимается сразу на двух уровнях: сознательном и подсознательном.

Сказкотерапия может использоваться при работе в любых возрастных границах. У младших дошкольников она позволяет проработать всевозможные страхи, агрессивную направленность личности школьника, его эмоциональное состояние. Показать на примере сказочных персонажей пути решения проблем.

Сказкотерапия - означает «лечение сказкой». Как пишет Вачков И. В., сказку используют и врачи, и психологи, и педагоги, и каждый специалист находит в сказке тот ресурс, который помогает ему решать его профессиональные задачи.

Источниками инструментария сказкотерапии стали работы Л.С. Выготского, Д. Б. Эльконина, исследования и опыт Б. Беттельхейма, терапия историями Р. Гарднера, работы Э. Фромма, Э. Берна, идеи К.Г. Юнга и М.Л. фон Франц, позитивная терапия притчами и историями Н. Пезешкяна, исследования детской субкультуры М. Осориной, работы В. Проппа, идеи Е. Романовой, психотерапевтические сказки и идеи А. Гнездилова, опыт А. Захарова а также собственные разработки Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой .

Основными идеями сказкотерапии являются:

1) осознание своих потенциалов, возможностей и ценности собственной жизни;
2) понимание причинно-следственных связей событий и поступков;
3) познание разных стилей мироощущения;
4) осмысленное созидательное взаимодействие с окружающим миром;
5) внутреннее ощущение силы и гармонии.

Великий педагог XX в. В. А. Сухомлинский в своей книге «Сердце отдаю детям» писал: «Сказка для маленьких детей - не просто рассказ о фантастических событиях. Это - целый мир, в котором ребенок живет, борется, противопоставляет злу свою добрую волю. Дети находят глубокое удовлетворение в том, что

их мысль живет в мире сказочных образов. Пять, десять раз ребенок может пересказывать одну и ту же сказку, и каждый раз открывает в ней что-то новое. Ребенок прекрасно знает, что в мире нет ни Бабы-Яги, ни Царевны-Лягушки, ни Кащея Бессмертного, но он воплощает в эти образы добро и зло и каждый раз, рассказывая одну и ту же сказку, выражает свое личное отношение к плохому и хорошему».

Одно из объяснений успеха применения метода сказкотерапии заключается в том, что смысл сказки воспринимается сразу на двух уровнях, сознательном и подсознательном. Сознание ребенка воспринимает реальное содержание сказки как вымышленное: ребенок сопереживает поступки сказочного героя, отождествляет себя с ним и даже, когда видит в сказке свою проблему, он все равно думает, это не про меня, это понарошку. На подсознательном уровне он все равно верит услышанному и задает нужную программу изменений в поведении, переосмыслении ценностей, взглядов и жизненных позиций

ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ I

Проанализировав психологическую литературу по теме страхи в младшем дошкольном возрасте и сказкотерапии, как метода их коррекции мы выяснили следующее:

Подавляющее большинство детских страхов в той или иной степени обусловлены возрастными особенностями и имеют временный характер. Детские страхи, если к ним правильно относиться, понимать причины их появления, чаще всего исчезают бесследно. Если же они болезненно заострены или сохраняются длительное время, то это служит признаком неблагополучия, говорит о нервной ослабленности ребенка, неправильном поведении взрослых, незнании ими психических и возрастных особенностей ребенка. Новая социальная картина влечет за собой возникновение и других страхов у детей: оставаться дома одним, заболеть, умереть, сказочных персонажей, темноты.

Изучив причины появления страхов, нами было выявлено существование

различных причин появления страха. Порог возникновения страха, так же как и пороги возникновения других фундаментальных эмоций, находится под влиянием индивидуальных различий, имеющих биологическую основу, индивидуального опыта и общего социокультурного контекста происходящего. И если оставить без внимания ребенка страдающего от каких-либо страхов, то это может привести к сложным психологическим и психическим заболеваниям. Поэтому вмешательство специалистов необходимо. И сказкотерапия является одним из лучших способов борьбы с детскими страхами, т.к.

Во-первых, персонажи в сказках универсальны, и ребенок может легко представить себя в роли главного персонажа.

Во-вторых, сказка создает чувство защищенности. Можно принимать ее настолько близко к сердцу, насколько хочешь. И еще очень важно отметить, что в сказках всегда побеждает добро.

В-третьих, в сказкотерапевтической работе ребенку дается возможность проявить себя, самому придумать сказку, актуализировать творческое мышление. Придумывая сказки, решая сказочные задачи, помогая главному герою преодолеть трудности, ребенок чувствует себя настоящим Волшебником, который может справиться с любыми сложностями жизни. Таким образом, повышается самооценка ребенка, развивается его креативность, ребенок чувствует себя уверенней.

В-четвертых, преодолевая трудности в сказочном мире, ребенок обретает механизмы, способы продуктивного реагирования и, самое важное, он переносит весь этот положительный опыт в реальную жизнь.

Таким образом, сказкотерапия - это один из способов больше узнать о себе.

Сегодня существует большое количество всевозможных тестов, которые по сути направлены на то, чтобы человек, ответив на ряд определенных вопросов, смог узнать что-то новое о себе. Но недостатком тестов является то, что мы, отвечая на вопрос, не можем быть вполне объективными и, потому те результаты и характеристики, которые мы получаем, не всегда являются истинны-

ми.

Принципиальное отличие сказкотерапии заключается в том, что результат невозможно предсказать, он всегда индивидуален.

Однако своевременное выявление страхов и коррекции с помощью психокоррекционной программы, предназначенной для преодоления и профилактики детских страхов, которая включает в себя релаксационные упражнения, подвижные игры, рисунки и многое другое - позволяет значительно снизить их и ускорить адаптацию детей к ДОУ.

ГЛАВА II. ФОРМЫ И МЕТОДЫ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ С ДЕТЬМИ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СКАЗКОТЕРАПИИ

2.1 ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

На сегодня проблема особенностей страхов в поведение детей дошкольного возраста является актуальной как в теоретическом, так и в практическом плане.

Для решения данной проблемы, нами было проведено эмпирическое исследование на базе муниципального дошкольного учреждения № 17 п. Горный.

Цель: выявление и уточнение преобладающих видов страхов детей средней группы

Сроки проведения: август 2016 г.

Место: групповая комната средней группы.

Участники: 29 детей средней группы в возрасте 4-5 лет.

Прежде чем помочь детям в преодолении страхов, необходимо выяснить, каким конкретно страхам они подвержены. Выяснить весь спектр страхов, можно специальным опросом при условии эмоционального контакта с ребенком, доверительных отношений и отсутствия конфликта.

Организация и ход экспериментальной работы включали в себя три этапа:

- организация и проведение диагностики страхов.

- проведение психокоррекционных занятий с помощью программы коррекции детских страхов.
- сравнительный анализ результатов в экспериментальной группе первичного и вторичного психодиагностического исследования.

Учитывая это, при изучении детских мы поддерживались следующих правил:

- предложенные в методиках ситуации должны быть максимально знакомыми и понятными и детям;
- получаемые результаты должны быть очевидными и содержательными.

Для достижения цели и решения поставленных задач был использован психодиагностические метод А.И. Захарова «Страхи в домиках» (приложение 1) предназначенный для диагностики страхов у детей.

Цель: выявление и уточнение преобладающих видов страхов (страх темноты, одиночества, смерти, медицинские страхи и т. д.) у детей старше 3-х лет. Прежде чем помочь детям в преодолении страхов, необходимо выяснить, весь спектр страхов и каким конкретно страхам они подвержены.

Данный метод подходит в тех случаях, когда ребенок еще плохо рисует или не любит рисовать. Мы предлагаем нарисовать два дома: черный и красный. И потом расселить в домики страхи из списка (называем по очереди страхи). Записывать будем те страхи, которые ребенок поселил в черный домик, т.е. признал, что он боится этого. Беседу следует вести неторопливо и обстоятельно, перечисляя страхи и ожидая ответа «да» - «нет» или «боюсь» - «не боюсь». Повторять вопрос о том, боится или не боится ребенок, следует только время от времени. Тем самым избегается наводка страхов, их непроизвольное внушение. При стереотипном отрицании всех страхов просят давать развернутые ответы типа «не боюсь темноты», а не «нет» или «да». Психолог, задающий вопросы, сидит рядом, а не напротив ребенка, не забывая его периодически подбадривать и хвалить за то, что он говорит все как есть. Лучше, чтобы взрослый перечислял страхи по памяти, только иногда заглядывая в список, а не зачитывая его.

После выполнения задания мы предложим ребенку закрыть черный дом на замок (нарисовать его), а ключ - выбросить или потерять. Данный акт успокаивает актуализированные страхи.

Анализ полученных результатов заключается в том, что мы подсчитываем страхи в черном доме и сравниваем их с возрастными нормами. Совокупные ответы ребенка объединяем в несколько групп по видам страхов. Если ребенок в трех случаях из четырех-пяти дает утвердительный ответ, то этот вид страха диагностируется как имеющийся в наличии. Из 31вида страхов, выделенных автором, у детей наблюдаются от 6 до 15. У городских детей возможное количество страхов доходит до 15.

Инструкция для ребенка: «В черном домике живут страшные страхи, а в красном - не страшные. Помоги мне расселить страхи из списка по домикам».

Ты боишься:

1. когда остаешься один;
2. нападения;
3. заболеть, заразиться;
4. умереть;
5. того, что умрут твои родители;
6. каких-то детей;
7. каких-то людей;
8. мамы или папы;
9. того, что они тебя накажут;
10. Бабы Яги, Кощея Бессмертного, Змея Горыныча, чудовища;
11. перед тем как заснуть;
12. страшных снов (каких именно);
13. темноты;
14. волка, медведя, собак, пауков, змей (страхи животных);
15. машин, поездов, самолетов (страхи транспорта);
16. бури, урагана, наводнения, землетрясения (страхи стихии);
17. когда очень высоко (страх высоты);

18. когда очень глубоко (страх глубины);

19. в тесной маленькой комнате, помещении, туалете, переполненном автобусе, метро (страх замкнутого пространства);

20. воды;

21. огня;

22. пожара;

23. войны;

24. больших улиц, площадей;

25. врачей (кроме зубных);

26. крови (когда идет кровь);

27. уколов;

28. боли (когда больно);

29. неожиданных, резких звуков, когда что-то внезапно упадет, стукнет (боишься, вздрагиваешь при этом);

30. сделать что-либо не так, неправильно (плохо - у дошкольников);

31. опоздать в сад (школу).

Все перечисленные здесь страхи можно разделить на несколько групп:

· медицинские страхи - боль, уколы, врачи, болезни;

· страхи, связанные с причинением физического ущерба - транспорт, неожиданные звуки, пожар, война, стихии;

· страх смерти (своей);

· боязнь животных;

· страхи сказочных персонажей;

· страх темноты и кошмарных снов;

· социально-опосредованные страхи - людей, детей, наказаний, опозданий, одиночества;

· пространственные страхи - высоты, глубины, замкнутых пространств.

Наличие большого количества разнообразных страхов у ребенка - это показатель преневротического состояния.

Так, присущие детям средней группы (4-5 лет), наиболее выраженные страхи (Приложение 1).

Для детей подготовительной группы (5-7 лет) характерны такие страхи (Приложение 2).

Возрастные нормы (по А.И. Захарову) - среднее число страхов:

· в дошкольном возрасте: — у девочек =10,3; у мальчиков — 8,2;

· в школьном возрасте: — у мальчиков = 6,9; у девочек = 9,2.

Среднее число страхов у детей: по полу и возрасту (Приложение 3).

2.2. ПСИХОКОРРЕКЦИОННАЯ ПРОГРАММА

Цель программы: уменьшение уровня страхов у детей дошкольного возраста с помощью метода сказкотерапии русскими народными сказками, с элементами психогимнастики (через развитие эмоционально-волевой сферы ребенка).

Задачи:

- уменьшение количества страхов; снижение тревожности;

- развитие умения понимать собственное эмоциональное состояние, умение выражать свои чувства и распознавать чувства других людей;

- повышение уверенности в себе через повышение самооценки.

Организационно-педагогические условия

Занятия проводятся в комнате, где достаточно места для передвижения. Выбор и инициатива принадлежит детям. Ограничения их активности минимальны: не покидать пределы комнаты до конца занятий. Занятия тематические. Во время занятий дети сидят в кругу - на стульчиках или на полу. Круг – это, прежде всего, возможность открытого общения. Форма круга создает гармонию отношениям детей, позволяет им ощутить особую общность, облегчает взаимопонимание и взаимодействие.

УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Название занятия	Цель	Содержание
1	2	3	4
1	«Крошечка-Хаврошечка»	1.Снижение уровня страхов; 2.Расширение представления об эмоциях и различных эмоциональных состояниях. 3.Учить эмоциональному осознанию своего поведения; 4. Развитие способности понимать и различать позитивные и негативные качества личности; 5.Повышать уверенность в себе; 6.Развитие умения адекватно выражать свои эмоции; 7.Обеспечить чувство психологической защищенности, доверия	1Ритуал «входа» 2.Вспоминаем сказку «Крошечка-Хаврошечка» (беседа о характере героев) 3. Разыгрывание сказки «Крошечка-Хаврошечка» с помощью кукол-бабио. 4.Психогимнастика «Спасем Доброту» 5.Окончание сказки. Беседа о эмоциях героев, их поведении (какие эмоции они испытывали в той или иной ситуации). 6.Релаксационное упражнение «Сад чувств» 7. Ритуал «выхода» Песня «От улыбки»
2	«Морозко»	1.Снижение уровня страхов; 2.Расширение представления об эмоциях и различных эмоциональных состояниях. 3.Учить эмоциональному осознанию своего поведения; 4. Развитие способности понимать и различать позитивные и негативные качества личности; 5.Повышать уверенность в себе; 6.Развитие умения адекватно выражать свои эмоции; 7.Обеспечить чувство психологической защищенности, доверия	1. Ритуал «входа». 2.Вспоминаем сказку «Морозко» (беседа о характере героев) 3.Разыгрывание сказки «Морозко» с помощью кукол-бабио. 4.Психогимнастика «Прогулка в зимнем лесу» 5.Окончание сказки. Беседа о эмоциях героев, их поведении (какие эмоции они испытывали в той или иной ситуации). 7.Игра«Копилка трудностей» 8.Игровое упражнение «Сме-

			шинка» 8.Релаксационное упражнение «Солнышко» 9. Ритуал «выхода» Песня «От улыбки»
3	«Марья Моревна»	1.Снижение уровня страхов; 2.Расширение представления об эмоциях и различных эмоциональных состояниях. 3.Учить эмоциональному осознанию своего поведения; 4. Развитие способности понимать и различать позитивные и негативные качества личности; 5.Повышать уверенность в себе; 6.Развитие умения адекватно выражать свои эмоции; 7.Обеспечить чувство психологической защищенности, доверия	1. Ритуал «входа». 2.Рассказываем сказку «Марья Моревна» (беседа о характере героев) 3.Упражнение «Похвалилки» 4.Разыгрывание сказки «Марья Моревна» с помощью кукол-бабио. 5.Психогимнастика «Лесные жители» 6. Беседа о эмоциях героев, их поведении (какие эмоции сказки они испытывали в той или иной ситуации). 7. Ритуал «выхода»
4	«Волк и семеро козлят»	1.Снижение уровня страхов; 2.Расширение представления об эмоциях и различных эмоциональных состояниях. 3.Учить эмоциональному осознанию своего поведения; 4. Развитие способности понимать и различать позитивные и негативные качества личности; 5.Повышать уверенность в себе; 6.Развитие умения адекватно выражать свои эмоции; 7.Обеспечить чувство психологической защищенности, доверия	1. Ритуал «входа». 2.Вспоминаем сказку «Волк и семеро козлят» (беседа о характере героев) 3.Разыгрывание сказки «Волк и семеро козлят» с помощью кукол-бабио. 4.Психогимнастика «Волк и семеро козлят» 5.Окончание сказки. Беседа о эмоциях героев, их поведении (какие эмоции они испытывали в той или иной ситуации). 7.Упражнение «Самый лучший сосед - мой» 8.Игровое упражнение «Угадай кто подал голос» 9.Релаксационное упражнение «Сад чувств» 10.Ритуал «выхода» Песня «От улыбки»
5	«Кот, петух и лиса»	1.Снижение уровня страхов; 2.Расширение представления об эмоциях и различных эмоциональных состояниях.	1. Ритуал «входа». 2.Вспоминаем сказку «Кот, петух и лиса» (беседа о характере героев)

		3.Учить эмоциональному осознанию своего поведения; 4. Развитие способности понимать и различать позитивные и негативные качества личности; 5.Повышать уверенность в себе; 6.Развитие умения адекватно выражать свои эмоции; 7.Обеспечить чувство психологической защищенности, доверия	3.Разыгрывание сказки «Кот, петух и лиса» с помощью кукол-бабио. 4.Психогимнастика «Зоопарк» 5.Окончание сказки. Беседа о эмоциях героев, их поведении (какие эмоции они испытывали в той или иной ситуации). 6.Упражнение «Что ты умеешь делать лучше чем взрослый» 7.Игровое упражнение «Два вредных колечка» 8.Релаксационное упражнение «Солнышко» 9. Ритуал «выхода» Песня «От улыбки»
6	Завершающее занятие	1.Снижение уровня страхов; 2.Расширение представления об эмоциях и различных эмоциональных состояниях. 3.Учить эмоциональному осознанию своего поведения; 4. Развитие способности понимать и различать позитивные и негативные качества личности; 5.Повышать уверенность в себе; 6.Развитие умения адекватно выражать свои эмоции; 7.Обеспечить чувство психологической защищенности, доверия	1.Ритуал «входа» 2.Вспоминаем начало сказки «Иван -крестьянский сын и чудо-юдо» 3. Игровое упражнение «Я умею» 4. Игровое упражнение «Я могу». 5.Психогимнастика «Путешествие к морю» 6. Ритуал «выхода» Песня «От улыбки»
7	«Шкатулка сказок»	1.Снижение уровня страхов; 2.Расширение представления об эмоциях и различных эмоциональных состояниях. 3.Учить эмоциональному осознанию своего поведения; 4. Развитие способности понимать и различать позитивные и негативные качества личности; 5.Развитие умения адекватно выражать свои эмоции; 6.Обеспечить чувство психологической защищенности, доверия	1. Вводная часть. Игра «чьи ладошки» 2. Основная часть. 2.1.Релаксационное упражнение «Полет в облаках» 2.2.Упражнение «Шкатулка сказок» 3. Заключительная часть. 3.1. Беседа с детьми о прошедших занятиях. 3.2. «Рисунок чувств» 4. Прощание с детьми.

Примечание к табл. 1: Подробное содержание занятий в приложении 3.

2.3. АНАЛИЗ ЭФФЕКТИВНОСТИ СКАЗКОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ, НАПРАВЛЕННОЙ НА СНИЖЕНИЕ СТРАХОВ У ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА И ЕЕ ВОЗДЕЙСТВИЯ НА МАЛЬЧИКОВ И ДЕВОЧЕК

База исследования: муниципальное дошкольное образовательное учреждение центр развития ребенка - детский сад №17 I категории администрации городского округа закрытого административно-территориального образования п. Горный, в исследовании принимали дети средней группы «Звёздочки»..

Время исследования: август 2016.

Этапы исследования:

1. Организационный.

Этап включал анализ литературы по проблеме исследования, выдвижение гипотезы; постановку цели и задач; подбор методов и методик, подготовка материалов и оборудования (бланки, ручки, карандаши), необходимых в ходе проведения исследования; выбор помещения для проведения тестирования и дальнейшей коррекции; получение дополнительной информации о тестируемых.

2. Диагностический.

Для выявления страхов у младших дошкольников нами была проведена методика М. А. Панфиловой «Страхи в домиках» (Приложение 1).

В основу исследования положено предположение о том, что страхи в младшем дошкольном возрасте в результате коррекционной работы будут значительно снижены. Продиагностированы 29 младших дошкольников – 12 мальчиков и 17 девочек.

3. Коррекционный.

По результатам диагностики с 10 младшими школьниками – 5 девочек и 5 мальчиков – проводилась коррекционная работа.

Для коррекции детских страхов нами применялась специально составленная программа.

Цель коррекционной программы: уменьшение уровня страхов у детей дошкольного возраста с помощью метода сказкотерапии русскими народными сказками, с элементами психогимнастики (через развитие эмоционально-волевой сферы ребенка).

Возраст детей: 4-5 лет.

Повторная диагностика страхов:

Для выявления эффективности, проведенной коррекционной программы нами повторно продиагностирована коррекционная группа - 10 младших

дошкольников. В основу легла методика выявления детских страхов А.И. Захарова и М.А. Панфиловой «Страхи в домиках».

ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ СТРАХОВ У ДЕТЕЙ СРЕДНЕЙ ГРУППЫ

В исследовании принимали участие 29 детей средней группы ДОУ, у 10 из которых (5 мальчиков и 5 девочек), страхи выявлены в наибольшей степени. По результатам диагностического исследования выявлено, что для воспитанников характерны такие страхи, как:

- страх перед нападением (70% - у девочек и 80% - у мальчиков);
- страх умереть (90% - у девочек и 60% - у мальчиков);
- страх смерти родителей (90% - у девочек и 60% - у мальчиков);
- страх перед папой и мамой (80% - у девочек и 70% - у мальчиков);
- страх наказания (70% - у девочек и 90% - у мальчиков);
- страх чудовищ (50% - у девочек и 60% - у мальчиков);
- страх глубины (80% - у девочек и 70% - у мальчиков);
- страх перед стихией (80% - у девочек и 60% - у мальчиков);
- страх высоты (60% - у девочек и 50% - у мальчиков);
- страх пожара (90% - у девочек и 50% - у мальчиков);
- медицинский страх:

- боязнь врачей (80% - у девочек и 70% - у мальчиков);

- боязнь боли (90% - у девочек и 80% - у мальчиков);

- боязнь крови (90% - у девочек и 80% - у мальчиков);

боязнь уколов (100% - у девочек и 100% - у мальчиков);

- страх перед неожиданными звуками (100% - у девочек и 50% - у мальчиков).

Менее выраженные страхи у детей:

- страх темноты (70% - у девочек и 60% - у мальчиков);
- страх видеть страшные сны (70% - у девочек и 50% - у мальчиков).

Меньше всего детям характерны:

- страх замкнутого пространства (60% - у девочек и 80% - у мальчиков);
- страх войны (60% - у девочек и 50% - у мальчиков);
- страх больших улиц (40% - у девочек и 50% - у мальчиков).
- страх огня (50% - у девочек и 50% - у мальчиков).

Результаты приведены графически на рис. 1.

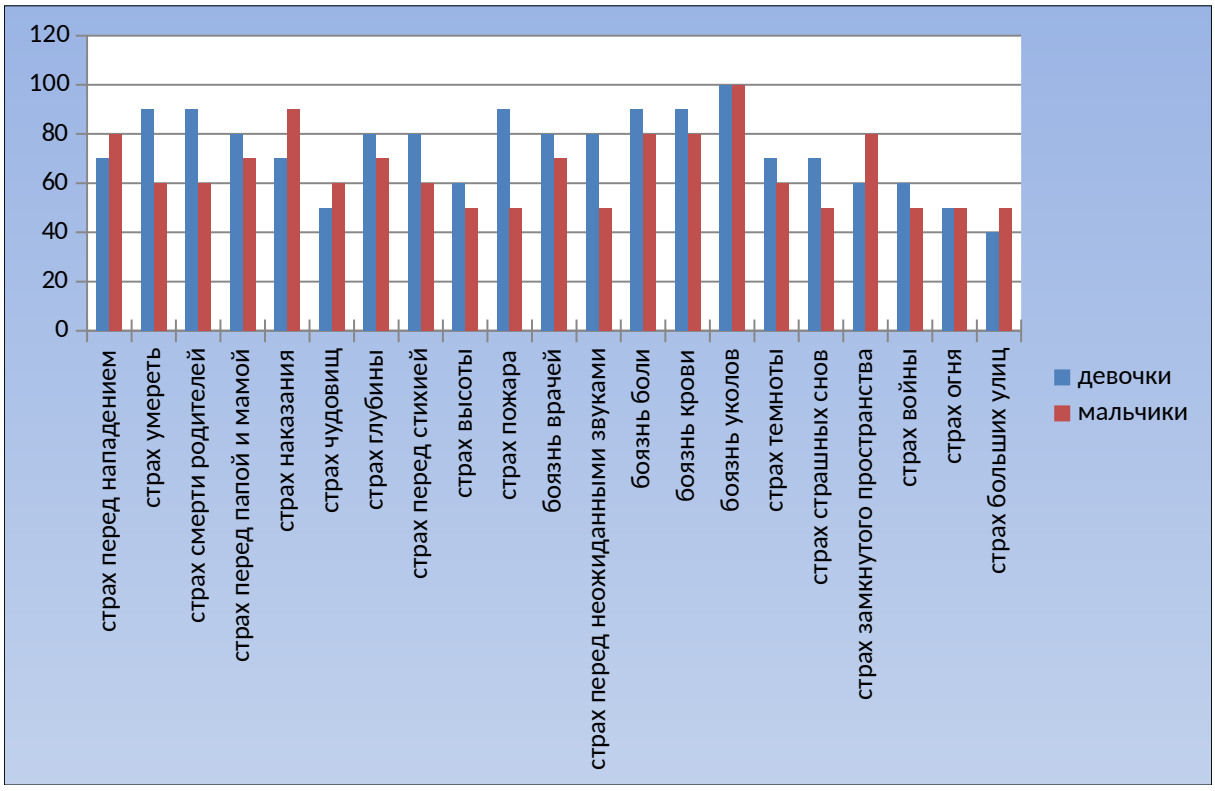


Рис.1. Показатели страхов до коррекции

Рассматривая связь страхов с половой принадлежностью, мы видим, что девочки подвержены большему количеству страхов. Практически по всем шка-

лам показатели девочек выше показателей мальчиков. Однако, показатели страхов у мальчиков также достаточно высоки.

Таким образом, по результатам диагностики была выявлена необходимость проведения коррекции страхов у детей по вышеупомянутой. Программе коррекции страхов детей 4-5 лет.

В коррекции и повторной диагностике принимали участие 10 детей средней группы. Результаты повторной диагностики после проведения курса коррекции детских страхов приведены графически (рис.2).

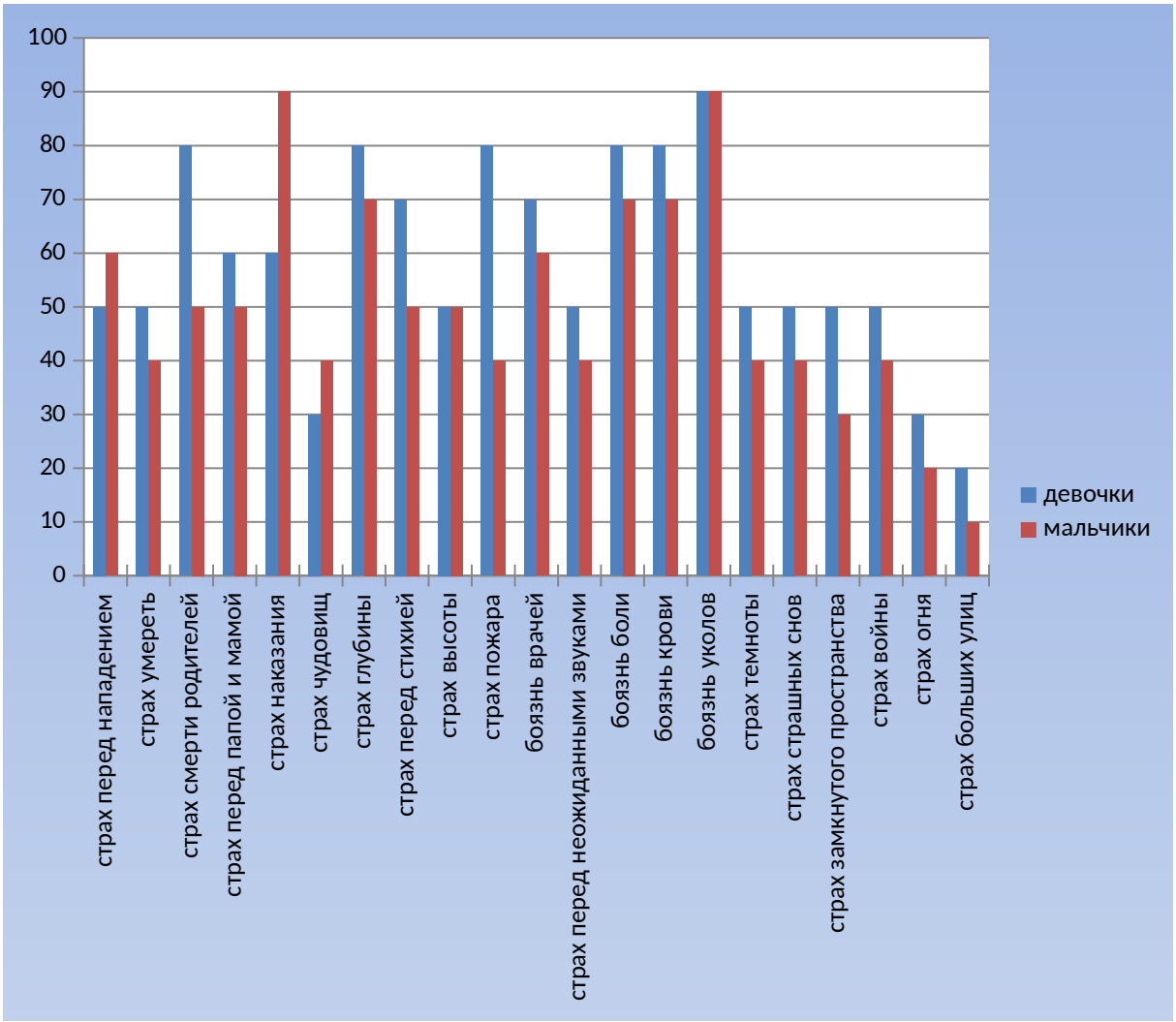


Рис.2. Показатели страхов после коррекции.

На диаграмме мы видим следующие качественные показатели уровней страхов:

- страх перед нападением (50% - у девочек и 60% - у мальчиков);
- страх умереть (50% - у девочек и 40% - у мальчиков);
- страх смерти родителей (80% - у девочек и 50% - у мальчиков);
- страх перед папой и мамой (60% - у девочек и 50% - у мальчиков);
- страх наказания (60% - у девочек и 90% - у мальчиков);
- страх чудовищ (30% - у девочек и 40% - у мальчиков);
- страх глубины (80% - у девочек и 70% - у мальчиков);
- страх перед стихией (70% - у девочек и 50% - у мальчиков);
- страх высоты (50% - у девочек и 50% - у мальчиков);
- страх пожара (80% - у девочек и 40% - у мальчиков);

- медицинский страх:

- боязнь врачей (70% - у девочек и 60% - у мальчиков);

- боязнь боли (80% - у девочек и 70% - у мальчиков);

- боязнь крови (80% - у девочек и 70% - у мальчиков);

боязнь уколов (90% - у девочек и 90% - у мальчиков);

- страх перед неожиданными звуками (50% - у девочек и 40% - у маль чиков).

Менее выраженные страхи у детей:

- страх темноты (50% - у девочек и 40% - у мальчиков);
- страх видеть страшные сны (50% - у девочек и 40% - у мальчиков).

Меньше всего детям характерны:

- страх замкнутого пространства (50% - у девочек и 30% - у мальчиков);
- страх войны (50% - у девочек и 40% - у мальчиков);
- страх больших улиц (20% - у девочек и 10% - у мальчиков).
- страх огня (30% - у девочек и 20% - у мальчиков).

В результате проведенной диагностики мы видим, что девочки подвержены большему количеству страхов. Практически по всем шкалам показатели девочек выше показателей мальчиков. Однако, показатели страхов у мальчиков также достаточно высоки. У большинства детей преобладает высокий уровень страхов (8 человек, ≥80%). У этих детей наблюдается большое количество различных видов страхов. У многих детей присутствуют почти все виды страхов, представленных в методике А.И. Захарова и М.А. Панфиловой «Страхи в домиках». Таким образом, по результатам диагностики была выявлена необходимость коррекции страхов у детей.

Коррекционная работа по устранению страхов проводилась в малой группе (10 детей).

Преимущества групповой формы работы по сравнению с индивидуальной***:***

- общая тревожность детей в группе снижается, так как они видят, что страхи есть у всех и это вполне нормально;

- дети в группе становятся более инициативными;
- групповая работа позволяет детям повысить самооценку, развивать способность к рефлексии.

В целом же результаты исследования можно оценивать как позитивные и подтверждающие эффективность арттерапевтических методик в работе психолога с детскими страхами в краткосрочной психокоррекции. В результате проведенного исследования подтвердилась эффективность сказкотерапии в краткосрочной психокоррекционной работе с детскими страхами.

Эффективность сказкотерапевтической коррекционно-развивающей программы мы можем наблюдать в нижеприведенных таблицах и сводной диаграмме:

Таблица 3

Выраженность страхов (в %) до проведения коррекционной программы

№	Вид страха	Показатели с учетом пола		Средний показатель %
		девочки	мальчики	
1	страх перед нападением	70	80	75
2	страх умереть	90	60	75
3	страх смерти родителей	90	60	75
4	страх перед папой и мамой	80	70	65
5	страх наказания	70	90	80
6	страх чудовищ	50	60	55
7	страх глубины	80	70	75
8	страх перед стихией	80	60	70
9	страх высоты	60	50	55
10	страх пожара	90	50	70
11	боязнь врачей	80	70	75
12	боязнь боли	80	50	65
13	боязнь крови	90	80	85
1	боязнь уколов	90	80	85

4				
15	страх перед неожиданными звуками	100	100	100
16	страх темноты	70	60	65
17	страх видеть страшные сны	70	50	60
18	страх замкнутого пространства	60	80	70
19	страх войны	60	50	55
20	страх огня	50	50	50
21	страх больших улиц	40	50	45

Таблица 4

Выраженность страхов (в %) после проведения коррекционной программы

№	Вид страха	Показатели с учетом пола		Средний показа-тель %
		девочки	мальчики	
1	страх перед нападением	50	60	55
2	страх умереть	50	40	45
3	страх смерти родителей	80	50	65
4	страх перед папой и мамой	60	50	55
5	страх наказания	60	90	75
6	страх чудовищ	30	40	35
7	страх глубины	80	70	75
8	страх перед стихией	70	50	60
9	страх высоты	50	50	50
10	страх пожара	80	40	60
11	боязнь врачей	70	60	65
12	боязнь боли	50	40	45
13	боязнь крови	80	70	65

14	боязнь уколов	80	70	65
15	страх перед неожиданными звуками	90	90	90
16	страх темноты	50	40	45
17	страх видеть страшные сны	50	40	45
18	страх замкнутого пространства	50	30	40
19	страх войны	50	40	45
20	страх огня	30	20	25
21	страх больших улиц	20	10	15

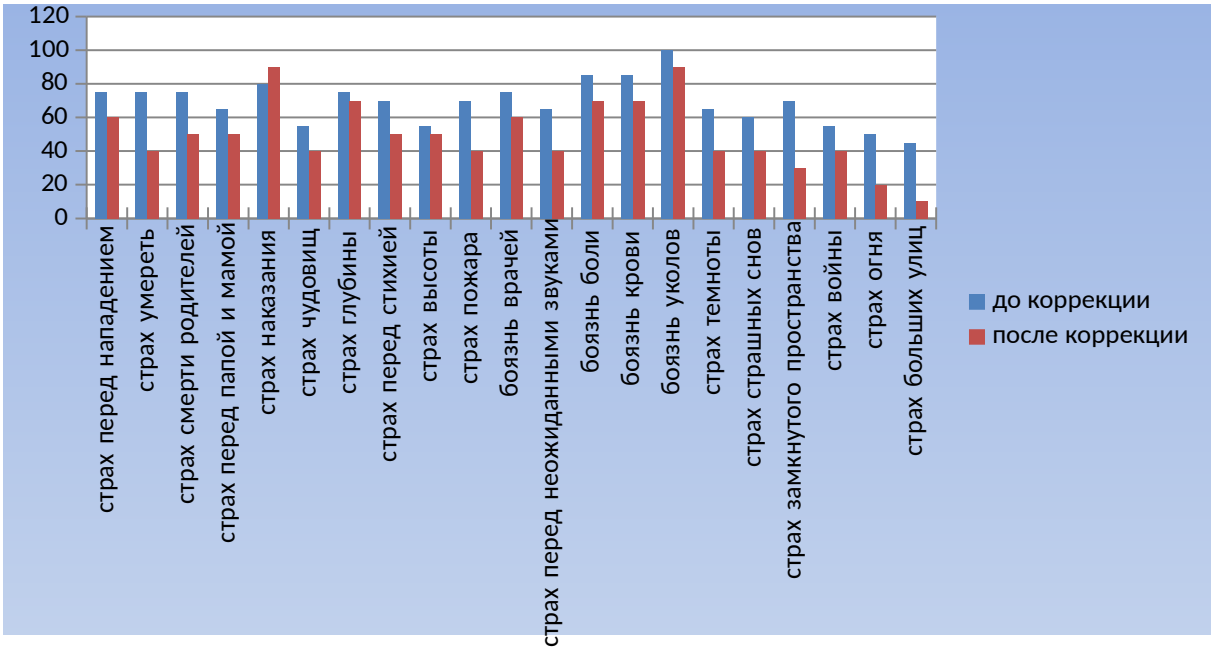


Рис.3 Количественные показатели эффективности проведения психокоррекционной программы %.

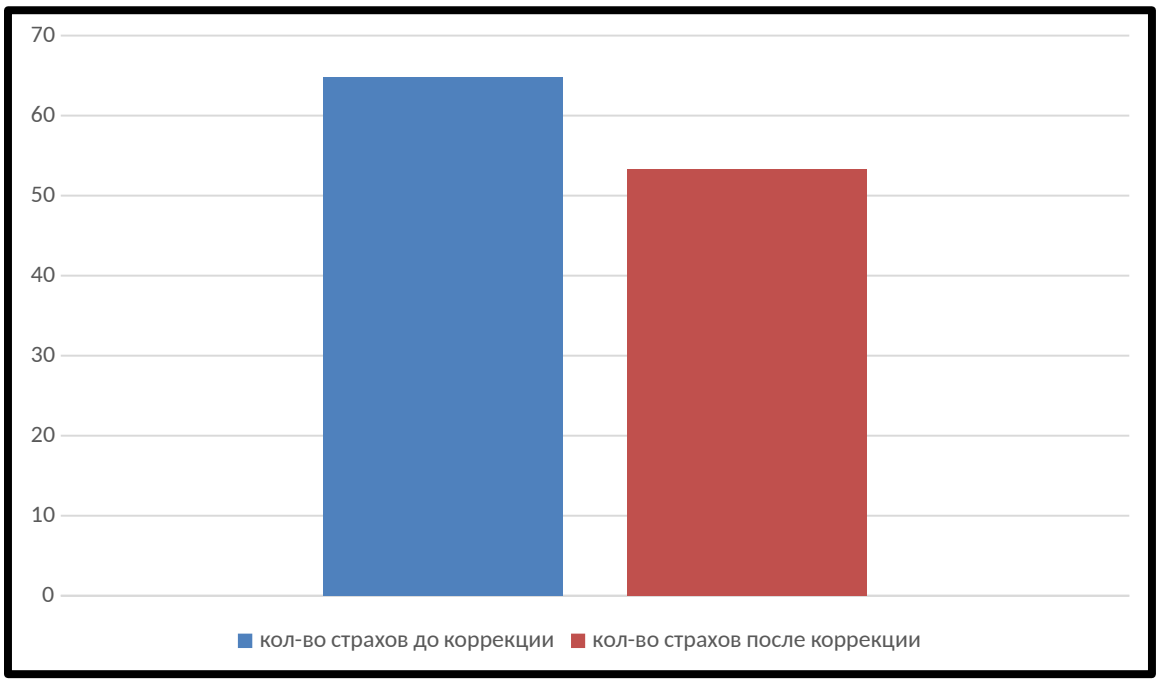


Рис. 4 Качественные показатели снижения среднего уровня страхов после проведения психокоррекционной программы.

ВЫВОД ПО ВТОРОЙ ГЛАВЕ

В результате проведенного эксперимента в целом, можно отметить, что выбранный нами подход к коррекции возрастных страхов у детей дошкольного возраста при использовании сказкотерапии получил свое оправдание и подтверждение целесообразности его дальнейшего использования. По результатам данного исследования, направленного на изучение эффективности сказкотерапии в психокоррекции детских страхов, были получены следующие результаты: В 95% всех случаев психокоррекционные мероприятия принесли положительную динамику и избавление от беспокоящего контекста за 2–4 занятия. У детей улучшилось психоэмоциональное состояние, наладился сон, понизился общий уровень тревожности. Общее количество страхов снизилось на 11,5 %.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, можно сделать вывод, что сказка приобщает ребенка к жизни. На примерах сказочных героев ребенок учится справляться с различными жизненными ситуациями, разбираться в людских характерах. Ребенок через переживание сказочной ситуации учится самостоятельно бороться со своими страхами и тревогами. Комбинируя различные приемы сказкотерапии, можно помочь каждому ребенку прожить многие ситуации, с аналогами которых он столкнется во взрослой жизни. И значительно расширить его мировосприятие и способы взаимодействия с миром и другими людьми.

Таким образом, сказкотерапия – это одна из проективных методик анализа личности.

Проведенное нами исследование позволило выявить, что у многих дошкольников базы исследования на самом деле преобладает огромное количество страхов: страх перед нападением, страх умереть, страх смерти родителей, страх высоты, замкнутых пространств, медицинские страхи и др. В процессе исследования мы предположили, что целенаправленная и систематическая работа по коррекции страхов детей приведет к снижению количества страхов у дошкольников. С целью изучения было организовано эмпирическое исследование. Центром исследования явилась разработка программы коррекции страхов детей дошкольного возраста.

Результаты после формирующей работы улучшились - у детей понизился уровень страха. Необходимо отметить, что поставленная цель достигнута, задачи реализованы, предположение о том, что использование сказкотерапии в коррекционных целях позволит уменьшить и снизить переживания страхов у детей дошкольного возраста, нашло свое подтверждение. Важность активной коррекционной работы с детскими страхами обусловлена тем, что сам по себе страх способен оказывать патогенное влияние на развитие различных сфер личности ребёнка. Своевременное выявление страхов и проведение сказкотерапевтической коррекционной работы позволяет значительно снизить их. С помощью

сказкотерапии и игр по сказкотерапии можно проводить: диагностику детей, определить степень страха и уровень тревожности детей; снизить определенный страх и уровень тревожности. На занятиях по сказкотерапии дети раскрепощаются и легко идут на контакт. Все это говорит о том, что использование сказкотерапевтических методов дает возможность корректировать развитие коммуникативных способностей детей, тем самым, создавая благоприятные условия, способствующие психическому и личностному росту ребенка в семье. Исследование методов и приёмов с использованием сказкотерапии показало, что через анализ и сочинение сказок детьми можно получить такие сведения, которые целесообразно использовать в психодиагностической практике. Таким образом, данные эмпирического исследования доказывают, что с помощью психокоррекционной работы можно снизить количество страхов у дошкольников. Следовательно, можно сделать вывод, что работа по данному направлению доказала предполагаемую эффективность. А значит, большинство детей смогли побороть свои страхи и пополнить свои знания и умения.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Божович Л.И. Избр. психол. труды. Проблемы формирования личности / Под ред. Д.И. Фельдштейна.- М.: АСТ, 1995.
2. Бреслав Г.М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве.- М.: Педагогика, 1995.- 181с.
3. Венгер А.Л. Психологическое консультирование и диагностика.- М.: Генезис, 2001.- 128с.
4. Волков Б.С., Волкова Н.В. Психология развития человека.- М.: Академ. Проспект, 2004.- 224с.
5. Вологодина Н.Г. Детские страхи днём и ночью.- М.: «Феникс», 2006.- 106с.
6. Выготский Л.С. Детская психология // Собр. Соч. – М., 1982. – т.4 – 336 с.
7. Данилина Т.А., Зедгенидзе В.Я., Стёпина Н.М. В мире детских эмоций: пособие для практических работников ДОУ.- М.: Айрис-пресс, 2004. – 160 с.
8. Диагностика и коррекция психического развития дошкольника / Под ред. Я.Л. Коломинского, Е.А. Панько.- Минск.: Университет, 1997. – 237с.
9. Жуковская, Наталья Сергеевна.«Клиника неврозов страха у детей и подростков»: Автореферат дис. на соискание ученой степени кандидата медицинских наук. (00.18) / Моск. науч.-исслед. ин-т психиатрии. - Москва :1972. - 17 с
10. Захаров А. И. Дневные и ночные страхи у детей. Серия «Психология ребенка». — СПб.: «Издательство СОЮЗ», 2000. — 448 с.
11. Основы сказкотерапии / Зинкевич-Евстигнеева., Основы сказкотерапии.,- Т.Д. Издательство: Речь.,-2007., -176с.
12.Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., - Практикум по сказкотерапии.,
- издательство: Речь.,- 310с.
13. Колпакова А. С. Детские страхи и способы их коррекции у детей младшего школьного возраста / А. С. Колпакова // Молодой ученый. — 2014. — №3. — С. 789-792
14. Котова Е. О профилактике детской тревожности // Ребёнок в детском саду.- 2003.- №5 .- с.34.
15. Коренева Е.Н. Детские капризы.- Ярославль: Академия развития, 2001.- 75с.
16. Кулинцова И.Е. - Коррекция детских страхов с помощью сказок (Речь, 2008, 167с)
17. Лаврова Г.Н. Методы диагностики и коррекции детей дошкольного и младшего школьного возраста: Учебное пособие. - Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2005.
18. Лютова Е.К., Монина Г.Б. Шпаргалка для взрослых. Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми.- М.: Генезис, 2000.- 202с.
19. Лэндрет Г.Л. Игровая терапия: искусство отношений: Пер. с англ./Предисл. А. Я. Варга. — М.: Международная педагогическая академия, 1994. — 368 с.
20. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога.- М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2001.- 384с.
21. Риман Ф. Основные формы страха/Пер. с нем. Э.Л. Гушанского. — М.: Алетейа, 1999.
22. Соколов Дмитрий Юрьевич - Сказки и сказкотерапия (Как стать психологом) – М., 2001.- 174с.

23. Спиваковская А.С. Психотерапия: игра, детство, семья. Т. 2. – М., 1999.
24. Ткач Р. М. Сказкотерапия детских проблем. — СПб.: Речь; М.: Сфера, 2008. — 118 с.
25. Широкова Г. А. Справочник дошкольного психолога/Серия «Справочники». — Ростов н/Д: «Феникс», 2004. — 384 с
26. Хрестоматия по детской психологии / сост. Г.В. Бурменская.- М.: Институт практической психологии, 1996.- 264с.
27. Хухлаева О.В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции: Учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб, заведений. — М.: Издательский центр «Академия», 2001. — 208 с.

Интернет ресурсы:

1. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. «Практикум по сказкотерапии».
http://www.twirpx.com/file/759648/
2. Методика «Страхи в домиках», Авторы: А.И. Захаров и М.А. Панфилова.
http://studopedia.su/20_49334_metodika--strahi-v-domikah.html
3. Кубанский государственный технологический университет
«Детские страхи и способы их коррекции у детей».
http://www.studfiles.ru/preview/405202/page:2
4. Захаров А.И. «Страхи у младших школьников»
http://www.gumer.info/bibliotek_Buks/Pedagog/hrestomatia/49.php
5. Гнездилов А.В. «Встречи на дороге. Терапевтические сказки».
http://www.koob.ru/gnezdilov/meetings_on_the_road
6. Соколов Дмитрий «Сказки и сказкотерапия».
http://www.koob.ru/sokolov_dmitrii/skazki_i_skazkoterapia
7. Л. С. Выготский «Проблема культурного развития ребенка».
http://flogiston.ru/library/vyg_cult
8. И.Е. Кулинцова «Коррекция детских страхов с помощью сказок»
http://padabum.com/d.php?id=30169

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

Методика 1 (Методика А.И. Захарова «Страхи в домиках» (модифицированная М.А. Панфиловой))

Цель: выявление и уточнение преобладающих видов страхов (страх темноты, одиночества, смерти, медицинские страхи и т. д.) у детей старше 3-х лет.
После выполнения задания ребенку предлагается закрыть черный дом на замок (нарисовать его), а ключ - выбросить или потерять. Данный акт успокаивает актуализированные страхи.



Возрастные нормы количества страхов[1]: возраст 3 года: М: 9, Д.: 7 возраст 4 года: М: 7, Д: 9 возраст 5 лет: М: 8, Д.: 11 возраст 6 лет: М: 9, Д.: 11 возраст 7 лет (дошкольники): М: 9, Д.: 12 возраст 7 лет (школьники). М: 6, Д: 9.
Инструкция для ребенка: "В черном домике живут страшные страхи, а в красном - не страшные. Помоги мне расселить страхи из списка по домикам".

1 Денисова Н.Д. Диагностика эмоционально-личностного развития дошкольников 3-7 лет. В помощь педагогу ДОУ. Изд-во "Учитель", г. Волгоград, 2014 г



Таблица 5

Выраженные страхи	у девочек	у мальчиков
страх одиночества	в 100% случаев	90%
страх смерти родителей	100%	70%
страх умереть	100%	30%
страх родителей	60%	90%
страх снов	100%	80%
страх войны	70%	90%
страх темноты	90%	60%
страх перед животными	90%	70%
страх чудовищ	40%	60%
страх высоты	70%	40%
страх глубины	30%	30%
страх замкнутого пространства	30%	40%
страх огня и пожара	100%	70%

страх перед врачами	20%	20%
страх крови	50%	30%
страх перед уколами	50%	30%
страх боли	40%	50%
страх резких звуков	30%	30%

Таблица 6

Выраженные страхи	у девочек	у мальчиков
страх перед нападением	70%	90%
страх умереть	100%	50%
страх смерти родителей	100%	60%
страх перед папой и мамой	90%	90%
страх наказания	70%	100%
страх чудовищ	50%	80%
страх глубины	90%	40%
страх перед стихией	80%	60%
страх высоты	90%	40%
страх пожара	100%	60%
боязнь врачей и боли	80%	50%
боязнь крови	100%	20%
боязнь уколов	90%	40%
страх перед неожиданными звуками	100%	60%
страх темноты	60%	40%
страх увидеть страшные сны	70%	40%
страх замкнутого пространства	70%	20%
страх войны	70%	60%
страх огня	60%	60%
страх больших улиц	20%	20%

Приложение 2

Занятие 1. Разыгрывание сказки «Крошечка Хаврошечка»

Цели: Снижение уровня дневных и ночных страхов; Ослабление эмоционального напряжения (снятие мышечных зажимов). Преодоление психического барьера застенчивости; Расширение представления об эмоциях и различных эмоциональных состояниях. Учить эмоциональному осознанию своего поведения; Развитие способности понимать и различать позитивные и негативные качества личности; Повышать уверенность в себе; Развитие умения адекватно выражать свои эмоции; Обучение приемам саморегуляции; Обеспечить чувство психологической защищенности, доверия.

Оборудование: куклы-бабио герои сказки «Крошечка Хаврошечка», изображение синей птицы, макеты сладостей (конфет, шоколадок, печенья), мечи из картона, магнитофон, детская музыка, релаксационная мелодия.

Ход занятия:

Ритуал «входа» «Волшебный водопад»

Психолог: Сегодня ребята мы с вами вспомним и разыграем сказку «Крошечка-Хаврошечка».

Вспоминаем сказку «Крошечка-Хаврошечка» (беседа о характере героев)

Психолог: Ребята, кто помнит сказку «Крошечка-Хаврошечка»? О чем она? Какие герои там есть? Какая по характеру была Крошечка-Хаврошечка? А кокой характер был у ее сестер?

Разыгрывание сказки «Крошечка-Хаврошечка» с помощью кукол-бабио.

Психолог: Сейчас мы с вами разыграем эту сказку с помощью кукол.

4.Психогимнастика «Спасем Доброту»

Психолог. Крошечка Хаврошечка, говорит нам, что злая Баба Яга украла Доброту и держит ее в заколдованном лесу. Баба Яга очень злая и хочет, чтобы Доброты не было на свете. Представляете, что будет, если никто не спасет Доброту?! Люди станут злыми и жестокими.

Давайте спасем Доброту вместе с нашими героями сказки! Но знайте, что путь нам предстоит нелегкий, много испытаний нам приготовила Баба Яга. Куда же нам идти?

Смотрите, Синяя птица! Она и укажет нам путь.

Этюд «Идем за Синей птицей»

Психолог. Возьмитесь за руки и под музыку идем за Синей птицей. Тихо произносите со мной "слова.

Мы длинной вереницей

Идем за Синей птицей. 3 раза. (Ходьба змейкой.)



Психолог: Вот мы и пришли на полянку. Как хочется есть! Смотрите, а на поляне сладкое дерево! Это волшебное дерево, и на нем растут пряники, конфеты, шоколадки, другие сладости.

Этюд «Сладкое дерево» (эмоция удовольствия)

Педагог. Обойдите, дети, сладкое дерево вокруг, сорвите то, что вам нравится. Расскажите, что каждый из вас сорвал. Покажите, как вкусно, сладко! Какое удовольствие! Оближите сладкие губы, погладьте свой животик.

Психолог. Вот мы и подкрепились. Надо уходить от сладкого дерева, а то у нас животы разболятся. Беритесь за руки, пойдем дальше за Синей птицей. (Смена места, проигрывание этюда.)

Психолог. Что это за шум? Что это за гром? (Дети топают ногами)

Это Баба Яга послала Змея Горыныча, чтобы нам помешать. Придется нам сражаться.

Этюд «Битва» (эмоция радости)

Психолог. Возьмите мечи, держите крепко. Попробуйте помахать мечом. Сначала я буду змеем (голова и руки изображают головы змея, которые снова и снова «отрастают»). А вы со мной сражайтесь по очереди. Вы теперь смелый Иван-царевич.

Психолог. Теперь разбейтесь по парам: один будет Змеем-Горынычем, а другой — Иваном-царевичем. Как у вас отрастают головы змеи? В одну сторону мечом, в другую. Какой смелый Иван-царевич! Меч тяжелый, но наш богатырь сильный! Ноги расставьте, чтобы иметь больше опоры, плечи разверните. (Змей-Горыныч погибает) Рад Иван-царевич, что победил Змея, горд этим. (смена ролей.)

5. Окончание сказки. Беседа о эмоциях героев, их поведении (какие эмоции они испытывали в той или иной ситуации).

Психолог: Молодцы ребята, победили зло, спасли доброту! И наши герои были рядом с нами и поддерживали. Ребята, скажите, какую сказку мы сегодня разыграли? Какие герои были по характеру? Какие чувства Крошечка-Хаврошечка испытывала к корове? Как вы думаете каково было Крошечке-Хаврошечке, когда зарезали ее любимую корову?

6.Релаксационное упражнение «Сад чувств»



А). Сядьте поудобнее, спина прямая и расслабленная. Закройте глаза.

Б). Представьте, что вы входите в заброшенный сад и становитесь его садовником. Вам хочется очистить его от мокрых листьев и веток. Вы берете грабли, садовые инструменты и начинаете свою работу: собираете сухие листья, срезаете старые ветки, ходите по саду и везде наводите порядок. Сажаете новые цветы, кустарники.

Сад наполняется разными звуками: вы слышите жужжание пчел, пение птиц, невдалеке журчит ручеек... Вы отдыхаете, вас окружает прекрасная природа. Вы чувствуете себя спокойно, расслабленно, легко и радостно.

Вы можете надолго остаться в этом саду. Волшебный сад дарит за вашу маленькую заботу в благодарность возможность вернуться сюда вновь. Этот сад прекрасен, и вы можете

прийти в него в любое время. Он цветет в вашем воображении, и каждый день там появляются новые ростки и цветы.

В). Несколько раз глубоко вдохните и выдохните. Медленно откройте глаза.

7. Ритуал «выхода» Песня «От улыбки»

Занятие 2. «Морозко»

Цели: Снижение уровня дневных и ночных страхов; Ослабление эмоционального напряжения (снятие мышечных зажимов). Преодоление психического барьера застенчивости; Расширение представления об эмоциях и различных эмоциональных состояниях. Учить эмоциональному осознанию своего поведения; Развитие способности понимать и различать позитивные и негативные качества личности; Повышать уверенность в себе; Развитие умения адекватно выражать свои эмоции; Обучение приемам саморегуляции; Обеспечить чувство психологической защищенности, доверия.

Оборудование: магнитофон, детские песни, музыка для релаксации, куклы-бабио для сказки «Морозко», комочки ваты или синтепона, статуэтка (фигурка) гномика.

Ход занятия:

Ритуал «входа» - «Волшебный водопад»

Вспоминаем сказку «Морозко» (беседа о характере героев)

Психолог: Ребята, кто помнит сказку «Морозко»? О чем она? Какие герои там есть? Какая по характеру была дочь старика Настенька? А кокой характер был у ее сестры Марфуши? Какая была мачеха?

Разыгрывание сказки «Морозко» с помощью кукол-бабио.

Психолог: Сейчас мы с вами разыграем эту сказку с помощью кукол.

Психогимнастика «Прогулка в зимнем лесу»

Психолог. Помните ребята, я вас приглашала в путешествие в зимний лес? Давайте, снова сходим туда погулять. В лес мы отправимся на лыжах. Вставайте на лыжи, застегивайте крепление, берите палки в руки. Я впереди, а вы за мной по одной лыжне. «Хруп-хруп-хруп» — хрустит снег. (Имитация со сменой направления по всей площади.)

Едем мимо елок, березок, кустов. Легкий морозец, щеки красные от мороза. Но мы двигаемся, и нам тепло. Хорошо отталкивайтесь палками, старайтесь скользнуть.

На прогулку в лес идем.
Там мы зайчика найдем.
Встретим хитрую лису,
Встретим елочку-красу.
Белка шишечку нам бросит.
«Кар-кар-кар», - ворона спросит.
«Дзынь-дзынь-дзынь», — споет синичка.
Юркнет мышка-невеличка. Е. Алябьева

Этюд «Игра в снежки» (жест, эмоция радости)

Психолог: Давайте поиграем в снежки.

Чтобы слепить снежок, надо наклониться, схватить двумя руками снег, слепить его в снежок, распрямиться и бросить снежок резким движением. Попробуйте. Разбейтесь на две команды. Только в голову не целиться. (включается веселая музыка) Как здорово! Весело! Радостно! (Имитация игры.) Лучше играть, чем ссориться.

Психолог: Молодцы ребята, а сейчас мы вернемся в группу и продолжим играть.

5. Окончание сказки. Беседа о эмоциях героев, их поведении (какие эмоции они испытывали в той или иной ситуации).

6. Игра «Копилка трудностей»

Психолог: дети давайте собрать «копилку трудностей» мальчика или девочки, которые ходят в детский сад. Например: «Мне трудно засыпать в тихий час», «Мне трудно сидеть тихо на занятиях», «Мне трудно заниматься на компьютере» и т.п.

Дети выполняют.

7. Игровое упражнение «Смешинка»

Психолог: А теперь игровое упражнение «Смешинка». К нам пришел гномик Весельчак. Он хочет нас развеселить, но мы постараемся оставаться серьезными. Кто рассмеется, тот будет играть роль Весельчака.



Дети выполняют.

8.Релаксационное упражнение «Солнышко»

Психолог: Солнечный лучик заглянул к тебе в глаза. Закрой их. Он побежал дальше по лицу, нежно погладь его ладонями: на лбу, носу, ротике, щечках, на подбородке. Поглаживай его аккуратно, чтобы не спугнуть. Погладь легонько голову, шею, руки, ноги... Он забрался на животик, погладь животик. Солнечный лучик не озорник, он любит и ласкает тебя. А ты погладь его и подружись с ним.

9. Ритуал «выхода» Песня «От улыбки»

Занятие 3 «Марья Моревна»

Цели: Снижение уровня дневных и ночных страхов; Ослабление эмоционального напряжения (снятие мышечных зажимов). Преодоление психического барьера застенчивости; Расширение представления об эмоциях и различных эмоциональных состояниях. Учить эмоциональному осознанию своего поведения; Развитие способности понимать и различать позитивные и негативные качества личности; Повышать уверенность в себе; Развитие умения адекватно выражать свои эмоции; Обучение приемам саморегуляции; Обеспечить чувство психологической защищенности, доверия.

Оборудование: магнитофон, детские песни, мелодия для релаксации, мяч, куклы – бабио для разыгрывания сказки «Марья Моревна», обруч, макет двух колечек.

Ход занятия:

1. Ритуал «вхoда» «Волшебный водопад»

2. Рассказываем сказку «Марья Моревна» (беседа о характере героев)

Психолог: ребята, кто из вас знает сказку «Марья Моревна»? Давайте вспомним о чем она. Какие герои там есть? Какой по характеру Иван царевич? А какие были его зятья, хорошие или плохие? Расскажите каков был Кощей? И т.д.

3. Упражнение «Похвалилки»

Психолог: Вы бросаете мяч другому и говорите о нем что-нибудь хорошее (личностные качества, умения, хорошее поведение, внешность и т.п.). Тот отвечает: «Да, это так, я...

(ловкий), а еще я... (и называет еще одну похвалу в свойадрес)».



4. Разыгрывание сказки «Марья Моревна» с помощью кукол-бабио.

5.Психогимнастика «Лесные жители» (эмоции удивления, печали, обиды, радости, мимика, пантомимика)

Психолог. Ребята, пока наш герой шел по лесу он встретил много интересных животных. Давайте посмотрим каких.

Психолог: Сначала, Иван увидел норку полевой мышки. Раннее утро. Мышки еще спят. Покажите, как они подложили под щечку ладошки, глазки закрыли и мирно посапывают. Пора, мышки, просыпаться! Открыли они глаза, а на улице дождь. Я буду читать стихотворение, а вы показывайте все эмоции и жесты мышек.

Сначала они удивились,
Потом глубоко возмутились.
Обиделись, но не на всех.
С обидой они отвернулись,
Как мышь на крупу, все надулись.
И вдруг опечалились все.
Поникли печальные плечи,
В глазах опечаленный вечер,
И слезы вот-вот побегут.
Но тут лучик солнца украдкой
По щечке скользнул нежно-гладкой.
И все засветилось вокруг.
От радости все улыбнулись,
Как будто от сна все очнулись.
Запрыгали и закричали:
— Ура! Мы веселыми стали!
Е. Алябьева



Психолог: Ребята, назовите, какие эмоции вы показывали мимикой лица и жестом вместо мышек? (Удивления, обиды, печали, радости.)

Психолог: Как вы понимаете такое выражение в стихотворении «Как мышь на крупу, все надулись»? Это значит обидеться без причины. Представьте, что мышка обиделась на крупу, которую она ест. Это глупо, правда? Так и вы иногда обижаетесь, а сами не знаете на что.

Психолог: Вторая встреча произошла у большого дуба, где в дупле живет белочка. Что-то тут происходит?! Мама-Белка очень сердита. Кто-то украл орехи из гнезда, которые она собирала на зиму.

Давайте вместе разыграем эту сценку. Я буду мамой-Белкой, а вы моими бельчатами. Внимательно слушайте мои вопросы, а отвечайте жестом и мимикой лица, как будто вы немые и не умеете разговаривать.

— Кто украл мои орешки?
— Я не знаю.
— Убежал куда вор в спешке?
— Вон туда (каждый в свою сторону).
— Ростом был он сам какой?
— Вот такой (каждый свой размер).
— Страшный иль хорош собой?
— Вот такой (мимика).
— Толстый он или худой?
— Вот такой (показ жестом).
— Старый или молодой?
— Вот какой (пантомимика).

Психолог: Как же может он быть разным? Толстым, тонким, юным, старым? Видно, не найти воришку. Побегу сбивать я шишки.

Е. Алябьева

Психолог: Бельчата, вы все хорошо изображали без слов, о чем спрашивала мама-Белка, но каждый изображал по-своему, поэтому она так ничего и не поняла. А если бы мы видели воришку, то показывали бы все одинаково, и тогда бы мама-Белка его поймала. Ну, ничего, времени впереди еще много, и орехи мама-Белка еще успеет запасти.

(профилактика трусости)

Психолог. Дальше шел Иван царевич и остановился около большого куста. Но что это куст так трясется? А, за ним сидит зайчишка и весь трясется от страха. Посмотрите, никого

рядом нет, а он чуть не умирает от страха. Давайте поможем зайчику. Я буду изображать страшного волка, а вы — смелых зайчат. Здесь будет ваш домик (отгороженное стульями место или темный уголок за шкафом).

Психолог: Я злой, зубастый серый волк! И я в зайчатах знаю толк! У-у-у-у (изображает волка).

Дети: Нам не страшен серый волк, (веселятся)

Глупый волк, страшный волк.

Где ты ходишь, глупый волк,

Глупый серый волк?

Психолог. Я сейчас как дуну, и ваш домик рассыпется! Вот тогда я и наемся зайчатинки! (Дует.)

(Тревожная музыка.)

Дети. Мы тебя не боимся, волк. Уходи! Наш домик крепкий. Ты его не разрушишь.

Психолог. Молодцы, дети. С вашей помощью зайка стал смелым и теперь не боится волка.

6. Беседа о эмоциях героев, их поведении (какие эмоции сказки они испытывали в той или иной ситуации).

Психолог: Пока наш герой добирается до Кощеева логова он встречает зверей и с вашей помощью помогает им. На следующем занятии мы узнаем что было дальше, а пока давайте обсудим начало сказки. Ребята, скажите когда Иван царевич отдал в жены своих сестер и остался один, каково ему было? А когда встретил и полюбил Марью Маревну какие эмоции у него появились, как считаете? А что он чувствовал когда Марью Маревну украл Кощей Бессмертный? И т.д.

7. Ритуал «выхода» песня «От улыбки»

Занятие 4. «Волк и семеро козлят»

Цели: Снижение уровня дневных и ночных страхов; Ослабление эмоционального напряжения (снятие мышечных зажимов). Преодоление психического барьера застенчивости; Расширение представления об эмоциях и различных эмоциональных состояниях. Учить эмоциональному осознанию своего поведения; Развитие способности понимать и различать позитивные и негативные качества личности; Повышать уверенность в себе; Развитие умения адекватно выражать свои эмоции; Обучение приемам саморегуляции; Обеспечить чувство психологической защищенности, доверия.

Оборудование: магнитофон, детские песни, мелодия для релаксации, куклы – бабио для разыгрывания сказки «Волк и семеро козлят».

Ход занятия:

1. Ритуал «входа» «Волшебный водопад»

2. Вспоминаем сказку «Волк и семеро козлят» (беседа о характере героев).

Психолог: Ребята, вы знаете сказку «Волк и семеро козлят»? О чем эта сказка, как вы думаете? Каким по характеру был волк (коза, козлята)?

Разыгрывание сказки «Волк и семеро козлят» с помощью кукол-бабио.

Психолог: Ребята, сейчас мы с вами разыграем эту сказку.

4.Психогимнастика «Волк и семеро козлят»

II. Гимнастика

Напряженно

Мама Коза говорит своим козлятам:

- Я пойду за молоком, а вы, козлятушки - ребятушки, сидите дома и никому не открывайте.

А козлята в ответ:

- Нет, нет, нет, мы хотим гулять! (с поворотом головы влево-вправо).

Коза: - Если вы откроете, то волк вас съест,

А козлята в ответ:

- Да, да, да, мы не будем открывать (голову опускают вниз).

- Но стоило маме Козе ступить за порог, как козлята начали баловаться. Стали головой крутить то влево, то вправо, то вперед, то назад. Шея напряжена.

Расслабленно

Устали баловаться и стали головки по плечикам катать, как шарик на ниточке, медленно, плавно.

Стали козлята думать, как отпугнуть волка. И придумали! Взяли они мамины кастрюли и давай по ним палочками стучать! Раз, два, три! Какой шум поднялся. Тук, тук, тук!

Напряженно

Копытца напряжены, твердые. Чувствуете напряжение в мышцах? А лицо улыбается, расслаблено, и животик расслаблен, дышит... Кулачки напряжены, стучат палочками. Козлята стучат все быстрее, все громче. А теперь медленнее, медленнее, словно удары грома.

Расслабленно

Устали кулачки, руки от напряжения? Опустите их вниз, расслабьте, поболтайте руками, пальцами.

Напряжение

Захотелось им силами помериться. Стали козлята в пары, спиной друг к другу, сцепили руки, ноги расставили, крепко в пол уперлись, напряглись всем телом и начали друг друга перетягивать. Руки крепко сцеплены. Устали бороться.

Расслабление

Сели на пол, ноги и руки раскинуты, голову опустили. Все тело расслаблено, отдыхают...



5. Окончание сказки. Беседа о эмоциях героев, их поведении (какие эмоции они испытывали в той или иной ситуации).

6. Упражнение «Самый лучший сосед - мой»

Психолог: А теперь мы поиграем в игру «Самый лучший сосед - мой». Вы говорите: «Самый лучший сосед – мой сосед…(имя)» смотрите на него и затем отмечаете что-то хорошее в товарище. Итак я начну: «Самый лучший сосед – мой сосед Саша. Он очень добрый, помогает убирать игрушки и стульчики после занятия, знает сказки и умеет их рассказывать.» А теперь Саша хвалит своего соседа (слева) и т.д.

Игровое упражнение «Угадай кто подал голос»

Психолог: Герои нашей сегодняшней сказки любят играть, давайте вместе с ними поиграем «Угадай кто подал голос». (Дети встают в круг, один водящий в центре закрывает глаза) Водящий должен угадать кто подал голос. Ребята, только кричать нужно «ме-е-е» как маленькие козлята.

8.Релаксационное упражнение «Сад чувств»

А). Сядьте поудобнее, спина прямая и расслабленная. Закройте глаза.

Б). Представьте, что вы входите в заброшенный сад и становитесь его садовником. Вам хочется очистить его от мокрых листьев и веток. Вы берете грабли, садовые инструменты и начинаете свою работу: собираете сухие листья, срезаете старые ветки, ходите по саду и везде наводите порядок. Сажаете новые цветы, кустарники.

Сад наполняется разными звуками: вы слышите жужжание пчел, пение птиц, невдалеке журчит ручеек... Вы отдыхаете, вас окружает прекрасная природа. Вы чувствуете себя спокойно, расслабленно, легко и радостно.

Вы можете надолго остаться в этом саду. Волшебный сад дарит за вашу маленькую заботу в благодарность возможность вернуться сюда вновь. Этот сад прекрасен, и вы можете прийти в него в любое время. Он цветет в вашем воображении, и каждый день там появляются новые ростки и цветы.

В). Несколько раз глубоко вдохните и выдохните. Медленно откройте глаза.

9. Ритуал «выхода» Песня «От улыбки»

Занятие 5. «Кот петух и лиса»

Снижение уровня дневных и ночных страхов;

Ослабление эмоционального напряжения (снятие мышечных зажимов). Преодоление психического барьера застенчивости;

Расширение представления об эмоциях и различных эмоциональных состояниях.

Учить эмоциональному осознанию своего поведения;

Развитие способности понимать и различать позитивные и негативные качества личности;

Повышать уверенность в себе;

Развитие умения адекватно выражать свои эмоции;

Обучение приемам саморегуляции;

Обеспечить чувство психологической защищенности, доверия.

Оборудование: куклы бабио для сказки «Кот, петух и лиса», магнитофон, песня «От улыбки», мелодия для релаксации.

Ход занятия:

1. Ритуал «входа».

2. Вспоминаем сказку «Кот, петух и лиса» (беседа о характере героев)

Психолог: Ребята, вы знаете сказку «Кот, петух и лиса»? О чем эта сказка, как вы думаете? Каким по характеру был кот (смелый, умный, добрый…) (петух – доверчивый, глупый.., лиса – хитрая, умная, злая…)? Ребята кто из вас похож на петушка? Кто такой же смелый, храбрый, добрый, умный? Все вы похожи на петушка!

3. Разыгрывание сказки «Кот, петух и лиса» с помощью кукол-бабио.

4.Психогимнастика «Зоопарк»

Психолог: Мы пока поиграем в игру зоопарк.

Попугай

Вот и зоопарк. И первое, что мы увидели, — вольер с попугаями. Какие они яркие, красивые, большие!

Напряжение

Один попугай увидел нас и начал кивать головой: «Здравствуйте, здравствуйте!»

Покажите, как кивает попугай. Наклоняем голову вперед, шея напряжена, а теперь наклоняем вправо," влево. «Вот какой я красивый!»

Расслабленно

Попугай перестал кивать. «Я устал, устал!» — говорит он. Голову вперед свесил, шейка расслаблена, голова как на веревочке болтается.

Леопард (резко)

А вот клетка с леопардом. Он никого не подпускает, бросается на заграждения, рычит. Тело напряжено. Бросается неожиданно, резко.

Лебеди

А вот и озеро, в котором плавают плавно, медленно прекрасные лебеди. Движения их плавные, неторопливые, грациозные. Представьте, что наши руки — это крылья. Взмахнули плавно правым крылом, левым, теперь двумя. Поднимаем, опускаем свои крылья неторопливо, плавно. Руки расслаблены.

Мартышка

Вот и вольер с мартышками. Какие они озорные. Прыгают, строят рожицы. Покажите веселых мартышек. Ноги у них упругие, как пружинки.

Вращение

Совсем запрыгались мартышки, закружились вокруг себя. То в одну сторону, то в другую. Накружились и шлепнулись на пол, им больно.

(Эмоция злости, насмешки, обиды)

Педагог. Одна мартышка стала смеяться над другими «Так вам и надо! Хорошо, что вы упали и вам больно. Так вам и надо! Так вам и надо! Ха-ха-ха!»

Психолог: Покажите, дети, какая злая, насмешливая мартышка. Как она строит насмешливую рожицу, смеется над теми, кто ушибся.

Психолог: Дети, хорошо поступила мартышка? Красивая она, когда злая? Как вы думаете, можно смеяться над болью другого? Будут ли играть другие мартышки с этой злой, насмешливой мартышкой?

Эмоция жалости, сочувствия

Психолог: Все подружки отвернулись от злой мартышки. Она сидит и плачет.

Психолог: А в это время к ней подошел маленький котенок и стал тереться об нее, слизывать языком слезы, мурлыкать. Мартышка улыбнулась и обняла котенка. Она была ему очень благодарна за то, что он ее пожалел

Психолог: Мартышка поняла, что смеяться над другими плохо. А котенок оказался бездомным. Он совсем один. Наверное, потерялся или его выбросили на улицу. Знаете, много котят живут без своих мам и пап, они очень одинокие. Им холодно, голодно, страшно. Что же с ними будет? Где же им спрятаться в дождь и снег?

Психолог: Давайте возьмем каждый по котенку и приласкаем их, пожалеем. Возьмем их на руки, погладим, прижмем к себе (имитация).

Психолог: Молодцы, ребята! А теперь давайте закончим нашу сказку.

5. Окончание сказки. Беседа о эмоциях героев, их поведении (какие эмоции они испытывали в той или иной ситуации).

6.Упражнение «Что ты умеешь делать лучше чем взрослый»

Психолог: Молодцы! А теперь упражнение «Что ты умеешь делать лучше, чем взрослый». Дети становятся в круг и кидают друг другу мяч, у кого он оказался в руках, тот говорит, что умеет делать лучше взрослых. Например: «Я думаю, что бегаю лучше, чем мама», «Я умею громко смеяться, громче папы!», «Могу прыгать на одной ножке, а бабуля — нет». Дети выполняют.

7. Игровое упражнение «Два вредных колечка»

Психолог: У меня есть 2 колечка, их можно надеть на пальчик. Но знаете, эти колечки заколдованы злым волшебником, и кто надевает первое колечко, становиться злым, кто надевает второе становиться боязливым. Давайте посмотрим как это будет. Разыгрывание ситуаций, например если кот Леопольд одел бы злое кольцо…, а если боязливое… (Красная Шапочка, Кощей – боязливое, и т.д.)

8.Релаксационное упражнение «Солнышко»

Психолог: Солнечный лучик заглянул к тебе в глаза. Закрой их. Он побежал дальше по лицу, нежно погладь его ладонями: на лбу, носу, ротике, щечках, на подбородке. Поглаживай его аккуратно, чтобы не спугнуть. Погладь легонько голову, шею, руки, ноги... Он забрался на животик, погладь животик. Солнечный лучик не озорник, он любит и ласкает тебя. А ты погладь его и подружись с ним.

9. Ритуал «выхода» Песня «От улыбки»

Завершающее занятие 6 «Шкатулка сказок»

Цели: Снижение уровня дневных и ночных страхов; Ослабление эмоционального напряжения (снятие мышечных зажимов). Преодоление психического барьера застенчивости; Расширение представления об эмоциях и различных эмоциональных состояниях.Учить эмоциональному осознанию своего поведения; Развитие способности понимать и различать позитивные и негативные качества личности; Повышать уверенность в себе; Развитие умения адекватно выражать свои эмоции;

Обучение приемам саморегуляции; Обеспечить чувство психологической защищенности, доверия.

Оборудование: магнитофон, детские песни, мелодия для медитации, куклы – бабио для разыгрывания сказки; шкатулка с цветными и черными фишками; листы бумаги, цветные карандаши.

Ход занятия:

Вводная часть. Игра «Чьи ладошки»

Дети встают в ряд, а один из участников с закрытыми глазами садится на стул, лицом к группе. Ребята по одному подходят к водящему и на несколько секунд кладут на его ладошки свои. Он должен догадаться, чьи ладошки «приходили» к нему в гости.

2. Основная часть.

2.1.Релаксационное упражнение «Полет в облаках»

Психолог: Сядьте и займите удобное положение. Закройте глаза. Представьте, что вы находитесь за городом, в прекрасном месте. Теплый тихий день. Вам приятно и вы чувствуете себя хорошо. Вы лежите на коврике, расстеленном на зеленой травке, и смотрите вверх на белые пушистые облака. Вдох-выдох, вдох-выдох...

Психолог: Представьте, почувствуйте, как вы вдруг на своем ковре мягко и медленно начинаете подниматься над землей к белому пушистому облаку. Вы поднимаетесь все выше и выше, к самым облакам... Вы летите на ковре по небу. Вы отдыхаете...

Раз, два, три, четыре, пять...

Начал наш ковер взлетать.

Над полями, над горами, над глубокими морями.

Не успели удивиться, как пора уж приземлиться!

Среди гор, в стране чудес, где растет столетний лес.

Где среди высоких гор обитают до сих пор:

Замки, принцы и драконы.

Здесь у них свои законы. Но пора нам возвращаться,

Путешествию — кончаться.

Мы на все лишь поглядим и обратно улетим!

Психолог: Пять, четыре... один! Откройте глаза. Мы снова в нашей гровой. Что каждый из вас представил во время этого воображаемого волшебного путешествия? Дети отвечают.

2.2.Упражнение «Шкатулка сказок»

Любим мы слушать страшные сказки,

В них принц и принцесса, Кощея дворец,

Фея прекрасная, тайны и маски,

Леший коварный... Придумай конец!

Психолог: В красивую деревянную шкатулку складываются цветные кружочки (фишки), в том числе несколько черных.

Ребенок достает из шкатулки цветную фишку и начинает рассказывать «цветную» сказку. Тот, кто выберет черную фишку, должен рассказать страшную сказку.

1 вариант. Дети по очереди рассказывают свои придуманные сказки.

2 вариант. Сказка составляется коллективно, дети передают по кругу какой-нибудь связующий предмет, например, «магический» шар или маленькую мягкую игрушку, и по кругу придумывают по 1 —2 предложения (фразу, эпизод из сказки).

Сказка может придумываться, продолжаться, длиться и заканчиваться за один круг, а может «пройти» и за два или три круга.

3. Заключительная часть.

3.1. Беседа с детьми о прошедших занятиях.

Психолог: Ребята, я надеюсь вам понравились наши прошлые занятия? Скажите, пожалуйста, что вам понравилось больше всего? А что вам не понравилось в наших занятиях?

3.2. «Рисунок чувств»

Психолог: ребята, как вы думаете, что такое «Рисунок чувств»? Давайте вспомним с какими чувствами мы знакомы? (дети называют) Ребята, выберите какое чувство вы хотели бы нарисовать. А теперь возьмите листы бумаги, карандаши и нарисуйте чувство.

4. Прощание с детьми.