

Сказкотерапия как средство профилактики и коррекции страхов у детей старшего дошкольного возраста

*Маценко Л.Н., студентка
ФГБОУ ВО «Магнитогорский государственный
технический университет им Г.И. Носова»,
Степанова Н.А., канд. пед. наук, доцент
ФГБОУ ВО «Магнитогорский государственный
технический университет им Г.И. Носова»*

Резюме: Статья раскрывает теоретические и практические основы использования технологии сказкотерапии для коррекции детских страхов у старших дошкольников в процессе дошкольного образования с учетом амплификации развития. В настоящее время проблеме преодоления детских страхов в научной литературе уделяется все больше внимания, раскрываются новые виды терапии страхов, одним из которых является метод сказкотерапии. В статье отражены педагогические условия использования сказкотерапии для коррекции и преодоления детских страхов как способа активизации детских ресурсов, потенциала личности. В статье даны рекомендации применения сказкотерапии в процессе формирования связи между событиями в сказках и поведением в переносе смыслов сказки в реальную действительность. Актуальность исследования возможностей сказкотерапии для коррекции детских страхов состоит в том, что именно сказкотерапия позволяет развить самосознание, стать самим собой и построить доверительные отношения с окружающими. Сказка - это самый доступный для ребенка путь переноса своих собственных переживаний на других. В процессе работы со сказкой ребенок наглядно видит способы борьбы со своими страхами, его эмоции становятся более яркими, радужными и светлыми. Метод сказкотерапии помогает осознанию ребенком своих проблем и показывает пути их решения.

Ключевые слова: детские страхи, старшие дошкольники, педагогические условия применения сказкотерапии, коррекция, диагностика наличия детских страхов.

Summary: The article reveals the theoretical and practical bases of technology of fairy tale therapy for the correction of children's fears of senior preschoolers in the process of preschool education based on the amplification of development. Currently, the problem of overcoming children's fears in the scientific literature pays more attention, are new therapies fears, one of which is the method of fairy tale therapy. The article describes the pedagogical conditions of the use of fairy tale therapy for the correction and overcoming of children's fears as a way of enhancing children's resources potential of the individual. The article provides advice on the application of skazkoterapii in the process of forming a connection between the fantasy events and behavior in real life, the process of transfer of meanings in a fabulous reality. The relevance of the study of the possibilities of the fairy tale therapy for the correction of children's fears is that the therapy helps to develop self-awareness, be yourself and build trust with others.

Key words: children's fears, the older preschoolers, pedagogical conditions of application of skazkoterapii, correction, diagnostika of children's fears.

Социальные и экономические перемены, происходящие в нашем обществе, сопровождаются снижением уровня культуры, ростом напряженности, усилением разобщенности людей, отсутствием сердечности, эмоциональной отзывчивости. Все чаще

педагоги и психологи отмечают увеличение количества детей с нарушениями психоэмоционального развития (агрессивных, эмоционально неустойчивых, тревожных и т. п.), причем прослеживается тенденция к их омоложению. Современный дошкольник находится под влиянием большого количества различных факторов, которые так или иначе существенно влияют на его личностно-эмоциональное развитие, а именно: изменились игры и игрушки, в детской литературе появились новые персонажи, с которыми дети переживают иные жизненные ситуации [5].

Вместе с тем, с помощью страха ребенок познает окружающую реальность, учится избирательному и критичному отношению к ней. Таким образом, в процессе формирования личности страх выполняет и социализирующую, и обучающую роль. В этой связи, воспитание устойчивости к страху направлено не на избавление от него, а на выработку умения владеть собой при его наличии, тем более что у каждого есть свои «естественные психологические механизмы для его преодоления» [1, с. 66]. Анализ проблемы показывает, что практически все дети подвержены возрастным страхам. Страх ребенка как бы спутники и своего рода показатели его постепенно развивающегося воображения. Исследователь А.И. Захаров отмечает, что именно в 6 лет дети наиболее чувствительны к страхам, причем как мальчики, так и девочки. Кроме того, восприятие страхов расширяет переживания детей, делая их более глубокими, непосредственно влияя на завершающееся к этому возрасту созревание сферы эмоций дошкольника, развитие его воображения и умения «ставить себя на место другого человека» [2].

Вместе с тем, психологами доказано, что страхи тесно связаны с негативными проявлениями реальной жизни: со стихиями, боязнью родительского наказания, смерти любимых животных, потерей родителей и их болезни, опозданием и неприятием себя сверстниками. В этой связи наиболее эффективными средствами предупреждения развития страхов у детей должно стать наличие в семье эмоционального комфорта для ребенка, постоянное внимание близких к его чувствам и переживаниям. Так как все-таки главная причина детских страхов - ошибки родителей в воспитании.

Основная особенность метода сказкотерапии заключается в том, что ребенок познает объект в ходе практической деятельности с ним. Осуществляемые ребенком практические действия выполняют познавательную, ориентировочно – исследовательскую функцию, создавая условия, в которых раскрывается содержание данного объекта [3].

В ходе исследования нами обозначены подходы к определению понятия «сказкотерапия». Анализ литературы показал, что появившийся на рубеже 60-70-х годов XX века метод сказкотерапии был теоретически обоснован М. Эриксеном и получил дальнейшее развитие в трудах его ученика В. Росси.

В России же метод сказкотерапии начал зарождаться только с начала 90-х годов. Приверженцы данного метода И.В. Вачков, Д.Ю. Соколов, С.К. Нартова-Бочавер первыми заговорили о результативности данной методики. По их мнению, именно сказкотерапия помогает решению личностно-эмоциональных и поведенческих проблем ребёнка и может применяться при коррекции агрессивного, тревожного состояния ребенка, побеждая застенчивость и неуверенность в его поведении.

По мнению самого авторитетного на сегодняшний день сказкотерапевта Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой, сказкотерапия – это прежде всего набор различных способов «передачи знаний о духовном пути души и социальной реализации человека», и кроме того это воспитательная система, сообразная духовной природе человека. Также и такие исследователи, как А. И. Захаров, В. С. Мухина, А. М. Прихожан уверены, что именно сказкотерапия лучше всего помогает бороться с детскими страхами. По мнению И. В. Вачкова, сказкотерапия позволяет развить самосознание, стать самим собой и построить доверительные отношения с окружающими.

Анализ литературы показал, что сказка - это самый доступный для ребенка путь переноса своих собственных переживаний на других. В процессе работы со сказкой ребенок наглядно видит способы борьбы со своими страхами, его эмоции становятся более яркими, радужными и светлыми. Метод сказкотерапии помогает осознанию ребенком своих проблем и показывает пути их решения. Слушая, читая, сочиняя сказку, ребенок, с одной стороны, невольно отождествляет себя со сказочным героем, начинает понимать, что не только у него есть определенные проблемы и переживания. С другой стороны, такая реакция помогает находить выход из любых сложных ситуаций, определить пути решения возникших конфликтов. Все это, естественно, оказывает положительное влияние на корректировку страхов дошкольников

Эффективность воздействия метода сказкотерапии на детей старшего дошкольного возраста в процессе профилактики, коррекции и преодоления детских страхов определяется совокупностью следующих педагогических условий:

- 1) Диалогическое взаимодействие воспитателя, детей дошкольного возраста и их родителей.
- 2) Организация игрового пространства. Снижению тревожности детей способствует наличие комфортной, доброжелательной атмосферы, отказ со стороны воспитателя от высказывания неприятных оценок и критики в адрес ребенка .
- 3) Создание эмоционально-творческой среды, стимулирующей снижение тревожности детей.

4) Систематический показ личного примера креативного подхода к разрешению проблем, наличие возможностей для упражнения и практики

Для изучения уровня воздействия метода сказкотерапии на старших дошкольников нами было проведено исследование на базе МДОУ «ЦРР д/с № 135» г. Магнитогорска. В эксперименте приняли участие 25 детей старшего дошкольного возраста.

Проведение эксперимента предполагало следующую организацию:

1. Определение этапов исследования коррекции тревожности у детей дошкольного возраста методом сказкотерапии.
2. Подбор методов и методик оценки тревожности детей дошкольного возраста.
3. Формирование опытной группы и изучение исходного уровня тревожности детей старшего дошкольного возраста.

Прежде, чем проводить коррекцию по преодолению детских страхов, необходимо выявить, каким конкретно страхом подвержен тот или иной ребенок. В процессе проведения исследования, мы проанализировали несколько психодиагностических методик выявления детских страхов и наиболее интересными нам показались: методика «Страхи в домиках» А.И. Захарова и М.А. Панфиловой, проективные методики А.И. Захарова «Мои страхи», изучения проблем эмоционального характера и трудностей семейных взаимоотношений «Рисунок семьи» В.К. Лосевой и Г.Т. Хоментаскаса, методика диагностики проблем эмоциональной сферы «Силуэт человека» Л. Лебедевой, проективные тест «Сказка» Луизы Дюсс. Кроме того, нас заинтересовали опросники оценки уровня тревожности Г.П. Лаврентьевой и Т.М. Титаренко и П. Бейкер и М. Алворд.

Проективная методика «Страхи в домиках» М.А. Панфиловой [6, с.10] интересна тем, что в ней взаимно сочетаются две широко известные методики: проведение модифицированной беседы А. И. Захарова и теста «Красный дом, черный дом».

У детей экспериментальной группы на констатирующем эксперименте выявлено: низкий уровень тревожности у 21% девочек и 43% мальчиков; средний уровень у 52% девочек и 49% мальчиков; высокий уровень тревожности у 28% девочек и 9% мальчиков.

Для того, чтобы снизить уровень тревожности у детей старшего дошкольного возраста, мы разработали программу применения сказкотерапии для коррекции детских страхов. Содержание программы разработано на основе выделенных нами педагогических условий преодоления детских страхов у детей старшего дошкольного возраста. Для проведения коррекционной работы из огромного арсенала сказок мы подобрали для коррекции и русские народные, и авторские, и специально разработанные психокоррекционные и медитативные, и многие другие, причем учитывали и пол ребенка.

Вместе с персонажами психокоррекционных сказок мы старались научить детей отличать добро и зло, щедрость и жадность, смелость и трусость, милосердие и жестокость, верность и предательство. Волшебными сказками пытались будить воображение и фантазии ребенка, при этом помогали им перевоплощаться в сказочного героя, чтобы вместе с ним постигать житейские истины, находить выход из, казалось бы, безвыходных ситуаций. Мы заметили, что современные дошкольники, слушая сказки, довольно быстро проходят путь познания мира и обретения опыта. Дети стараются воспользоваться примером положительного героя в борьбе со своими страхами и проблемами. Кроме того, мы заметили, что рассказы и сказки вселяют в ребенка надежду, что не менее важно. Для преодоления детских страхов важно пробудить у ребенка задатки воображения.

Исследования показали, что в старшем дошкольном возрасте проявляются две важнейшие функции и линии развития воображения:

1. Первая функция показывает связь воображения с освоением знаково-символической деятельности и определяет его роль в появлении у ребенка произвольного внимания, памяти, логического мышления.
2. . Вторая функция отвечает за связь с исследовательской, познавательной-эффективной деятельностью. Именно она позволяет ребенку понять смысл человеческих, поступков, прочувствовать действия окружающих и своих собственных, мысленно проигрывать варианты этих действий и переживать их последствия. Это связано, прежде всего, с тем, что у ребенка начинается формирование осмысленного эмоционального отношения к окружающему миру, из чего как раз и состоит его нравственная сфера.

С помощью сказки дошкольник формирует модель того мира, с которым он существует. Сказка для него - это та знаковая система, которая помогает ему интерпретировать окружающую действительность.

При проведении занятий мы заметили, что наибольший сказкотерапевтический эффект достигается сочетанием трех составляющих образа сказки, сказочной атмосферы: созданием музыкального образа сказки, наличием сказочного волшебного пространства, созданного с помощью светотехнических эффектов, эмоциональное рассказывание сказки и участие персонажей сказки в кукольном театре.

Таким образом, через восприятие детьми персонажей сказочного мира мы создавали благоприятные условия для развития эмоциональной сферы дошкольника, старались обогатить сказку образами и представлениями, формирующими воображение. В процессе занятий мы заметили, что, если на осознаваемом уровне ребенок может и не принять сказку, все равно, положительный эффект от этого метода имеется, хотя бы на

подсознательном уровне. При этом было отмечено, что «одна и та же сказка по-разному влияет на каждого ребенка, каждый находит в ней что-то свое, интересное ему, созвучное его проблемам» [4, с 187].

По окончании эксперимента выяснилось, что из 25 человек, принимающих участие в коррекции сказкотерапией, не выявлено детей с высоким уровнем тревожности, 6 человек – 22,2% со средним уровнем тревожности; 11 детей или 42% - с низким уровнем тревожности. Таким образом, метод сказкотерапии, использованный нами в коррекционной работе с дошкольниками, помог снизить уровень тревожности у детей подготовительной группы. Применяя методику «Сказкотерапии» в работе с детьми 5-7 летнего возраста, подверженными различным страхам, мы получили следующие результаты:

1. У детей появилась способность рефлексировать свои чувства.
2. Дети стали более открытыми, дружелюбными, стали чаще контактировать как с другими детьми, так и со взрослыми.
3. Высокий уровень положительного эмоционального фона занятий позволил тревожным детям ощутить чувство комфорта, защищенности (по результатам бесед с родителями и воспитателями и по личным наблюдениям).

Полученные результаты позволяют нам говорить о достаточной эффективности метода сказкотерапии для коррекции высокого уровня тревожности, препятствующего нормальному личностному развитию дошкольников. Очень важно отметить, что в любом случае, при использовании любой методики коррекционная работа проводится не со страхом, а с личностным отношением ребёнка к причинам, порождающим этот страх.

Список использованной литературы:

1. Диагностика и коррекция психического развития дошкольника / Под ред. Я.Л. Коломинского, Е.А. Панько.- Минск.: Университет, 1997. – 237с.
2. Жигарькова О. Время тревожных детей // Психологическая газета.- 2001.- №11.- с.6-7.
3. Захаров А.И. Дневные и ночные страхи у детей. - С-П., 2000.
4. Защиринская О. В. Сказка в гостях у психологии. Психологические техники: Сказкотерапия. - СПб.: Лань, 2001. - 234 с.

5. Люц Т.К., Степанова Н.А. Значение игры в социально-коммуникативном развитии дошкольников // Международный студенческий научный вестник. 2017. № 4-8. С. 1157-1160
6. Панфилова М.А. Страхи в домиках. Диагностика страхов у детей и подростков // Школьный психолог.- 1999.- №8.- с.10-12.