

ПРОГРАММА
«Сказки из шкатулки»



Горохова Г. А.

2022г

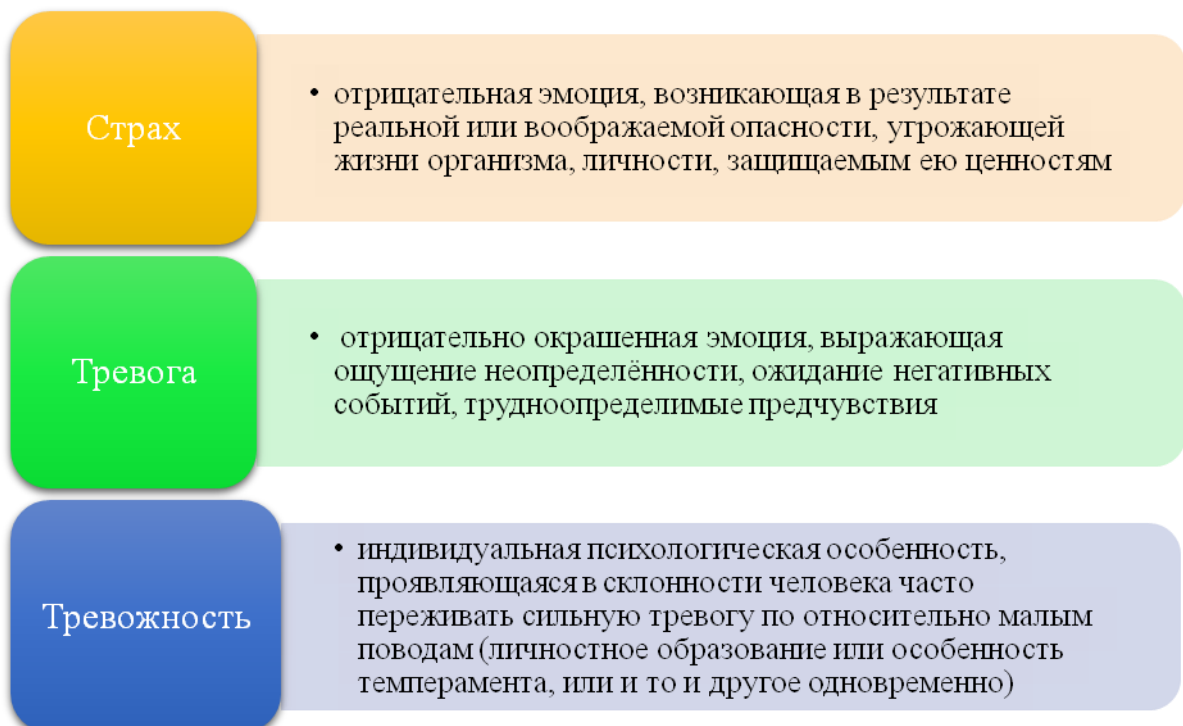
Пояснительная записка

В условиях стремительной динамики изменяющегося времени человеку требуется большая внутренняя сила, которая начинает формироваться с самого детства. Поэтому очень остро встает вопрос организации психологической поддержки и коррекционной помощи детям дошкольного возраста. Перед воспитателем образования стоит задача не только выявить особенности психологического здоровья ребенка, но и определить адекватные и эффективные методы психологической помощи.

Одной из актуальных проблем психологии образования сегодня является коррекция страхов и тревожности ребенка. Решать эту проблему, на наш взгляд, необходимо путем сочетания самых действенных форм и методов психологической помощи. Мы предлагаем объединить метод сказкотерапии и воздействие на психику ребенка через использование сенсорного оборудования.

Прежде чем перейти к описанию содержания коррекционной работы, необходимо рассмотреть основные теоретические положения по детской тревожности и страхам, а также основы сказкотерапии.

Итак, рассмотрим основные категории по этому вопросу.



Подходы отечественных психологов к сопоставлению понятий «тревога» и «страх»:

М.Литвак
•Последовательные состояния: страх - это результат продолжительной тревоги

А.Гусова
•Различные степени тяжести единого состояния: тревога – кратковременное расстройство, страх – стойкое состояние.

Дифференциальная диагностика страха и тревоги по А. Захарову		
Признак	Тревога	Страх
Временные особенности	Возникает до наступления опасности	Возникает во время наступления опасности
Действие на психику	Возбуждающее	Тормозящее
Направление во времени	Проецирована в будущее	Источником является прошлый травмирующий опыт
Форма реагирования	Социально-обусловленная	Инстинктивно-обусловленная

Детский страх, как и другие неприятные переживания (гнев, страдание и вспыльчивость), не являются однозначно «вредными» эмоциями для ребенка. Любая эмоция выполняет определенную функцию и позволяет детям и взрослым ориентироваться в окружающей их предметной и социальной среде. Так, страх защищает человека от излишнего риска при переходе улицы или в походе по горам. Страх регулирует деятельность, поведение, уводит человека от опасностей, возможности получения травмы и пр. В этом проявляется «охранительная» функция страхов. Они участвуют в инстинктивном поведении, обеспечивающем самосохранение. Организму ребенка нужно не только сладкое, но и соленое, кислое, горькое; так и психика нуждается в неприятных, даже «острых» эмоциях. Часто дети сами вызывают у себя эмоцию страха, что подтверждает существование у них потребности в переживании страха.

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.

Возраст	Основные возрастные страхи дошкольника по В.В.Лебединскому
2 – 2,5 года	Разлука с родителями, отвержение с их стороны; природные стихии (гром, молния, град и др.)
2 – 3 года	Большие, непонятные, угрожающие объекты; исчезновение или передвижение внешних объектов
3 – 5 лет	Смерть близких родственников (дети осознают конечность жизни); страшные сны; нападение бандитов
6 – 7 лет	Зловещие существа (ведьма, призраки, и др.); страх потеряться самому; физического насилия; страх одиночества; школьный страх (не соответствовать образу «хорошего» ребенка)
8 – 9 лет	Неудачи в школе или игре; собственная ложь или отрицательные поступки, замеченные другими; физическое насилие; ссора с родителями, их потеря
9 – 11 лет	Неудачи в школе или спорте; заболевания; отдельные животные (крысы, табун лошадей и др.); высота, ощущение верчения (некоторые карусели); зловещие люди (хулиганы, наркоманы, грабители, воры и т.п.)
11 – 13 лет	Неуспех; собственные странные поступки; недовольство своей внешностью; сильное заболевание или смерть; собственная привлекательность, сексуальное насилие; ситуация демонстрации собственной глупости; критика со стороны взрослых; потеря личных вещей.

Одним из наиболее эффективных способов коррекции страхов и тревожности детей является сказкотерапия. Людям свойственно обмениваться историями – это, как и обмен опытом, естественная форма взаимодействия между людьми. Поэтому, сказкотерапию можно по праву считать естественной формой общения и передачи опыта, органичной системой воспитания новых поколений.

Этот метод синтезирует многие достижения психологии, педагогики, психотерапии и философии разных культур – все это упаковано в сказочную форму, форму метафоры. Однако сказкотерапия как метод современной психотерапии появился относительно недавно, и дать ему более или менее точное определение сложно в связи с тем, что в различных контекстах оно используется по-разному.

Сказкотерапия - течение в психотерапии, при котором для достижения терапевтического эффекта используются придуманные истории (сказки, легенды, мифы, притчи и т.п.)

Терапевтическая метафора – это рассказ, который составляется психологом для решения конкретных проблем своего клиента. Терапевтическая метафора направлена на изменение поведения человека или на изменение отношения человека к чему-либо.

Сказкотерапия – это процесс связи между сказочными событиями и поведением в реальной жизни: художественные, дидактические, психокоррекционные, психотерапевтические, медитативные

Сказкотерапия – это процесс подбора каждому клиенту своей особенной сказки

Психокоррекционные сказки - мягкое влияние на поведение ребенка (замещение неэффективного стиля поведения на более продуктивный, объяснение смысла происходящего).

Алгоритм составления психокоррекционной сказки.

1. Подбор героя, близкого ребенку по полу, возрасту, характеру.
2. Описание жизни героя в сказочной стране, так, чтобы ребенок нашел сходство со своей жизнью.
3. Помещение героя в проблемную ситуацию, похожую на реальную ситуацию ребенка, приписывание герою переживания ребенка.
4. Поиск выхода из создавшегося положения, подталкивание героя к изменениям, показ ситуации с другой стороны, поиск позитивного смысла и альтернативных способах поведения.
5. Герой понимает свою неправоту и становится на путь изменений.

**Структура коррекционно-развивающего
сказкотерапевтического занятия (по Т.Д.Зинкевич – Евстигнеевой).**

Этап	Назначение	Содержание этапа
1. Ритуал «входа» в сказку	Создать настрой на совместную работу (войти в сказку)	Игры на сплочение
2. Повторение	Вспомнить то, чему научились в прошлый раз	Вопросы к детям о том, как им помог новый опыт в жизни
3. Расширение	Расширить представление ребенка о чем либо	Рассказ, показ или проигрывание новой сказки
4. Закрепление	Проявление новых качеств личности ребенка	Игры по приобретению и закреплению нового опыта (путешествия, превращения и т.д.)
5. Интеграция	Связать новый опыт с реальной жизнью	Обсуждение вместе с детьми в каких ситуациях можно использовать новый опыт
6. Резюмирование	Обобщение приобретенного опыта, связь его с уже имеющимся	Подведение итогов занятия: поощрение детей, проговаривание конкретных ситуаций реальной жизни, в которых может быть использован новый опыт
7. Ритуал «выхода из сказки»	Подготовка ребенка к взаимодействию в реальной социальной среде	Повторение ритуала входа в обратной последовательности и с дополнением

Игровые занятия на коррекцию страхов и тревожности детей в сенсорной комнате.

Занятие для детей 3-4 лет «Зайчишка – не трусишка!» на снятие чувствительности к страху стихий и нападения.

Этап	Оборудование	Содержание
1. Ритуал «входа» в сказку	«Волшебный фонтан»	Игра «Превращение» Педагог объясняет ребенку, что для того чтобы попасть в сказку нужно превратиться в зайчиков с помощью «Волшебного фонтана». Педагог с ребенком садятся под «струи фонтана» и «выходят» оттуда уже зайчиками.
2. Расширение	Панно с фибероп. нитями, пучок фибeroптических волокон, сенс. кресло с гранулами	Педагог и ребенок обнаруживают на панно «Книгу сказок». Чтение сказки «Про то как зайчишка страх победил». Педагог предлагает ребенку сесть на пуф и накрыться пучком фибeroптических волокон как волшебным одеялом.
3. Закрепление	«Фибeroптическая занавесь», аудиосистема, диск с шумом дождя, грома	Упражнение «Зверушки в норке» Педагог и ребенком забираются в нишу под фибeroптической занавесью, в которой горит свет. За шатром, в комнате — полумрак. Педагог, обращаясь к ребенку, говорит «Мы с тобой маленькие <i>зайчики</i> . Мы сидим в нашей уютной норке. Там, на улице (<i>показывает на комнату</i>) холодно, идет дождь, воет ветер, а нам с тобой тепло, тихо и уютно. И никто к нам не придет, никого мы не пустим. В нашей норке толстые стены и волшебная дверь, нам не страшно». Педагог говорит это тихим голосом, чтобы ребенок расслабился.
1. Интеграция	Пучок фибeroптических волокон	Игра «Я не боюсь» Педагог предлагает ребенку перечислить чего не боится зайчик и на каждое слово переключать одно фибeroптическое волокно.
6. Резюмирование	По выбору ребенка	Игра в сенсорной комнате. Педагог поощряет ребенка, за то, что он ничего не испугался, и как смелый зайчик он может выбрать с каким оборудованием сенсорной комнаты хотел бы поиграть.
7. Ритуал «выхода из сказки»	«Волшебный фонтан»	Педагог и ребенок садятся под нити фонтана, «превращаются» обратно в людей и выходят из сказки.

**Занятие для детей 4-6 лет «Бояться можно» на снятие «боязни страха»
через осознание его социальной приемлемости и полезности**

Этап	Оборудование	Содержание
1. Ритуал «входа» в сказку	Сенс. кресло с гранулами, аудиосистема, диск с шумом ветра, зеркаль-ный шар	Игра «Парашютисты» Кресла расположены по кругу. Педагог и дети ложатся животами на кресла, изображая парашютистов (руки, ноги раскинуты в стороны)
2. Расширение	Сухой интер-активный бассейн Сенсорные кресла с гранулами	Игра «Найди что спрятано» Педагог предлагает детям отыскать в бассейне спрятанный предмет. Чтение сказки «Как страх помог Мише и Маше»
3. Закрепление	Сенсорные кресла с гранулами, панно «Лестница света», фиброоптическая занавесь, атрибуты к сказке, сухой интер. бассейн, шумовые музыкальные инструменты	Разыгрывание сказки детьми по ролям в форме небольшого спектакля. Роли распределяет ведущий в зависимости от индивидуальных особенностей детей.
4. Интеграция	Сенсорные кресла с гранулами	Обсуждение сказки. Делается вывод о том, что страх может быть полезным как самому человеку, так и окружающим. Дети самостоятельно придумывают ситуации, когда страх мешает, а когда помогает.
5. Резюмирова-ние	Прозрачный мольберт, гуашь, кисти	Игра «Маски страха» на отреагирование негативных переживаний. Дети под руководством ведущего рисуют на прозрачном мольберте маски кого-нибудь страшного, «примеряют» их, а потом стирают.
6. Ритуал «выхода из сказки»	Сенсорное кресло с гранулами, аудиосистема, диск с шумом ветра, зеркаль-ный шар	Игра «Парашютисты» Кресла расположены по кругу. Педагог и дети ложатся спиной на кресла, изображая парашютистов (руки, ноги раскинуты в стороны)

Занятие для детей 5-8 лет «Волшебный дом» на снятие страха тёмных помещений

Этап	Оборудование	Содержание
1. Ритуал «входа» в сказку	Пучок волокон, зеркальный шар, аудиосистема, диск с приятной классической музыкой	Игра «Распутай волосы принцессе» Педагог обращает внимание ребенка на то, «Волшебная комната» сегодня не переливается разными цветами, оттого, что у принцессы спутались волосы и она не может их расчесать, и предлагает ребенку «расчесать» сказочной принцессе «волосы» (разобрать волокна)
2. Расширение	Сенсорные кресла с гранулами, пучок волокон	Чтение сказки «Сказка про девочку Настю, которая боялась тёмных кладовок»
3. Закрепление	Все оборудование сенсорной комнаты Светодиодный фонарик	Игра «Волшебный дом» Педагог выключает свет и предлагает ребенку в темноте поочередно подходить к разным элементам оборудования в сенсорной комнате и дотрагиваться до них, в это время педагог включает данное оборудование и оно начинает работать как «по волшебству». Игра «Волшебный фонарик» При выключенном свете педагог предлагает ребенку вообразить, на что похожи предметы в комнате... затем ребенок светит на них фонариком
4. Интеграция	Сенсорные кресла с гранулами	Игра «Хвастунишки» Педагог предлагает детям по очереди говорить, кто чего не боится. Выигрывает тот, на ком закончится игра.
5. Резюмирование	Краски «Эбру», бумага	Рисование по воде на свободную тему для украшения любой комнаты в доме по выбору ребенка.
6. Ритуал «выхода из сказки»	Пучок волокон	«Заплетаем косу» Педагог предлагает ребенку в завершении занятия заплести «Сказочной принцессе» косу, чтобы вернуться из сказки обратно в детский сад.

**Занятие для детей 5-9 лет «Путешествие маленького гнома» на снятие
страха мистических существ и страха потеряться**

Этап	Оборудование	Содержание
1. Ритуал «входа» в сказку	Проектор «Меркурий» с жидким диском», сенсорные кресла с гранулами	Упражнение «Сны» Педагог предлагает детям удобно расположиться на креслах и попасть в сказку через сон. Дети смотрят на проекцию жидкого диска (как будто спят и видят разноцветный сон) и вслух проговаривают, что они видят (какие образы: страшные, веселые, необычные)
2. Расширение	Сенсорные кресла с гранулами	Чтение и обсуждение сказки «Смелый Гномик»
3. Закрепление	Воздушно-пузырьковые трубки	Игра «Как заставить страх исчезнуть?» Детям задается вопрос: что можно сделать, если они встретят в лесу Бабу-Ягу? Как наколдовать. Чтобы она исчезла? Педагог предлагает детям подобрать к каждому цвету воды в трубках подобрать волшебное свойство. Например, если Баба-Яга выпьет желтую воду, то станет доброй, а если зеленую, то превратится в красивый цветочек.
4. Интеграция	Прозрачный мольберт. гуашь	Игра «Смешной и страшный» Ребенок рисует на мольберте красками две маски: смешную и страшную. Несколько раз «примеряет» то одну, то другую маску, а педагог вместе с другими детьми то боятся (страшную маску), то смеются (над смешной маской). Когда всем надоедает бояться, все начинают смеяться над обеими масками.
5. Резюмирование	Аудиосистема, диск с веселой музыкой, зеркальный шар	Игра «Веселые танцы» Педагог говорит детям, что они стали могущественными волшебниками – умеют из страшного делать веселое, и предлагает детям повеселиться под веселую музыку и всем детям «примерить» веселую маску.
6. Ритуал «выхода из сказки»	Проектор «Меркурий» с жидким диском», сенсорные кресла с гранулами	Упражнение «Сны» При повторе данного упражнения можно проанализировать какие образы ребенок видел до занятия, а какие после.

Тематическое планирование

НАЗВАНИЕ	НАПРАВЛЕННОСТЬ
1. «Смелый гномик»	Боязнь мистических чудищ, повышенная тревожность, ночные кошмары, общая боязливость
2. «Медвежонок и Баба Яга»	Страх темноты, повышенная тревожность, ночные кошмары, общая боязливость
3. «Мышонок и темнота»	Страх темноты, повышенная тревожность, ночные кошмары, общая боязливость
4. «Слоненок, который боялся темноты»	Страх темноты и одиночества, повышенной тревожности, ночные кошмары, общая боязливость
5. «Белочка Нуся»	Страх темноты и одиночества, повышенной тревожности, ночные кошмары, общая боязливость
6. «Про Чебурашку»	Страх темноты
7. «Сказка про девочку Настю, которая боялась темных кладовок»	Боязнь темных помещений
8. «Как страх помог Мише и Маше»	Снятие боязни страха, через осознание его социальной приемлемости и полезности
9. «Лиля в волшебном саду»	Страх общения
10. «Сказка про петушка, который нашелся»	Страх потерялся
11. «Чудесное превращение»	Страх потерялся, страх незнакомого места, страх общения с незнакомыми людьми
12. «Добрые друзья»	Неумение быстро находить общий язык и способы знакомства, общения с новыми друзьями