

.Использование сказкотерапии в детском саду при коррекции тревожности у детей

1. Добрый день, уважаемые коллеги!

Я - Мягкова Елена Александровна, педагог-психолог детского сада.

Хочу поделиться опытом использования сказкотерапии, как эффективного метода снижения эмоционального напряжения. Рассмотрим сказкотерапию как инструмент, который обеспечивает комфортную среду и способствует социализации детей в группах детских садов.

2. Тревожность у дошкольников: предпосылки и актуальность проблемы

Тревожность является распространённой эмоциональной проблемой среди детей дошкольного возраста. Эта проблема серьёзно осложняет их адаптацию в коллективе и развитие коммуникативных навыков. Среди важных факторов, способствующих росту тревожности, выделяют семейные конфликты, связанные с напряжённой атмосферой в семье, быстрый ритм современной жизни, а также физическое и эмоциональное переутомление детей. Исследования детской психологии указывают, что своевременное выявление и коррекция тревожности критически важны для нормального развития личности ребёнка.

3. Основы сказкотерапии и её роль в эмоциональном развитии

Сказкотерапия применяется как уникальное средство психологической поддержки и эмоциональной разгрузки в дошкольном возрасте.

Во-первых, сказки выступают как метафоричный язык, позволяющий детям прорабатывать внутренние переживания через образы и истории.

Во-вторых, психологи отмечают, что сказки стимулируют воображение и помогают формировать навыки саморегуляции и управления эмоциями.

В-третьих, регулярное использование сказкотерапии способствует развитию эмпатии и укреплению чувства безопасности, что является фундаментом эмоционального благополучия. Таким образом, сказки не просто развлекают — они служат важным инструментом воспитания устойчивой психики.

4. Ключевые механизмы влияния сказкотерапии на тревожность

Сказкотерапия воздействует на тревожность через несколько основных механизмов.

Во-первых, она создаёт пространство для безопасного выражения и трансформации страхов через сюжетные образы.

Во-вторых, сказочные персонажи и ситуации моделируют удачные стратегии преодоления сложностей, что вдохновляет ребёнка на адаптивное поведение.

В-третьих, коллективное прослушивание и обсуждение историй усиливают социальную поддержку и снижает чувство изоляции. Наконец, регулярное включение сказок в образовательный процесс способствует формированию

позитивных когнитивных установок и укреплению эмоциональной устойчивости.

5. Примеры занятий в рамках сказкотерапии

Практические занятия включают чтение и инсценирование адаптированных сказок, стимуляцию творческого самовыражения через рисование сюжетов и совместное обсуждение эмоций героев. Важным элементом является создание атмосферы доверия и поддержки, что позволяет детям открыться и лучше понять собственные чувства. Кроме того, включение родителей в некоторые занятия усиливает эффективность терапии за счёт продолжения эмоциональной поддержки дома.

6. Рекомендации по внедрению сказкотерапии в детские сады

Рекомендуется регулярное проведение как групповых, так и индивидуальных занятий с использованием специально адаптированных сказок, которые обновляются и дифференцируются в соответствии с возрастными особенностями ребёнка. Правильная вовлечённость родителей в терапевтический процесс способствует формированию единой системы поддержки и позволяет контролировать динамику эмоционального состояния ребёнка. Кроме того, важно проводить обязательную психологическую диагностику на начальном и заключительном этапах программы для оценки эффективности и корректировки методик.

7. Ограничения и трудности при применении сказкотерапии

Несмотря на преимущества, сказкотерапия сталкивается с такими сложностями, как необходимость индивидуального подбора сюжетов, поскольку дети по-разному воспринимают сказочные образы. У малышей с выраженными тревожными расстройствами часто возникает сопротивление занятиям, что требует комплексного подхода с привлечением дополнительных специалистов. Также ограничивает применение метода недостаток квалифицированных педагогов и психологов в некоторых детских учреждениях. Важным условием эффективности является вариативность материалов, учитывающая возрастные и психоэмоциональные особенности детей.

8. Динамика тревожности у детей: до и после сказкотерапии

Статистические данные показывают заметное снижение уровня тревожности у детей после прохождения программы сказкотерапии. Кроме того, наблюдается уменьшение вариативности поведенческих реакций, что свидетельствует об улучшении общего психоэмоционального состояния и стабилизации настроения детей. Сравнительный анализ подтверждает, что именно сказкотерапия оказывает значительное влияние на гармонизацию внутреннего состояния малышей, позволяя им увереннее чувствовать себя в детском коллективе и вне его.

9. Выводы и перспективы развития сказкотерапии в ДОО

Сказкотерапия проявила высокую эффективность в снижении тревожности у дошкольников, что подтверждается эмпирическими данными. Для дальнейшего развития этого направления необходимо систематически готовить квалифицированных кадров и расширять методическую базу с учётом современных требований. Укрепление сказкотерапии в системе дошкольного образования способствует улучшению психоэмоционального здоровья детей и формированию здоровой основы их дальнейшего развития.

10. Практическая часть.

Прочтение авторской сказки. Разбор алгоритма работы по сказке..
Игры с аудиторией.