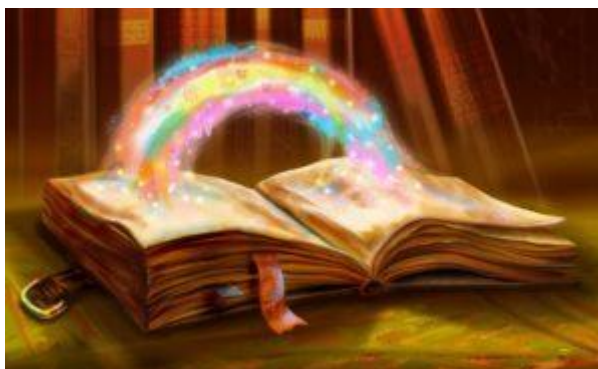


Сказкотерапия, как метод психологической коррекции



В качестве метода работы с ребенком используется сказкотерапия— в психологии этот способ отличается мягкостью, ненавязчивостью, тактичностью. Метод часто совмещают с творчеством — рисование или лепка героев рассказа, сказки. Сказкотерапия, как метод психологической коррекции представляет особую ценность, поскольку позволяет ребенку испытывать различные эмоции, открыто переживать их. Решение поведенческой или другой проблемы происходит внутренне. С помощью метода сказкотерапии можно устранить такие негативные процессы, как:

- ревность из-за появления в семье второго ребенка;
- потеря близкого человека, питомца;
- гиперактивность, агрессия, депрессия, навязчивые состояния;
- фобии.

Суть метода

Плюс метода в том, что он не имеет возрастных ограничений — подходит для сформировавшихся личностей, малышей, подростков. Правда, при этом подбираются разные литературные жанры — романы, детективы, сказки, былины, притчи. В процессе работы ребенок бессознательно выбирает персонажа повествования, с которым у него много общего, пытается понять поведение, объяснить его своими словами.

Направления работы:

1. Развивается мышление. Наиболее подходящий возраст — 3–12 лет. Можно просить ребенка анализировать поступки героев, принимая сказанное им всерьез, поскольку его точка зрения — отображение внутреннего мира.

Предлагается закончить рассказ самостоятельно, объяснив, почему сказка должна закончиться именно так.

2. Происходит передача опыта старшим поколением младшему. Приходит первый моральный опыт, ребенок учится различать добро и зло.

3. Обучение жизненным ситуациям, с которыми ребенку придется столкнуться. Главное, чтобы он представлял, как ему выйти из сложившейся ситуации.

4. Решение психологических задач. Сочинение собственного рассказа дает возможность специалисту определить возможные проблемы, с которыми необходимо будет работать в будущем.

В процессе работы ребенок неосознанно демонстрирует скрытые мотивы собственного поведения, недовольства ситуацией, людьми. Основная работа происходит на уровне подсознания, не вызывая у ребенка протеста. Самое интересное, что подобное воздействие сказкотерапия оказывает и на взрослых.

Как подбирать сказки для метода

Младшие дошкольники сопоставляют себя с домашними питомцами, подражают им. Дети, которые недооценивают себя как личность, с большим интересом будут слушать рассказы о волшебных превращениях. Им важно знать, как правильно перевоплотиться, чтобы принять себя в данный момент и знать дальнейшие шаги. Сформулировать проблему они не могут, поскольку не подозревают о ее существовании.

Волшебные сказки помогают обрести уверенность, что в жизни могут происходить чудеса. Такой жанр подходит детям 6–7 лет.

Страшные рассказы. Воспитывают стрессоустойчивость, желание справиться с проблемой. Здесь важен контраст, выразительное чтение. Если используются народные сказки, то окончание обычно меняют на более веселое, чтобы дети от души посмеялись. Таким образом, устанавливается уверенность, что все страшное заканчивается хорошо. Жанр страшилок подходит детям старше 7 лет.

Бытовые сказки. Стимулируют мышление и смекалку, чтобы выйти из ситуации победителем. Больше подходят подросткам.

Психокоррекционные сказки. Суть их в том, чтобы проблема ребенка совпала с проблемой персонажа. Должен быть выбор вариантов, как герой решает поступить. Ребенок бессознательно выбирает свою модель поведения.

Медитативные сказки. Это расслабляющие рассказы, которые обычно читают детям на ночь. Сюжет должен быть спокойным, бесконфликтным.

Важно правильно подобрать цвета в описании, чтобы ребенок представил их и спокойно уснул. Зеленый, синий, голубой цвета помогут расслабиться, снизить частоту сердечного ритма, расширить капилляры. Медитативные сказки по своему воздействию близки к гипнозу, что вводит человека в состояние альфа, в котором решаются самые сложные задачи, устраняются противоречия, происходит скачок в умственном развитии. В состоянии альфа и тета-ритмов сознание работает, а тело полностью расслаблено. В будущем ребенок будет искать это волшебное состояние, чтобы снять стресс после рабочего дня, разрешить семейные конфликты.

Влияние психотерапевтических сказок на детей

Ребенок развивает словарный запас, учится формулировать собственную точку зрения. Применение разных литературных жанров способствует устранению детских страхов, приобретению элементарных навыков общения, культуры поведения в социуме. Согласно результатам исследований, психологические сказки для детей помогли избежать проблем в школьном подростковом возрасте.

Практика сказкотерапии в работе с детьми

Сказочная терапия имеет определенные правила, закономерности, которые соблюдаются при работе. Сюжет должен соответствовать возрасту и навыкам детей, содержать контрастные образы, иметь несколько вариантов решения проблемы. Иногда применяются авторские сказки, специально подобранные для решения определенных дидактических задач.

Чтец должен иметь навыки выразительного воспроизведения текста, поставленный голос, мимику, жестикуляцию. Только таким театральным набором можно вовлечь ребенка в обсуждение, спровоцировать эмоциональный ответ.

Далее занятие предусматривает время для арт-терапии — рисования, лепки. Можно отобразить целую сцену с несколькими персонажами.

Польза для детей

Воздействие на волю человека, неуверенного в себе, обычно вызывает противодействие. Сказка дает несколько вариантов решения проблемной ситуации, поэтому дети выбирают сами, что им больше нравится, запоминают алгоритм действий.

Литературные произведения способны показать, как нужно работать в команде. Это влияет на руководящие способности человека в будущем. Способность развиваться, учиться, меняться — основная цель сказкотерапии,

как метода коррекции. На смену злости, капризам приходит конструктивный подход, желание выйти победителем, испытав при этом радость.

[vk.com>topic-59899136_39366189](https://vk.com/topic-59899136_39366189)