

Шишлова А.Н.
Ильина Т.И.

СКАЗКОТЕРАПИЯ в коррекции детских страхов



Нижекамск– 2015

Страх: определение понятия

- **Страх** – это базовая эмоциональная реакция человека, возникающая в результате опредмечивания тревожности под влиянием действительной, воображаемой или внушенной опасности, угрозы его биологическому или социальному существованию.



Проявления страха

Страх проявляется в четырех планах: соматические (физиологические) признаки, субъективные (эмоциональные) проявления, особенности когнитивного функционирования, поведенческий репертуар действий.

Понятие сказкотерапии

Сказкотерапия – это психотерапевтическое направление, использующее сказки для решения тех или иных психологических проблем ребенка.

Цель: гармонизация развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания: познание ребенком самого себя, своих слабых и сильных сторон, осознание своей индивидуальности.



Факторы психотерапевтического воздействия в сказкотерапии

Преимущества сказкотерапии



Аспекты экспрессивной, творческой деятельности

Структура групповой сказкотерапевтической работы

- **Подготовительный настрой**

- **«Разогрев»**

- (пальчиковая гимнастика, дыхательные, графические упражнения)

- **Актуализация ощущений, эмоций**

- (упражнения с песком)

- **Индивидуальная работа**

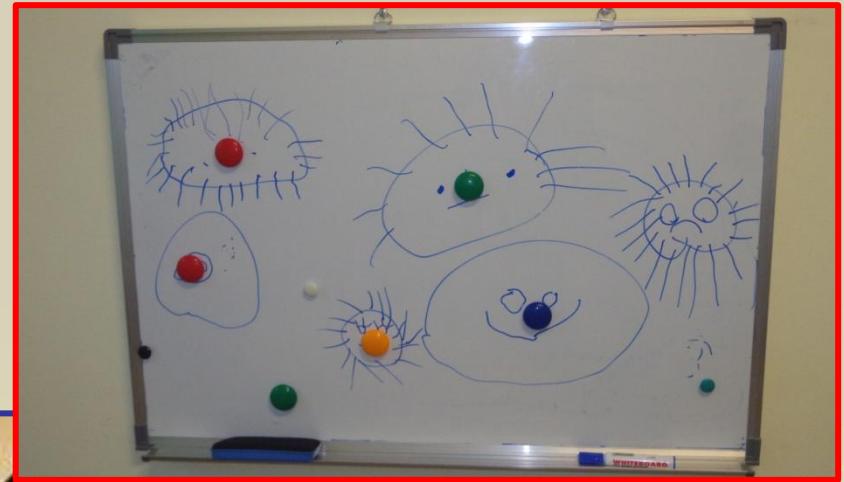
- (рисунок, поделка)

- **Драматизация, обсуждение**

- **Заключение**

Подготовительный настрой

- Визуализация «Рисование в пространстве»
- Упражнение - разминка «Проводник»
«Нарисуй своё настроение»



«Разогрев»

- Пантомима
- Рисование под музыку
- Пальчиковая гимнастика
- Дыхательные упражнения
- Элементы музыкальной и танцевальной терапии



Актуализация ощущений, эмоций

(упражнения с песком)

- Актуализация ощущений, эмоций с помощью упражнений с песком предполагает упражнения на развитие тактильных, кинестетических ощущений, а также работу с формочками: «пирожки», «горки».
- Упражнения на разглаженной поверхности песка – рисунки, отпечатки.



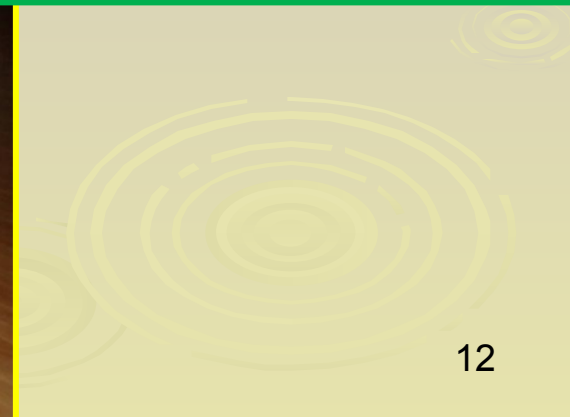
Песочная основа

Индивидуальное творчество

Сублимация агрессивных инстинктов по символическим каналам.

Рисунок помогает не только выразить чувство, но его и осознать.

Невидимый страх, материализованный в рисунке, лишается эмоциональной напряженности, своей пугающей составляющей.



Драматизация, обсуждение

(использование кукол для разыгрывания сцен, драматизации и вербализации общения)

Разыгрывание страха помогает отреагировать напряжение, снять его, перенести на куклу.

Обсуждение помогает улучшить самочувствие и в какой-то мере освободиться от внутренних переживаний.



Детские работы («Добрая Баба-яга», «Злая Баба-яга»)

Коллективная работа

- Общая работа из отдельных элементов (рисунков).
 - Единый групповой рисунок.



Заключение (рефлексия)

Подведение *итогов* работы

Рефлексивный анализ

Вербализация мыслей, ощущений, чувств, которые возникли в процессе индивидуальной и коллективной работы

Выводы

- **Сказкотерапевтические упражнения** служат средством свободного самовыражения и самопознания, они имеют «инсайт-ориентированный» характер; предполагают атмосферу доверия, внимания к внутреннему миру ребенка.
- Применение сказкотерапевтических упражнений незаменимо в случаях эмоциональных нарушений (страх, тревожность) и коммуникативной некомпетентности.
- В центре сказкотерапевтических занятий – самовыражение посредством творчества и фантазий, индивидуально-личностное самопознание.