

Рекомендации для родителей

«Сказкотерапия как средство снятия детской тревожности»

подготовила педагог – психолог
Крикунова Л.Д.

Сказкотерапия - один из самых древних, а возможно и древнейших методов воспитания, передачи социального опыта, традиций и менталитета.

Наряду с арттерапией и игротерапией сказка призвана помочь человеку раскрыть внутренние переживания, конфликты, преодолеть трудности, замкнутый характер, объяснить в яркой образной форме правила и нормы поведения. Использование сказкотерапии оправдано не только в работе с детьми. Образные притчи, символы, игровые ситуации эффективны при занятиях со взрослыми людьми. Великие пророки говорили притчами. Багаж сказкотерапии велик - басни, анекдоты, притчи, мифы, народный фольклор.

Дети сталкиваются с какими-нибудь проблемами, приходят к нам, взрослым, но чаще всего способы, которые предлагаем мы, для них не подходят. Тогда они приходят к выводу, что мы им помочь не можем. А куда же девать накопившуюся печаль, раздражение, гнев или радость, которые уже переполняют ребенка? И здесь на помощь может прийти сказкотерапия.

Сказкотерапевт (а им может стать любой родитель) рассказывает истории (есть целые подборки сказок определенного направления, например, сказки о доброте, обсуждает сказки или придумывает их вместе со слушателем. Последние особенно часто применяют в коррекционной психотерапии. Ведь обычный любимый ребенком мишка teddy может многое рассказать на вопрос мамы, что его беспокоит или чего мишка боится.

Исходя из выше сказанного, дети через игрушки рассказывают про свои страхи и свои опасения. Сказкотерапия для детей, используя такой подход, помогает развить фантазию, логическое и образное мышление, правильную речь.

Но главный секрет сказкотерапии в том, что ребенок (да и взрослый человек тоже, выражая свои мысли через речь игрушки или героя - открывает, порой, незаметно даже для самого ребенка те переживания, о которых никогда не сказал бы прямо. Сказкотерапия орудует архетипами, которые глубоко в нас скрывают самые сокровенные движения души.

Обыгрывая определенную ситуацию, близкую к жизни, вы можете узнать о своем чаде много нового и неизвестного. К примеру, почему тигренок боится темноты, а старший зайчонок не хочет играть с младшим.

Работа со сказкой строится следующим образом:

- 1) чтение или рассказ самой сказки; ее обсуждение. Причем, в обсуждении ребенок должен быть уверен, что он может высказывать любое свое мнение, т. е. всё, что он ни говорит не должно подвергаться осуждению.
- 2) рисунок наиболее значимого для ребенка отрывка;

3) драматизация, т. е. проигрывание сказки в ролях. Ребенок интуитивно выбирает для себя "исцеляющую" роль. И здесь надо отдавать роль сценариста самому ребенку, тогда проблемные моменты точно будут проиграны. Но это можно делать не в один приём.

