

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ СКАЗКА КАК СРЕДСТВО ФОРМИРОВАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ

Якушева Елена Вячеславовна

студент, Балтийский федеральный университет имени Канта, РФ, Калининград

Дошкольный возраст – это период, когда начинает закладываться фундамент личности ребенка, происходит ускоренное развитие психических процессов, ребенок начинает активно осваивать целый спектр разнообразных видов деятельности. На этом этапе формируется эмоциональная сфера ребенка, его поведение, характер отношения к семье, сверстникам и другим сферам жизни, складывается круг интересов. Многочисленные исследования современных педагогов и психологов свидетельствуют о том, что эмоциональное состояние ребенка оказывает непосредственное влияние на все сферы его жизнедеятельности, в том числе на способность усваивать новые знания, умения и навыки, строить отношения со сверстниками, успешно адаптироваться в новых условиях, в том числе в дошкольном учреждении. В условиях эмоционального неблагополучия многое из вышеперечисленного значительно затруднено и требует дополнительных усилий со стороны педагогов, психологов и родителей. Детские страхи, пережитый травматический опыт, сложная социальная ситуация развития, авторитарный или попустительский стиль воспитания – все это является факторами эмоционального неблагополучия у детей. Как мы видим, старший дошкольный возраст – это сложный и очень ответственный этап, отдельные аспекты в развитии личности особенно важны. Если вовремя не обратить внимания на проблемные зоны этого периода, развитие личности может быть заторможено или значительно затруднено. Именно в этот период у детей может наблюдаться неустойчивое настроение и поведение, появление первых страхов, тревожности. Могут возникать проблемы с интеллектуальным развитием, нарушение внимания. В этом возрастном периоде у детей из группы риска по эмоциональному неблагополучию отмечаются первые симптомы тревожности и страхов такие как расстройство сна, повышенная утомляемость, обособленность ребенка от группы детей, или, напротив, чрезмерная амбициозность в общении. Особого внимания в этом списке заслуживают детские возрастные страхи, так как их появление считается не столько негативным явлением, сколько признаком нормального психического развития ребенка старшего дошкольного возраста, так как служат базовому инстинкту самосохранения, при этом важно, чтобы количество и интенсивность детских страхов у ребенка не отражались на его эмоциональном благополучии и психологическом здоровье.

На данном этапе развития от того, по какому сценарию развивается личность ребенка, благополучен ли он в эмоциональном и психическом плане во многом зависит в какую личность он вырастет. Ребенок, психические силы которого уходят на внутреннюю борьбу с тревогой и сильными страхами, не имеет возможности полноценно развиваться, участвовать в жизни коллектива, учиться новому и эффективно взаимодействовать с окружающими. Поэтому такие «токсичные» состояния как сильная тревога и страх требуют обязательной проработки и психологической коррекции. Именно поэтому педагогам дошкольных образовательных учреждений необходимо обращать особое внимание на эмоциональное состояние воспитанников, уметь своевременно выявлять признаки и причины эмоционального неблагополучия у ребенка и владеть психолого-педагогическими приемами коррекции эмоционального состояния детей. Проблематика факторов детского эмоционального неблагополучия и возможности их коррекции с помощью психологической сказки рассматривалась в трудах многих авторов, таких как Д.Б. Эльконин, К.Г. Юнг, М. Эриксон, Б. Бетельхейм, К. Бюлер, Л.Ф. Обухова, Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, О.В. Хухлаева и многих других. Они отмечали, что психологическая сказка – это естественная форма общения и передачи опыта взрослым ребенку, из чего следует, что сказкотерапия, как метод

коррекционного воздействия, должна обладать высоким потенциалом. Однако на практике метод сказкотерапии, не смотря на его высокий потенциал, не часто используется в воспитательном процессе в современном дошкольном учреждении. Большинство людей склонны считать, что сказкотерапия является исключительно «детским» методом. Конечно, наиболее результативной она оказывается именно в работе с детской аудиторией, однако, возрастной диапазон, охватываемый сказкотерапией, не имеет границ. Как подчеркивает ведущий психолог в данной области Т.Д. Зиневич-Евстигнеева, сказкотерапию можно назвать «детским» методом, потому что она обращена к чистому и восприимчивому детскому началу каждого человека. Особо эффективной сказкотерапия является в работе с детьми дошкольного и младшего школьного возраста, это обусловлено тем, что у детей сильно развит механизм идентификации, что является незаменимым приемом развития гибкости поведения, способности взглянуть на проблему по-другому. Сказка служит одним из доступных путей переноса своих собственных переживаний на другого и, наоборот, осознания своих собственных чувств через окружающих. Поэтому, воспринимая сказку, дети, в первую очередь, сравнивают себя со сказочным героем, и это позволяет чувствовать и понимать, что не у них одних есть проблемы и переживания. Посредством ненавязчивых сказочных образов детям предлагаются выходы из различных сложных ситуаций, пути решения возникших конфликтов, позитивная поддержка их возможностей и веры в себя. С другой стороны, в дошкольном возрасте восприятие сказки становится специфической деятельностью, обладающей невероятно притягательной силой и позволяющей свободно мечтать и фантазировать.

Ведущие психологи в данной области отмечают следующие основные достоинства сказок:

- отсутствие в сказках прямых нравов учений, назиданий.
- отсутствие заданности в имени главного героя и месте сказочного события.
- образность и метафоричность языка.
- победа добра, дающая ощущение психологической защищенности.
- наличие тайны и волшебства, раздвигающие границы возможного [12].

В науке существует концепция сказкотерапии, разработанная зарубежными и российскими учеными. Один из самых авторитетных в этой области психологов Т.Д. Зиневич-Евстигнеева отмечает, что данная концепция базируется на пяти видах сказок: художественные (авторские, народные), психокоррекционные, психотерапевтические, медитативные, дидактические.

Работая со сказками, психологи используют разные формы подачи материала (рассказывание и сочинение сказок, кукло- и имиджтерапия, постановка сказок на сцене и в песочнице и др.), т.е. речь идёт об использовании средств комплексной сказкотерапии, с применением элементов арт-терапии, творчества. В настоящее время существует большое количество развивающих, психокоррекционных и психотерапевтических программ, основанных на различных видах сказок. Однако иногда возникает необходимость написания персонализированной сказки, сказки для одного конкретного ребенка, учитывающей его индивидуально-психологические особенности. Тогда на помощь специалисту приходят рекомендации и правила по написанию психокоррекционных историй Д. Бретт, Т.Д. Зиневич-Евстигнеевой, А.В. Гнездилова и др. В каждом случае для ребенка должна создаваться «зона безопасности», он не должен чувствовать себя смущенным или виноватым, не должен бояться. Малыш просто слушает сказку где соседствуют реальные и вымышленные события, фантастические и взятые из жизни персонажи, ребенок узнаёт новое, размышляет, сравнивает без неприятных психологических последствий. Кроме того, психокоррекционная сказка должна предлагать замещающий опыт, самостоятельно или при помощи взрослого малыш выбирает варианты решения существующих проблем.

Эффективность воздействия метода сказкотерапии на детей старшего дошкольного возраста в процессе профилактики, коррекции и преодоления детских страхов определяется совокупностью следующих педагогических условий:

- 1) Диалогическое взаимодействие воспитателя, детей дошкольного возраста и их родителей.
- 2) Организация игрового пространства. Снижению тревожности детей способствует наличие комфортной, доброжелательной атмосферы, отказ со стороны воспитателя от высказывания неприятных оценок и критики в адрес ребенка.
- 3) Создание эмоционально-творческой среды, стимулирующей снижение тревожности детей.
- 4) Систематический показ личного примера креативного подхода к разрешению проблем, наличие возможностей для упражнения и практики.

Из всего вышесказанного можно сделать вывод о том, что сказка – это один из наиболее простых, понятных и доступных ребенку методов психотерапевтического воздействия. Ведь ребенку не навязывают своего мнения, ребенка не учат как правильно поступать в той или иной ситуации. Дети, слушая, сочиняя и проигрывая сказки сами могут прочувствовать на себе ситуацию, случившуюся с главным героем и понять, как ему правильно поступить. Ребенок через переживание чувств героя понимает, как можно избавиться от своего собственного страха.

Список литературы:

1. Анохина И.А. Условия обеспечения социально-эмоционального благополучия детей в ДОУ// «Начальная школа». – 2013. – № 6. – С. 3-11.
2. Вачков И.В. Введение в сказкотерапию. – М.: Генезис, 2015. – 607 с.
3. Городецкая Н. Не надо бояться! (сказкотерапия). – М.: Говорящая книга, 2015. – 636 с.
4. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Практикум по сказкотерапии. – М.: Речь, 2017. – 310 с.
5. Капская А. Подарки фей. Развивающая сказкотерапия для детей – М.: Речь, 2014. – 972 с.
6. Каяшева О.И. Библиотерапия и сказкотерапия в психологической практике. – М.: Бахрах-М, 2015. – 304 с.
7. Мосина Е.С. Почему облака превращаются в тучи? Сказкотерапия для детей и родителей. – М.: Генезис, 2016. – 160 с.
8. Сертакова Н.М. Методика сказкотерапии в социально-педагогической работе с детьми дошкольного возраста. – М.: Детство-Пресс, 2014. – 224 с.
9. Ткач Р.М. Сказкотерапия детских проблем – СПб.: Речь, 2013. – 128 с.
10. Хухлаева О.В. Коррекция нарушений психологического здоровья дошкольников и младших школьников. – М.: Академия, 2019. – 184 с.