

## Сказкотерапия как здоровьесберегающая технология

Алабугина Оксана Валериевна, воспитатель  
МБДОУ «Детский сад № 27»

«Здоровьесберегающие технологии» – это комплекс разнообразных форм и видов деятельности, направлены на сохранение и укрепление здоровья воспитанников. Сказкотерапия относится к коррекционной здоровьесберегающей технологии.

Сказкотерапия является инновационным методом в работе с детьми, который, позволяет мягко и ненавязчиво воздействовать на ребёнка при помощи сказки, решая при этом самые разные задачи: воспитательные, образовательные и развивающиеся.

Сказкотерапия как инструмент передачи опыта «из уст в уста». Это способ воспитания у ребенка особого отношения к миру, способ передачи необходимых моральных норм и правил. Эта информация заложена в фольклорных сказках и преданиях, былинах и притчах.

В рамках сказкотерапии выделяют шесть видов сказок:

Художественные сказки делятся на народные и авторские

Народные сказки несут чрезвычайно важные для нас идеи:

Окружающий нас мир – живой. В любой момент все может заговорить с нами. Эта идея важна для формирования бережного и осмысленного отношения к тому, что нас окружает. Начиная от людей, и заканчивая растениями и рукотворными вещами. Ожившие объекты окружающего мира способны действовать самостоятельно, они имеют право на свою собственную жизнь. Эта идея важна для формирования чувства принятия другого. Разделение добра и зла, победа добра. Эта идея важна для поддержания бодрости духа и развития стремления к лучшему. Самое ценное достается через испытание, а то, что далось даром, может быстро уйти. Эта идея важна для формирования механизма целеполагания и терпения. Вокруг нас множество помощников. Но они приходят на помощь только в том случае, если мы не можем справиться с ситуацией или заданием сами. Эта идея важна для формирования чувства самостоятельности, а также доверия окружающему миру.

Авторские художественные сказки более трепетны, образны, чем народные.

Дидактические сказки используются для преподнесения детям новых для них знаний учебного характера. В этих сказках абстрактные для ребёнка символы: буквы, цифры, звуки становятся одушевлёнными и повествуют о новых для ребёнка понятиях. Учебно-познавательный материал, преподнесенный в контексте сказки, легче воспринимается ребенком, а значит, процесс обучения становится более эффективным. Алгоритм дидактической сказки-задания: Введение в сказочную страну, в которой живет одушевляемый символ. Рассказ о нраве, привычках, жизни в этой стране. Разрушение благополучия. В качестве разрушителя могут выступать злые сказочные персонажи (дракон, Кощей), стихийные бедствия (ураган, ливень), тяжелое эмоциональное состояние (скучно, тоскливо, отсутствие друзей). Обращение к ребенку. Только человек с пылким сердцем и знаниями может все спасти. Поэтому, чтобы восстановить страну, нужно выполнить определенное задание.

Психокоррекционные сказки сочиняются и рассказываются с целью оказать мягкое влияние на поведение ребёнка. Сначала в такой сказке демонстрируется неэффективный стиль поведения, а потом предлагается альтернатива.

Возьмём всем известную сказку о крошке Еноте. Когда он скалился и кривлялся, смотря в ручей - ему казалось, что в ручье живёт чудище. Но как только он решил улыбнуться ручью, вместо чудища появился добрый и симпатичный друг. Здесь идёт речь о важности улыбки при встрече с миром - очень похоже на события обычной жизни.

Сказки, врачующие Душу... Сказки, раскрывающие глубинный смысл происходящих событий. Психотерапевтические сказки часто оставляют человека с вопросом. Это, в свою очередь, стимулирует процесс личностного роста.

Диагностические сказки позволяют определить наличие проблемы у ребёнка, а также определить его характер и отношение к тому, что его окружает. Если ребёнок отдаёт предпочтение сказкам, где главным героем является зайка-трусишка, то можно предположить, что он сам достаточно застенчивый, с повышенным уровнем тревожности. Диагностическая

сказка может способствовать выявлению состояния ребенка, о которых он не хочет или не может говорить вслух.

Медитативные сказки активизируют положительные эмоции детей, учат позитивному настрою. Особенностью этих сказок является отсутствие отрицательных героев и конфликтных ситуаций. Медитативные сказки рассказываются под специальную музыку, способствующую расслаблению. Такие сказки успокаивают, вызывают положительные эмоции, настраивают на гармонию с самим собой и окружающими, внушают уверенность в себе, создают атмосферу позитива, спокойствия, комфорта, расслабления, снимают напряжения и возбуждения.

Работу с детьми по сказкотерапии проводят как индивидуально, так и с группой:

1) Прослушивание сказок и анализ (интерпретация). Цель – осознание, интерпретация того, что стоит за каждой сказочной ситуацией, фразой, появлением новых героев, конструкцией сюжета. Современному ребенку мало просто прочесть сказку, раскрасить ее героев, поговорить о сюжете. С ребенком третьего тысячелетия необходимо осмысливать сказки, вместе искать и находить скрытые смыслы и жизненные уроки. И в этом случае сказки никогда не уведут ребенка от реальности. Наоборот, помогут ему стать в реальной жизни активным создателем. Но как это, осмысливать сказки? Как находить в них скрытые жизненные уроки? Давайте попробуем вместе. Возьмем, к примеру, известную всем сказку “Колобок”. ( Приложение. Анализ сказки «Колобок»)

2) Групповое рассказывание сказок. В этом случае рассказчиком является группа детей. Рассказывание известной всей группе сказки. Каждый участник по очереди рассказывает маленький кусочек сказки. Повествование разбивается на отрывки произвольно, в зависимости от того, какую часть рассказа берет на себя предыдущий рассказчик. Если рассказывание проводится в детской группе, ведущий может участвовать в рассказывании.

3) Рассказывание известной сказки и придумывание к ней продолжения. После того, как сказка рассказана, участники группы придумывают к ней продолжение, причем последний рассказчик должен закончить сказку.

4) Групповое придумывание сказки. Кто-то начинает говорить первую фразу, например: «В некотором царстве, в некотором государстве...». Следующий участник группы присоединяет к сказочной фразе одну или две фразы и так далее.

5) Рассказывание сказки от первого лица и от имени различных персонажей сказки. Участники группы выбирают сказку, которую они собираются рассказывать и распределяют персонажи между собой. В группах дошкольного возраста интересно будет инсценирование сказок.

6) Рисование сказочных персонажей способствует развитию нравственно-этических, эстетических, коммуникативно-рефлексивных основ детей дошкольного возраста, а также оказывает помощь социокультурной адаптации с помощью искусства. Испытания, которые выпали на долю персонажей, помогают детям стать разумнее, добрее и сильнее, способствуют их внутреннему росту.

7) Инсценировка сказок позволяет детям побыть на месте сказочных героев, осознать их поведение, помогает глубже усвоить содержание сказок, развивает самостоятельность, раскрывает их индивидуальные способности.

Работая с различными куклами, ребенок видит, что всякое его действие сразу же отражается на поведении куклы. Это помогает ему самостоятельно корректировать свои движения и делать поведение куклы максимально выразительным. Работая при помощи такого приема, появляется возможность совершенствовать и проявлять через куклу те эмоции, которые обычно ребенок по каким-то причинам не может себе позволить проявить.

С детьми в процессе занятия можно проводить интересные литературные игры: вставить в стихотворную строчку пропущенное слово, подобрать рифму, отгадать загадку, сочинить загадку, вспомнить отрывок из стихотворения на заданную тему (утро, вечер, дождь, радуга, праздник, игрушка и т. д., по прочитанному отрывку стихотворения отгадать, кто автор и как называются стихи.

### **Список используемой литературы**

- 1.Ермолаева М.В. Практическая психология детского творчества.- М.: Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2005.
- 2.Ильина М.В. Развитие вербального воображения.- М.: Прометей; Книголюб, 2003.
- 3.Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Основы сказкотерапии .- СПб.: Речь, 2006.
- 4.Зинкевич-Евстигнеева Т.Д.Формы и методы работы со сказками.- СПб.: Речь, 2006.
- 5.Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Практикум по сказкотерапии . – СПб.: Речь, 2002.
- 6.Карелина И.О.Эмоциональное развитие детей 5-10 лет./Ярославль: Академия развития,2006.
- 7.Киселева М.В. Арт-терапия в работе с детьми. – СПб.: Речь, 2006 .
- 8.Васькова О.Ф. Политыкина А.А. Сказкотерапия как средство развития речи дошкольного возраста. - Санкт-Петербург, «Детство-пресс», 2011 г.
- 9.Карпов А. Мудрые зайцы, или как разговаривать с детьми и сочинять для них сказки. – Санкт-Петербург «Речь», 2008 г.
- 10.Сертакова Н.М.Методика сказкотерапии в социально-педагогической работе с детьми дошкольного возраста. – Санкт-Петербург, «Детство-пресс», 2012 г.