Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

города Новосибирска «Детский сад №5 «Звездочка»

Программа коррекционно-развивающих занятий педагога-психолога с использованием метода сказкотерапии

Составил: педагог-психолог Яковлева Е.В.

 Новосибирск 2025

Содержание программы

1.     Пояснительная записка………………………………………1

2.     Актуальность…………………………………………………2

3.     Цель программы……………………………………………   3

4.     Планируемые результаты……………………………………4

5.     Сроки реализации……………………………………………4

6.     Конспекты занятий ………………………………………….6

7.     Список используемой литературы…………………………19

Пояснительная записка

В последние годы, как показывает моя практика, наиболее распространёнными явлениями у детей дошкольного возраста, являются тревожность и страхи.

Причин возникновения страхов и тревожности множество. Одним из них, к примеру, является семейное воспитание, основанное на завышенных требованиях, с которыми ребенок не в силах справиться или справляется с трудом. Причины тревожности у детей дошкольного возраста, вызванные характером внутрисемейных отношений:

1. Излишняя опека родителей.

2. Условия, создавшиеся в семье после появления второго ребенка.

3.Плохая приспособленность ребенка: тревожность возникает из-за неумения одеваться, самостоятельно есть, укладываться спать и т.д.

Тревога и страхи возникают и в результате фиксации в эмоциональной памяти сильных испугов при встрече со всем, что олицетворяет опасность или представляет непосредственную угрозу для жизни, включая нападение, несчастный случай, операцию или тяжелую болезнь.

Для того, чтобы помочь детям приобрести уверенность в себе, научится чувствовать свои эмоции и управлять своим поведением, справится со страхами, была разработана  эта программа.

Данная коррекционно-развивающая программа затрагивает такие эмоциональные нарушения, как тревожность, застенчивость, агрессивность, пассивность, страхи, которые корректируются средствами сказкотерапии, игротерапии и арт-терапии.

Методическим материалом к составлению программы послужила книга «Практика сказкотерапии» под редакцией Н.А. Саскович.

Издание представляет собой сборник сказок, игр и сказко-терапевтических программ, разработанных психологами-прак­тиками. Представленные коррекционно-развивающие программы предназначены для работы с детьми дошкольного возраста. А так же сборники терапевтических сказок О.Е. Хухлаев, О.В. Хухлаева «Лабиринт души» и «Волшебные капельки счастья».

Актуальность программы

Повышенный уровень тревожности, свидетельствует о недостаточно хорошей эмоциональной адаптированности ребенка к жизненным ситуациям, вызывающим беспокойство.

Тревожные дети не уверены в себе, бояться играть в новые игры, приступить к новым видам деятельности. Они подвержены страхам, имеют проблемы в общении. У высоко тревожных детей могут развиться невротические черты. Высокая тревожность оказывает отрицательное влияние на результаты любой деятельности дошкольников. Поэтому одной из актуальных проблем является снижение уровня тревожности у дошкольников.

Использование метода сказкотерапии дает возможность помочь ребенку справиться со своими проблемами, восстановить его эмоциональное равновесие, устранить имеющиеся у него нарушения поведения, преодолеть дезадаптацию, способствовать дальнейшему развитию.

Цель программы: снижение уровня тревожности и страхов у дошкольников путем снятия психоэмоционального напряжения

эмоционального возбуждения используя средства сказкотерапии.

Задачи:

1.Развитие умения адекватно выражать свои эмоциональные состояния, контролировать свое поведение;

2.Создать условия для преодоления зажатости и безынициативности;

3.Формирование умений позитивного общения со взрослыми и со сверстниками;

4.Нейтрализовать страхи и эмоционально-отрицательные переживания

Программа рассчитана для работы с детьми 5-6 лет.

Форма работы: подгрупповая: 6-8 человек

Занятия проводятся 1 раз в неделю.

Продолжительность занятий -25 минут.

Программа состоит из 10 занятий.

Формы подведения итогов: анализ диагностики тревожности и страхов, наблюдение за деятельностью в группе, общением детей в повседневной жизни.

**Планируемые результаты**

Проведенная коррекционно-развивающая работа поможет снизить уровень тревожности, повысить уровень представлений о собственной ценности, уверенности в собственных силах, а также способности наиболее успешно реализовать себя в поведении и взаимодействии с окружающими людьми.

Диагностические методы в работе с ребенком: наблюдение, беседа.

Диагностические методики: «Тест тревожности» Р.Тэммл, М.Дорки, В.Амен; Методика по выявлению страхов Захарова А.И., методика диагностики проблем эмоциональной сферы «Силуэт человека» Л. Лебедевой, тест «Сказка» Луизы Дюсс. Кроме того, меня заинтересовали опросники оценки уровня тревожности Г.П. Лаврентьевой и Т.М. Титаренко и П. Бейкер и М. Алворд.

Опросник для выявления тревожности у ребенка Г.П. Лаврентьевой и Т.М. Титаренко.

**Сроки реализации**

Срок реализации программы рассчитан на 3 месяца и включает в себя 3 этапа.

I Этап - подготовительный и занимает 3 занятия. Цель данного этапа - объединение детей в группу, формирование доверия к психологу и другим участникам группы, принятие специфической атмосферы групповой работы.

II этап - основной. Он направлен на решение эмоциональных проблем детей, посещающих коррекционные занятия. Занятия строятся по тематическому принципу: одно занятие направлено на решение одного вида проблем. Одна и та же сказка, история воспринимается каждым ребенком по-разному, в соответствии с его знаниями, опытом, мировоззрением, характером, и вызывает различные эмоциональные реакции, часто соответствующие именно его проблемам. Структура каждого занятия остается одинаковой, изменяются предлагаемые игры и упражнения и терапевтические сказки. Основной этап занимает 7 занятий.

III этап - заключительный. Строится по принципу предоставления детям максимальной самостоятельности.

Основные формы и методы работы по снижению тревожности

Элементы сказкотерапии: рассказывание сказки или волшебной истории, рассматривание и анализ сюжетных  картинок, беседы, направленные на развитие самосознания ребенка;

Элементы арт-терапии: рисование акварелью, карандашами, аппликация из бумаги, оригами, лепка;

Элементы игротерапии: игры малой подвижности, сценирование сказки, проигрывание проблемных ситуаций, психогимнатика.

Релаксация.

**Список литература**

1. Лютова Е.К., Монина Г.Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми.- СПб.: Изд-во «Речь», 2000.

2. Л. М. Костина,  Игровая терапия с тревожными детьми.  Издательство «Речь», 2003 ISBN 5-9268-0158-3

3. Р.М. Ткач. Сказкотерапия детских проблем. СПб.: Речь; М.: «Сфера», 2008.

4. М.С. Кутовая. Сказки от слез. Бережем нервы родителей. СПб.: Речь, 2007.

5. Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева. Практикум по сказкотерапии. СПб.: Речь, 2006.

6. Хухлаева О.В. Практические материалы для работы с детьми 3-9 лет. Психологические игры, упражнения, сказки.- 2-е изд.- М.: Генезис, 2007