**Сказкотерапия как средство психоэмоциональной коррекции в группе оздоровительной направленности**

**Актуальность темы:**

Современные дети, особенно посещающие группы оздоровительной направленности, часто подвержены повышенной тревожности, страхам, эмоциональной нестабильности. Это связано с различными факторами: адаптация к детскому саду, повышенные требования, особенности здоровья. Традиционные методы психоэмоциональной коррекции не всегда оказываются эффективными, поэтому поиск новых, более мягких и доступных подходов является актуальной задачей современной педагогики. В этом контексте сказкотерапия, как метод, основанный на естественной склонности детей к сказкам и фантазиям, представляет собой ценный инструмент для гармонизации психоэмоционального состояния дошкольников, особенно в условиях группы оздоровительной направленности, где забота о психофизическом благополучии детей является приоритетной.

**Цель исследования:** обосновать и практически апробировать эффективность использования сказкотерапии как средства психоэмоциональной коррекции в группе оздоровительной направленности.

**Задачи:**

1. Проанализировать теоретические основы сказкотерапии как метода психоэмоциональной коррекции.

2. Разработать и реализовать программу сказкотерапевтических занятий для детей группы оздоровительной направленности.

3. Оценить динамику психоэмоционального состояния детей до и после реализации программы.

4. Определить возможности применения сказкотерапии для решения конкретных психологических проблем у дошкольников.

**Обзор литературы:** Теоретические основы сказкотерапии

Сказкотерапия – это метод, использующий сказку в качестве основного инструмента для решения психологических проблем, снятия стресса, развития эмоционального интеллекта и формирования позитивного отношения к себе и миру. В основе метода лежит идея о том, что сказка, с ее метафорическим языком и символическими образами, способна обойти рациональное сопротивление и напрямую воздействовать на подсознание ребенка.

Известные исследователи сказкотерапии, такие как Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, А.В. Гнездилов, Д. Соколов, рассматривают сказку как мощный ресурс для самопознания, развития эмпатии, формирования ценностей и решения внутренних конфликтов. Сказки помогают детям:

• Справиться со страхами и тревогой.

• Развить уверенность в себе.

• Научиться распознавать и выражать свои чувства.

• Приобрести навыки конструктивного поведения в сложных ситуациях.

• Сформировать позитивное отношение к здоровью и здоровому образу жизни.

**Описание опыта:** Программа сказкотерапевтических занятий

В группе оздоровительной направленности была разработана и реализована программа сказкотерапевтических занятий, рассчитанная на 6 месяцев. Программа включала в себя следующие компоненты:

1. Диагностика: Первичная диагностика психоэмоционального состояния детей с использованием проективных методик (например, тест "Рисунок человека", "Несуществующее животное") для выявления основных проблем и потребностей.

2. Создание и чтение терапевтических сказок: Использовались как готовые терапевтические сказки, адаптированные к возрасту и потребностям детей, так и создавались авторские сказки, направленные на решение конкретных психологических проблем (например, сказка о зайке, который боялся темноты, для детей с ночными страхами). Сказки читались воспитателем в спокойной, расслабляющей обстановке.

3. Обсуждение сказки: После чтения сказки проводилось обсуждение, в ходе которого детям задавались вопросы, направленные на понимание смысла сказки, выявление аналогий с их собственной жизнью и формирование позитивных стратегий поведения. Например: "Как ты думаешь, почему зайка боялся темноты?", "Что помогло зайке справиться со страхом?", "Что бы ты посоветовал зайке?".

4. Игровая деятельность: После обсуждения сказки проводились игровые упражнения, направленные на закрепление полученного опыта. Например: драматизация сказки, рисование по мотивам сказки, создание собственных сказок.

5. Релаксация: В конце занятия проводились упражнения на релаксацию, направленные на снятие мышечного напряжения и успокоение нервной системы. Использовались дыхательные упражнения, прослушивание спокойной музыки, визуализации.

**Примеры конкретных занятий:**

• Занятие "Сказка о храбром ежике": Сказка о ежике, который боялся новых мест и новых людей. Цель: помочь детям справиться со страхом перед новым и развить уверенность в себе. После чтения сказки дети рисовали ежика, играли в игру "Найди свой домик", выполняли упражнения на расслабление.

• Занятие "Сказка о волшебном цветке": Сказка о цветке, который помогал другим растениям расти и цвести. Цель: развитие эмпатии и умения поддерживать других. После чтения сказки дети играли в игру "Подари тепло", создавали коллаж "Наш волшебный сад", выполняли дыхательные упражнения.

**Анализ результатов:**

После реализации программы была проведена повторная диагностика психоэмоционального состояния детей. Результаты показали положительную динамику:

• Снижение уровня тревожности и страхов (по результатам проективных методик и наблюдений воспитателя).

• Улучшение эмоционального состояния (дети стали более спокойными, уравновешенными, доброжелательными).

• Развитие коммуникативных навыков (дети стали более активно общаться друг с другом, выражать свои чувства и потребности).

• Формирование позитивного отношения к здоровью и здоровому образу жизни (дети стали более осознанно относиться к своим потребностям, проявлять интерес к занятиям физкультурой и закаливанию).

**Выводы и рекомендации:**

Сказкотерапия является эффективным инструментом психоэмоциональной коррекции в группе оздоровительной направленности. Она позволяет не только решать конкретные психологические проблемы, но и создавать благоприятную среду для гармоничного развития личности ребенка.

**Рекомендации для педагогов:**

• Включать сказкотерапию в комплексную программу оздоровления и развития детей.

• Использовать разнообразные виды сказок: авторские, народные, терапевтические.

• Адаптировать сказки к возрасту и потребностям детей.

• Создавать творческую, поддерживающую атмосферу на занятиях.

• Взаимодействовать с родителями, обучая их методам сказкотерапии для использования в домашних условиях.

• Не забывать о собственных ресурсах: творчески подходить к созданию и проведению сказкотерапевтических занятий.

**Заключение:**

Сказкотерапия – это не просто чтение сказок, а глубокий и эффективный метод, позволяющий ребенку познать себя, свои чувства и возможности. Внедрение сказкотерапии в практику работы группы оздоровительной направленности позволяет создать оптимальные условия для психоэмоционального благополучия и гармоничного развития детей, что является важным фактором укрепления их здоровья и подготовки к успешной жизни.