(cc) BY

Малыгина Екатерина Александровна
студентка
Поляшова Наталья Владимировна
канд. биол. наук, доцент
ФГАОУ ВО «Северный (Арктический)
федеральный университет им. М.В. Ломоносова»
г. Архангельск, Архангельская область

СКАЗКОТЕРАПИЯ КАК СРЕДСТВО ПРЕОДОЛЕНИЯ ТРЕВОЖНОСТИ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация*: в статье рассмотрено влияние сказкотерапии на преодоление тревожности у детей старшего дошкольного возраста.*

Ключевые слова*: тревожность, сказкотерапия, дети старшего дошкольного возраста.*

Дети старшего дошкольного возраста в наибольшей степени подвержены яркому выражению страхов, что обусловлено не столько эмоциональным, сколько когнитивным развитием, именно в этом возрасте у детей возрастает реальное понимание опасности.

Тревожность – это актуальная проблема современного общества и одна из актуальных проблем в современной психологии. Если у дошкольника неустойчивая самооценка, низкая работоспособность, продуктивность, имеются трудности в общении, редко проявляют инициативу из-за постоянного чувства страха – это признак тревожности и впоследствии ребенок даже может столкнуться с различными соматическими заболеваниями [1].

Многие отечественные и зарубежные исследования, таких авторов, как: А.В. Запорожец, А.И. Захаров, Н.В. Имедадзе, Й. Лангмейер, Н.Д. Левитов, З. Матейчек, В.С. Мерлин, А.М. Прихожан, Ю.Л. Ханин, В.М. Астапов, А.В. Петровский, Р.С. Немов, Е.В. Новикова, Г.Г. Аракелов, Н.Е. Лысенко, Е.Е. Шотт, Ф. Перлз и др. – посвящены проблеме изучения детской тревожности.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Недостаток внимания со стороны взрослых и желание заполучить его, проявляется у детей по-разному, одни во всем послушны, прилежны, не получают замечания в ожидании похвалы от родителей, другие наоборот гиперактивны и непослушны. За этими детьми прячется тревожный человечек, волнительный с массой переживаний и недоверием к миру [3].

Необходимо своевременно оказывать помощь ребенку с признаками тревожности и проявлениями страхов. Самый доступный, интересный, и актуальный метод для детей старшего дошкольного возраста – это «лечение сказками» или, другими словами, коррекционная работа посредством сказкотерапии по преодолению тревожности у детей.

Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева дает следующие определения сказкотерапии:

– это процесс поиска смысла, расшифровки знаний о мире и системе взаимоотношений в нем;

– это процесс образования связи между сказочными событиями и поведением в реальной жизни. Это процесс переноса сказочных смыслов в реальность;

– это еще и процесс объективизации проблемных ситуаций [2].

Следовательно, чтобы уловить связь между поступками и событиями, найти «лазейку» с глубинными мыслями и смыслами, можно приметить такой метод в работе.

Сказкотерапию, как коррекционно-развивающую работу с тревожными детьми, можно проводить начиная с четырехлетнего возраста, ведь именно с этого возраста человек осознает отличие сказки и выдумки от жизни и реальности [4].

Основными формами работы со сказкой являются:

– рассказывание сказки взрослым ребенку;

– рассказывание сказки самим ребенком (рассказ о сказочных героях, пересказ сказки ребенком, рассказ сказки по кругу);

– рассказывание известной сказки и придумывание к ней продолжения;

– самостоятельное сочинение ребенком сказки.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Целью нашего исследования было – изучение особенностей сказкотерапии как средства преодоления тревожности у детей старшего дошкольного возраста.

На констатирующем этапе исследования по диагностическому инструментарию – «Тест тревожности» Р. Тэммла, М. Дорки, В. Амена, было выявлено, что среди 12 дошкольников у 8 (67%) детей по количественному анализу выявлен средний уровень тревожности (УТ), у 4 (33%) – высокий УТ.

На формирующем этапе была проведена работа по реализации программы по сказкотерапии, которая включала в себя 8 занятий, проводились 2 раза в неделю во второй половине дня по 25–35 минут. Содержанием каждого занятия было:ритуал «входа» в сказку (создание настроя на совместную деятельность); повторение (вспомнить, о чем говорили на прошлом занятии, какой опыт приобрели, чему научились); расширение (расширение представлений о новой теме); закрепление (приобретение опыта, новых качеств); интеграция (связывание нового опыта с реальной жизнью); резюмирование (обобщение и связь с имеющимся опытом); ритуал «выхода» из сказки (создание настроя на возврат в привычную социальную обстановку).

По завершению коррекционно-развивающей работы была проведена повторная диагностическая работа, которая показала положительную динамику. По данным проведенным на контрольном этапе эксперимента было выявлено, что среди 12 дошкольников высокий УТ не обнаружен, средний УТ у 7 детей, низкий – у 5 детей, что показывает эффективность проведенных мероприятий, на рисунке 1 представлена сравнительная диаграмма – динамика уровня тревожности у детей старшего дошкольного возраста.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

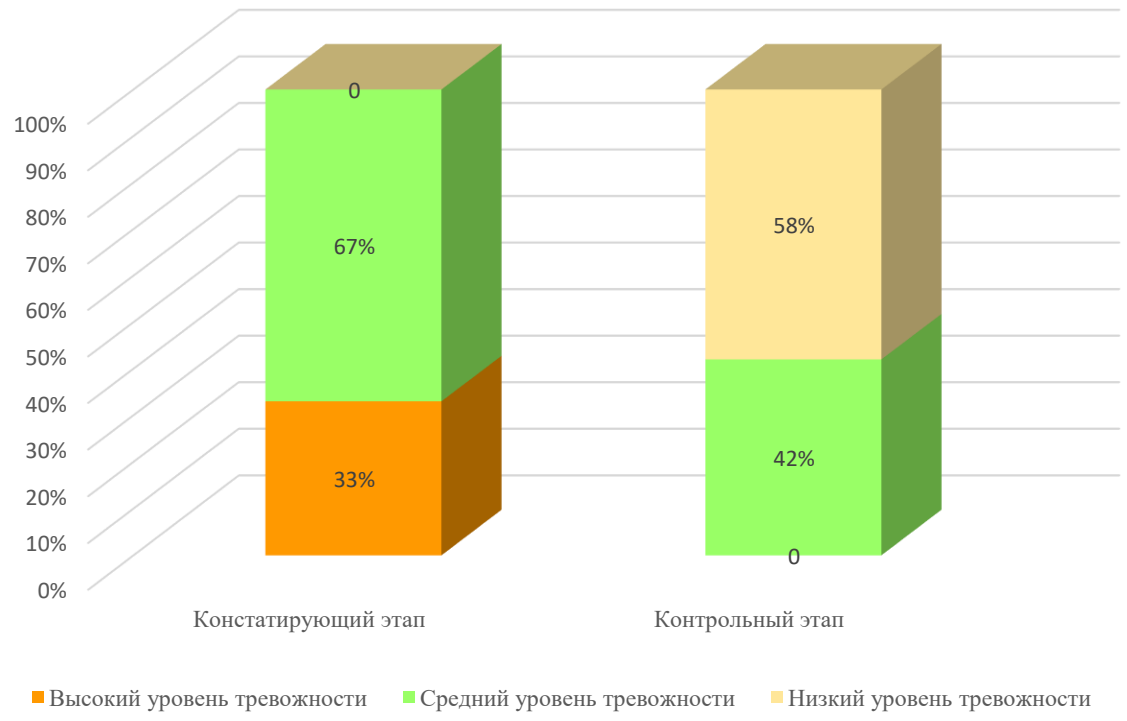

Рис. 1. Динамика уровня тревожности у детей старшего дошкольного возраста

При реализации коррекционно-развивающей программы дети старшего дошкольного возраста стали более открыты, с легкостью идут на контакт с взрослыми, делятся своими мыслями, озвучивают и отстаивают свои точку зрения в коллективе сверстников.

Следовательно, данная программа является эффективным средством коррекционно-развивающей работы с детьми старшего дошкольного возраста по преодолению тревожности.

Список литературы

1. Звенигородская М.А. Тревожность в современном обществе: определение, значение и влияние данного феномена на поведение людей / М.А. Звенигородская. – Текст: непосредственный // Молодой ученый. – 2020. – №4 (294). – С. 256–258. URL: https://moluch.ru/archive/294/66869/ (дата обращения: 18.12.2021).

2. Зинкевич-Евстигнеев Т.Д. Практикум по сказкотерапии / Т.Д. Зинкевич-Евстигнеев. – СПб.: Речь, 2000. – 310 с.

3. Кобзарева И.И. Влияние тревожности на взаимоотношения детей дошкольного возраста / И.И. Кобзарева, Ю.В. Гражданкина // Профессиональное

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

становление специалиста-психолога: материалы межвузовской научной конференции. – Карачаевск, 2003. – С. 103–106.

4. Короткова Л.Д. Сказкотерапия для дошкольников и младших школьников: методические рекомендации для педагогической и психокоррекционной работы / Л.Д. Короткова. – М.: ЦГЛ, 2005. – 128 с.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)