

**Чегурова Ольга Михайловна,**

*воспитатель,*

*МКДОУ «д/с №26»,*

*г. Еманжелинск, Челябинская область, Россия*

## **СКАЗКА КАК МЕТОД СОХРАНЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ В РАБОТЕ СО СТАРШИМИ ДОШКОЛЬНИКАМИ**

В статье предложен опыт работы педагога по сохранению психологического здоровья дошкольника посредством сказки, а также представлен сборник «Сказка в помощь». Сказки, вошедшие в сборник, вызывают интерес и эмоциональный отклик у большинства детей старшего дошкольного возраста, а также рекомендуются для чтения родителями детям.

**Ключевые слова:** сказка, эмоциональное благополучие, диагностика, метод сказкотерапии.

**Chegurova Olga Mihajlovna,**

*educator,*

*MSOPEI «Kindergarten № 26»,*

*Yemanzhelinsk, Chelyabinsk region, Russia*

## **FAIRY TALE AS A METHOD OF PRESERVING PSYCHOLOGICAL HEALTH IN WORKING WITH OVER-FIVES**

The experience of a teacher on preserving preschooler's psychological health through a fairy tale is proposed, and the collection «A Fairy Tale to Help» is presented in the article. Fairy tales included in the collection arouse interest and emotional response in majority of over-fives, and are also recommended for reading by parents to children.

**Keywords:** fairy tale, emotional well-being, diagnostics, method of fairy-tale therapy.

Сказка – самый понятный и взрослым, и детям способ познания, изучения и раскрытия реальности. Использование сказки на занятиях педагогом как метода сохранения психологического здоровья дошкольника отвечает основным целевым ориентирам, которые предполагаются **федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования:** культурное развитие, общение, самостоятельность, умение управлять собой.

Эмоции – центральная психическая функция дошкольного детства. Согласно **современным стандартам,** укрепление эмоционального

благополучия ребенка, наряду с физическим, является одной из приоритетных задач дошкольного образования.

От эмоций, которые чаще всего испытывает и проявляет ребенок, зависит успешность взаимодействия с окружающими его людьми и социальное развитие. Эмоциональное благополучие дошкольника является ресурсным проявлением личности, которое раскрывает ее самодостаточность, способность адекватно воспринимать себя и окружающих. Психологическое здоровье, по определению Всемирной организации здравоохранения, – одна из неотъемлемых составляющих здоровья человека вообще.

**Актуально** использовать сказки в совместной с детьми деятельности, так как сказка является эффективным методом этического, нравственного воспитания, учения и формирования поведенческих стереотипов.

При работе со сказкой создаются условия тесного взаимодействия детей и взрослого, что позволяет поддерживать инициативу детей, а также приобщать детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства, что полностью соответствует основным принципам дошкольного **образования по ФГОС**.

Поэтому, используя сказки, мы сохраняем и укрепляем психологическое здоровье детей.

Отсюда следует:

- 1) устранение или уменьшение страхов, тревожности, застенчивости, агрессивности;
- 2) поддержка эмоционального благополучия детей;
- 3) обучение эффективным способам поведения в той или иной ситуации;
- 4) повышение самооценки;
- 5) развитие фантазии и творчества у детей в процессе слушания, обсуждения и рисования сказки;
- 6) установление контакта между психологом и ребенком в ходе обсуждения поступка героя и сказочных событий, а также рефлексия.

С помощью сказки из поколения в поколение вместе с колоссальной информационной составляющей передается житейская мудрость. Ребенок, слушая сказку, подсознательно или сознательно учится правилам жизни, принятым в обществе, уважению к близким.

К сказкам неоднократно обращались известные педагоги и психологи: Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, В.П. Аникин, Н.Я. Большунова, О.А. Кабачек и другие. Общеизвестным методом является сказкотерапия – «лечения сказкой».

С целью отслеживания результативности работы на начальном этапе была проведена диагностическая работа, которая включила в себя:

1. Наблюдение, заполнение «Таблицы проявлений эмоциональных, межличностных и поведенческих расстройств у детей».

2. Методика «Лесенка», помогающая выявить систему представлений ребёнка о том, как он оценивает себя сам, как, по его мнению, его оценивают другие люди и как соотносятся эти представления между собой.

3. Методика «Паровозик» [3], позволяющая определить особенности эмоционального состояния ребёнка. Она направлена на определение степени позитивного и негативного психического состояния.

Диагностическое обследование проводилось на базе МКДОУ «Детский сад № 26» Еманжелинского муниципального района Челябинской области среди детей старшего дошкольного возраста. Анализ полученных данных показал, что около 40% обследованных детей проявляют те или иные признаки тревожности, замкнутости и неуверенности в себе. Как правило, самооценка этих детей занижена, преобладают отрицательные эмоции, они мало улыбаются, боятся просить помощи у взрослых, стесняются общаться, в контакт вступают очень настороженно.

Многие дети легко приходят в состояние повышенного беспокойства, испытывают страх и тревогу в специфических социальных ситуациях. Без должной поддержки у ребенка могут возникнуть эмоциональные переживания: боязнь, страхи, опасения.

Эмоциональная неуверенность связана с затруднениями в общении с другими детьми: дети могут быть легковозбудимые, неуравновешенные и проявлять агрессивное поведение, также дети могут избегать общения.

Другой серьезной причиной, вызывающей эмоциональное неблагополучие, являются индивидуальные особенности ребенка (впечатлительность, восприимчивость, ведущие к возникновению страхов). Как правило, детям дошкольного возраста свойственно проявление целого спектра эмоций.

В процессе работы были отобраны наиболее подходящие сказки: небольшие по объему, с упрощенной структурой. Некоторые из них претерпели незначительные изменения. К некоторым сказкам были подобраны иллюстрации и задания. Так получился сборник «Сказка в помощь», в который вошли авторские сказки психологов из различных источников.

В ходе работы со сказкой происходит процесс, который поддерживает ребенка при неудачах, помогает ему сознательно регулировать, контролировать свое мышление, способствует вере в себя, свои способности и дает возможность избежать ошибок. Обратная связь обеспечивает взаимопонимание, учит детей самоанализу, что является важнейшим фактором личностного самосовершенствования. Таким образом происходит гармонизация эмоционального мира ребенка.

Чтение сказок, направленных на гармонизацию эмоционального мира ребенка, мы рекомендуем родителям на собраниях и на индивидуальных консультациях.

После выполненной работы был проведен мониторинг, показавший эффективность таких занятий. Значительное улучшение эмоционального фона, благополучия и повышение самооценки было отмечено у 78% воспитанников, без улучшения – 22% (дети, нерегулярно посещающие детский сад, а также дети, родители которых не готовы к активной работе, направленной на улучшение эмоционального благополучия своих детей).

Таким образом, можно предположить, что применение сказки является одним из самых действенных методов, использующих художественные возможности для достижения положительных изменений в эмоциональном и личностном развитии детей.

Благодаря сочетанию сказки как метода работы педагога с другими приемами возможны более эффективная коррекция состояния детей старшего дошкольного возраста и обеспечение их успешной социализации.

Данная тема остается открытой и актуальной, мы будем продолжать работу со сказкой и пополнять наш сборник.

Приложение 1

### **Содержание сборника «Сказка в помощь»**

#### ***Давайте познакомимся***

- Как Маша стала большая (с 3 лет).
- История из жизни цветов (с 4 лет).
- Незабудка (с 5 лет). Автор: О.В. Хухлаева.

#### ***Я решительный***

- Как Андрюша гостей встречал (с 3 лет).
- Сказка о том, как лягушонок принял решение (с 4 лет).

#### ***Я храбрый (повышение самооценки, уверенности в себе)***

- Полезная боюська (с 3 лет).
- Трусичка-Муравьишка (с 4 лет). Автор: Марина Медведева.
- Отважный Флай (с 4 лет).
- Мой друг-дракон (с 4 лет).
- Кто кого боится (с 4 лет).

#### ***Сказки про сон (проблемы со сном)***

- Догадливый Комарик (с 3 лет).
- Котенок Мур-Мур (с 4 лет).
- Будильник (с 4 лет).

#### ***Сказки для непосед (для гиперактивных детей)***

- Сказка про Тигренка (с 3 лет).

- Совсем один (с 4 лет).
- Когда шустрику бегать и прыгать (с 4 лет).

### ***Я учусь общаться***

- Голубая Искорка (с 4 лет).
- Застенчивый слоненок. Автор: Т.Л. Шишова (с 4 лет).

### ***Чужое брать нельзя!***

- Волшебный апельсин (с 4 лет).

### ***О школе. Автор: Марина Панфилова (с 5 лет)***

- Создание лесной школы.
- Смешные страхи.
- Игры в школе.
- Школьные правила.
- Как собрать портфель.

## ***СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ***

1. Афонькина Ю. А. *Рабочая программа педагога-психолога ДОО / Ю. А. Афонькина. – 2-е изд., перераб. – Волгоград: Учитель, 2015. – 170 с. – ISBN: 978-5-7057-3829-8. – Текст : непосредственный.*
2. Вачков И. В. *Сказкотерапия. Развитие самосознания через психологическую сказку / И. В. Вачков. – Москва : Ось-89, 2007. – 143 с. – ISBN: 978-5-98534-625-1. – Текст : непосредственный.*
3. *Диагностика психических состояний детей дошкольного возраста : учебно-методическое пособие / составитель С. В. Велиева. – Санкт-Петербург : Речь, 2005. – 240 с. – ISBN 5-9268-0333-0. – Текст : непосредственный.*
4. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. *Формы и методы работы со сказками / Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева. – Санкт-Петербург : Речь, 2008. – 240 с. – ISBN 5-9268-0404-3. – Текст : непосредственный.*
5. *Исторический словарь терминов. Историческая энциклопедия онлайн. – Текст электронный. – URL: <http://slovarslov.ru/slovar/his.html> (дата обращения: 12.05.2020).*

6. Киселева М. Б. *Арт-терапия в работе с детьми : руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми* / М. Б. Киселева. – Санкт-Петербург : Речь, 2006. – 160 с. – ISBN 5-9268-0408-6. – Текст : непосредственный.
7. Панфилова М. *Лесная школа. Коррекционные сказки для младших школьников* / М. Панфилова. – Текст электронный. – URL: <http://psy.1september.ru/article.php?ID=200202006> (дата обращения: 20.04.2020).
8. Ткач Р. М. *Сказкотерапия детских проблем.* – Санкт-Петербург : Речь ; Москва : Сфера, 2008. – 118 с. – ISBN 5-9268-0723-9. – Текст : непосредственный.
9. Хухлаева О. В. *Тропинка к своему Я: как сохранить психологическое здоровье дошкольников* / О. В. Хухлаева, О. Е. Хухлаев, И. М. Первушина. – Москва : Генезис, 2004. – 175 с. – ISBN-5-85297-092-1. – Текст : непосредственный.
10. Шишова Т. Л. *Застенчивый невидимка. Как преодолеть детскую застенчивость* / Т. Л. Шишова. – Москва : Искатель, 1997. – 120 с. – Текст : непосредственный.