**Сказкотерапия,**

**как метод адаптации к условиям дошкольного учреждения**

С поступлением ребенка в дошкольное учреждение в его жизни происходит множество изменений: строгий режим дня, отсутствие родителей в течение девяти и более часов, новые требования к поведению, постоянный контакт со сверстниками, новое помещение, другой стиль общения. Все эти изменения обрушиваются на ребенка одновременно, создавая для него стрессовую ситуацию, которая без специальной организации может привести к невротическим реакциям, таким, как капризы, страхи, отказ от еды, частые болезни, повышенная тревожность и т.д. Эти трудности возникают в связи с тем, что малыш переходит из знакомой и обычной для него семейной среды в среду дошкольного учреждения. Ребенок должен приспособиться к новым условиям, т.е. адаптироваться.

Одним из наиболее значимых методов психодиагностической работы, в том числе и работы по адаптации ребенка к дошкольному учреждению является сказка. Она представляется «как средство трансляции опыта жизни от одного поколения к другому». Сказка - необходимый элемент воспитания ребенка. Она простым и доступным языком рассказывает ему о жизни, учит, развлекает и утешает, мастерски пряча нравоучения и назидания под яркими красками сказочных историй. Сказка первый ориентир, по которому ребенок, учиться строить свои взаимоотношения с окружающим миром. Она действует на детскую душу очень тонко и деликатно, на уровне эмоций, переживаний и чувств, но, тем не менее, точно и прямолинейно ведет его по намеченному пути познания жизни, не давая запутаться и заблудиться.

Сказкотерапия - метод, использующий сказочную форму для интеграции личности, развития творческих способностей, расширение сознания, совершенствования взаимодействий с окружающим миром.

Сказкотерапия - это направление практической психологии, использующее ресурсы сказок для решения целого ряда задач: воспитание, образование, развитие личности и коррекция поведения.

**Характеристика понятия «адаптация»**

Часто поступление в детский сад сопряжено с тяжелыми переживаниями, сопровождается изменением поведенческих реакций ребенка и даже заболеваниями. Ведь адаптация - это сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях - физиологическом, социальном, психологическом. Актуальность проблемы адаптации детей к детскому саду на современном этапе очень высока.

Сложность приспособления организма к новым условиям и новой деятельности и высокая цена, которую платит организм ребенка за достигнутые успехи, определяют необходимость учета всех факторов, способствующих адаптации ребенка к дошкольному учреждению или, наоборот, замедляющих ее, мешающих адекватно приспособиться.

Чтобы избежать стрессовых ситуаций, необходимо грамотно подойти к проблеме адаптации детей. На характер привыкания ребенка к условиям дошкольного учреждения влияет ряд факторов: возраст ребенка, состояние здоровья, сформированности опыта общения, а также степень родительской опеки.

Общая задача воспитателей и родителей - помочь ребенку по возможности безболезненно войти в жизнь детского сада. Для этого нужна подготовительная работа в семье. Выработка единых требований к поведению ребенка, согласование воздействий на него дома и в детском саду - важнейшее условие, облегчающее его адаптацию.

Возрастные особенности, возможности детей, показатели, определяющие, необходимо знать. Но следует учитывать и индивидуальные особенности ребенка.

Особое значение в период адаптации имеют индивидуальные особенности детей в сфере общения. Есть дети, которые уверенно и с достоинством вступают в новое для них окружение детского сада: они обращаются к воспитателю, к помощнику воспитателя, чтобы узнать о чем-нибудь. Другие сторонятся чужих взрослых, стесняются, опускают глаза. А есть и такие дети, которых общение с воспитателем пугает. Опыт общения ребенка с окружающими, полученный им до прихода в детский сад, определяет характер его адаптации к условиям детского сада. Поэтому именно знание содержания потребностей ребенка в общении является тем ключиком, с помощью которого можно определить характер педагогических воздействий на него в адаптационный период.

Немаловажным условием успешной адаптации является организация пространства (развивающей среды). Среда функционально моделирует содержание духовного и физического развития малыша: его двигательной сферы; сенсорного и интеллектуального развития, позволяющего освободиться от агрессии, напряжения, познавать окружающий мир.

***Признаками нарушения процесса социальной адаптации*** у детей чаще всего являются сложности поведения, вредные привычки, невротические и психосоматические расстройства, повышенная тревожность.

Социальная дезадаптация способна спровоцировать возникновение устойчивых вредных привычек и отрицательных черт характера, тревожности и частой заболеваемости.

Использование детьми защитных механизмов от неблагоприятных воздействий окружающей среды может способствовать фиксации на них. Они типичны, естественны для детства, но не являются адекватными в последующие возрастные периоды.

Задача взрослого - не ограждать ребенка от неблагоприятных условий среды, а научить правильно использовать методы социальной адаптации в условиях нестабильного окружения; выбирать способы психологической защиты в зависимости от обстоятельств жизни; менять поведение с учетом требований той социальной группы, в которой он находится. Вместе с тем помните: главное, чтобы в обществе с определенными правилами, традициями, законами и культурой могла свободно развиваться и яркая индивидуальность, со своими особенными взглядами на жизнь, мир, самого себя.

Было замечено - прямые способы воздействия на ребенка не всегда являются эффективными. Так, например, запрет на негативное поведение часто вызывает желание его нарушить, а наказание - обиду и страх повторного наказания. Моделирование ситуаций правильного поведения на занятиях почти никогда не переносится ребенком в реальную жизнь, но при этом охотно и правильно воспроизводится на последующих занятиях. Это свидетельствует о том, что с дошкольниками необходимы другие методы работы. Сказка позволяет осуществлять процесс их воспитания более целостно, т.е. способствует расширению границ нравственного, духовного, патриотического, экологического, эстетического и умственного развития.

Дошкольник проявляет живой интерес лишь к тому, что его в какой-то мере занимает, доставляет удовольствие, действует на воображение и чувства. Желание ребенка узнавать новое, приобретать различные умения, является главным условием формирования нравственно-волевых качеств. Таким образом, перед дошкольником выдвигается задача приложения волевых усилий. Педагог конкретизирует способы ее реализации при планировании содержания занятий, делает предметом совместного с детьми обсуждения. Индивидуальный подход в формировании нравственно-волевых качеств осуществляется в процессе всего воспитательного процесса и методика его в различных видах деятельности имеет много общего. Однако, определяется некоторая специфика путей индивидуального подхода к детым в быту, игре, труде, учебной деятельности.

В период адаптации ребенка к новым условиям жизни происходит своеобразная ломка, переделка сформированных ранее динамических стереотипов, касающихся определенного режима: укладывание, кормление и т.д., а также стереотипов общения.

**Принципами работы по адаптации детей в ДУ являются**:

 -предварительное ознакомление родителей с условиями работы ду;

-постепенное заполнение групп;

-гибкий режим пребывания детей в начальный период адаптации с учетом индивидуальных особенностей детей;

-сохранение в первые 2-3 недели имеющихся у малышей привычек;

-информирование родителей об особенности адаптации каждого ребенка.

**В процессе адаптации ребенка в ДОУ также используют такие формы и способы адаптации детей как:**

**Элементы телесной терапии (обнять, погладить).** В детском возрасте необходимо развивать координацию, гибкость и выносливость.

Комплекс специальных упражнений поможет ребенку выработать силу воли, увеличить чувствительность и узнать много нового о своем теле. Занятия укрепят и сделают более эластичными мышцы, разработают суставы, а движения станут более красивыми и пластичными. Кроме этого, с помощью телесно-ориентированной терапии оздоравливаются внутренние органы и улучшается самочувствие.

Комплекс заканчивается упражнениями на релаксацию, потому что расслабление в такой же степени необходимо для развития мышц, как и тренировка. Нервная система получает полноценный отдых, кровообращение приходит в абсолютное равновесие.

**Исполнение колыбельных песен перед сном** - колыбельные - первые уроки родного языка для ребенка. Песни помогают малышу запоминать слова, их значения, порядок слов в предложении. Чтение ребенку поэзии оказывает такой же эффект. В отличие от обычной речи, стихи обладают ритмом, о благотворном влиянии которого на растущий организм уже говорилось. Сопровождайте чтение стихов ритмическим похлопыванием животика, и, если стихи понравятся малышу, вы заметите ответное ритмичное постукивание вашего разумного крохи.

Колыбельные песни снимают тревожность, возбуждение, действуют на ребенка успокаивающе. Этому способствуют плавная мелодия, ритмическое сочетание слова и движения (легкое покачивание, но не тряска).

**Релаксационные игры (песок, вода)** - релаксация - это снятие напряжения, расслабление, отдых. За основу упражнений по релаксации можно взять приемы по дыхательной гимнастике, мышечному и эмоциональному расслаблению.

Упражнения по релаксации являются методом предотвращения стрессов у детей и оказывают положительное влияние на их здоровье. Они учат детей снимать напряжение, не замыкаться на своих проблемах и через сюжетно-ролевые игры уметь находить причины этого состояния. должны быть в доступной игровой форме.

**Музыкальные занятия и развитие движений** - музыка рано начинает привлекать внимание детей и вызывает у большинства из них постоянный интерес. Они ищут источник звучания, ждут звуки музыки при виде металлофона, триоды или других музыкальных инструментов. Песни разного характера вызывают у детей различный эмоциональный отклик. У некоторых это эмоциональное состояние в связи с музыкой проявляется особенно ярко.

**Игровые методы взаимодействия с ребенком**. В конце первого года ребёнок приобретет стремление к самостоятельности и независимости. На втором году жизни взрослый становится для ребёнка не только источником внимания и доброжелательности, не только "поставщиком" самих предметов, но и образцом человеческих предметных действий. Общение со взрослым уже не сводится к прямой помощи или к демонстрации предметов. Теперь необходимо соучастие взрослого, выполнение одного и того же дела. В ходе такого сотрудничества ребёнок одновременно получает и внимание взрослого, и его участие в действиях ребёнка, и, главное - новые способы действия с предметами. Взрослый теперь не только даёт ребёнку в руки предметы, но вместе с предметом передаёт способ действия с ним. Общение со взрослым протекает как бы на фоне практического взаимодействия с предметами.

**Сказкотерапия -** это процесс воспитания Внутреннего Ребенка, развития души, повышение уровня осознанности событий, приобретения знаний о законах жизни и способах социального проявления созидательной творческой силы.

Метод сказкотерапии направлен на развитие восприятия, телесных ощущений, двигательной координации детей, умения осознавать и контролировать свои переживания, понимать собственное эмоциональное состояние.

Занятия вводят ребенка в сложный мир человеческих эмоций, помогают ему прожить определенное эмоциональное состояние, создать свой собственный «эмоциональный фон», с помощью которого он сможет ориентироваться в собственных чувствах и в чувствах людей, которые его окружают. Основной акцент делаем не просто на проработки эмоций на уровне их узнавания по мимике, жестам, поведению, словам людей и сказочных персонажей. В этих занятиях важно, чтобы ребенок проживал каждую эмоцию на телесном уровне, наблюдал за своими телесными ощущениями и оценивал их. Таким образом, развивается произвольное улавливание ощущений тепла, холода, напряжения и расслабления мышц тела. Все занятия - игровые, так как игра - это основная деятельность ребенка, в которой он сначала эмоционально, а затем интеллектуально осваивает систему человеческих отношений.

Сказкотерапия - один из самых нестандартных и наиболее эффективных способов взаимодействия с ребенком дошкольником, испытывающими те или иные эмоциональные и поведенческие затруднения. .

***Основные задачи сказкотерапии:***

-расширение ролевого диапазона формирующейся личности ребенка;

-стабилизация психических процессов, развитие эмоциональной сферы;

-отработка саморегуляции и самоконтроля, развитие гибкости и произвольности поведения;

-устранение страхов, тревожности, неуверенности в себе, чрезмерных сомнений в правильности своих действий;

-повышение самооценки ребенка, обретение веры в себя;

-усвоение общепринятых норм общения с другими людьми;

-развитие фантазии и воображения, образного мышления.

Результаты сказкотерапии:

-повышается гибкость и подвижность нервных процессов;

-развивается мелкая моторика и координация движений;

-снимается физическое и психическое напряжение;

-увеличивается работоспособность;

-совершенствование волевых качеств;

-тренировка дыхания;

-преодоление барьеров в общении;

-улучшение и активизация выразительных средств общения: пластика, мимику, речь;

-пробуждение фантазии и образного мышления;

-освобождение от стереотипов и шаблонов - путь к творчеству;

-развитие психических процессов;

-формирование социальных навыков.

**Возможности работы со сказкой:**

***Использование сказки как метафоры***. Тексты и образы сказок вызывают свободные ассоциации, которые касаются личной жизни ребенка, затем эти метафоры и ассоциации могут быть обсуждены.

***Рисование по мотивам сказки***. В рисунке проявляются свободные ассоциации, в дальнейшем возможен анализ полученного графического материала.

***Обсуждение поведения и мотивов действия персонажа.*** Прочтение сказки служит поводом к обсуждению ценностей поведения клиента, выявляя его систему оценок в категориях «хорошо - плохо».

 ***Проигрывание эпизодов сказки.*** Можно осуществить постановку сказки группой детей или взрослых. Проигрывание тех или иных ее эпизодов дает каждому участнику постановки возможность прочувствовать некоторые эмоционально значимые для себя ситуации и проиграть эмоции.

 **Творческая работа по мотивам сказки:**

-Анализ. Цель - осознание, интерпретация того, что стоит за каждой сказочной ситуацией, конструкцией сюжета и поведением героев.

-Рассказывание сказки. Прием помогает проработать развитие фантазии, воображения, способности к децентрированию.

-Переписывание сказки. Переписывание и дописывание авторских и народных сказок имеет смысл тогда, когда ребенку не нравится сюжет, некоторый поворот событий. Это важный диагностический материал. Переписывая сказку, ребенок сам выбирает наиболее соответствующий его внутреннему состоянию поворот и находит тот вариант решения ситуации, который позволяет освободиться ему от внутреннего напряжения - в этом заключается психокоррекционный смысл переписывания сказки.

-Сочинение сказки. Сюжеты сказок должны содержать возможности для изменения героев, а также ситуации выбора, требующие от них соответствующего решения. В ходе рассказа должна возникнуть центральная кризисная ситуация, представляющая собой поворотный момент в разрешении конфликта. У сказок должен быть счастливый конец. Важно вселить в человека надежду, что он обязательно найдет выход из затруднительного положения, в противном случае у него не будет стимула или мотивации для продолжения борьбы. Так что же такое сказкотерапия? Созерцание и раскрытие внутреннего и внешнего мира, осмысление прожитого, моделирование будущего, процесс подбора каждому своей особенной сказки.

Сказкотерапия безусловно является очень ценным методом психологической работы с детьми, предоставляя очень естественную и традиционную форму общения ребенка и взрослого - через сказку. При работе с ребенком педагог, как правило, не использует "психологического" языка анализа внешне, но постоянно сохраняет способность "выхода" в аналитическое пространство для понимания того, что нужно ребенку и как именно ему это можно дать. То есть сказка представляет собой двоякий инструмент - вначале диагностического характера, а потом как способ воздействия на ситуацию. При этом она очень легка в обращении, растворяет и обходит многие формы психологических защит, приятна и многомерна по форме подачи (рассказ, игра, театр и тому подобное)

В дошкольном возрасте восприятие сказки становится специфической деятельностью ребенка, обладающей невероятно притягательной силой, позволяющей ему свободно мечтать и фантазировать, раздвигать рамки обычной жизни, сталкиваться со сложными явлениями и чувствами взрослого мира.

У маленького ребенка сильно развит механизм идентификации, т.е. процесс эмоционального объединения себя с другим человеком, персонажем и присвоения его норм, ценностей, образцов. Это позволяет ребенку усваивать правильные моральные нормы и ценности, различать добро и зло.

Проигрывание сказок расширяет диапазон адаптивных черт личности, как нельзя лучше способствует развитию образного мышления, а также умению действовать в критических ситуациях.

При сказкотерапии даже те дети, которые вначале не включаются в игру, не принимают сказку, все равно испытывают на себе ее благотворное влияние на подсознательном уровне. Одна и та же сказка по-разному влияет на каждого ребенка, каждый находит в ней что- то свое, необходимое ему в данный момент, для решения его проблемы.

В дошкольном возрасте восприятие сказки становится специфической деятельностью ребенка, обладающей невероятно притягательной силой, позволяющей ему свободно мечтать и фантазировать.

При этом сказка для ребенка не только вымысел и фантазия. Это еще и особая реальность, которая позволяет раздвигать рамки обычной жизни, сталкиваться со сложными явлениями и чувствами и в доступной для понимания ребенка сказочной форме постигать взрослый мир чувств и переживаний.

У маленького ребенка сильно развит механизм идентификации, т.е. процесс эмоционального объединения себя с другим человеком, персонажем и присвоение его норм, ценностей, образцов как своих. Поэтому, воспринимая сказу, ребенок, с одной стороны, сравнивает себя со сказочным героем, и это позволяет ему почувствовать и понять, что не только у него есть такие проблемы и переживания.

С другой стороны, посредством ненавязчивых сказочных образов ребенку предлагаются выходы из различных сложных ситуаций, пути решения возникших конфликтов, позитивная поддержка его возможностей и веры в себя. При этом ребенок отождествляет себя с положительным героем.

Происходит это не потому, что дошкольник так хорошо разбирается в человеческих взаимоотношениях, а потому, что положение героя более привлекательно по сравнению с другими персонажами. Это позволяет ребенку усваивать правильные моральные нормы и ценности, различать добро и зло.

Метафора обеспечивает контакт между левым и правым полушарием мозга. В процессе восприятия сказки работает левое полушарие, которое извлекает логический смысл из сюжета, в то время, как правое полушарие свободно для мечтаний, фантазий, воображения, творчества.

Применение сказки при работе над страхами ребенка может прослеживаться следующее: на осознаваемом, вербальном уровне ребенок может и не принимать сказку, однако положительный эффект от работы присутствует, т.е. изменения часто происходят на подсознательном уровне. При этом наблюдается замечательный факт. Одна и та же сказка по-разному влияет на каждого ребенка, каждый находит в ней что-то свое, актуальное для него, созвучное его проблемам.

**Существует два подхода к сказкотерапии**, которые отличаются с одной стороны, по степени индивидуализации используемых психотерапевтических сказок, а с другой - степенью директивности применяемого подхода.

**Директивная** (направленная) и **не директивная** (ненаправленная) формы психотерапии отличаются функцией и ролью психолога в работе с детьми.

При директивном подходе психолог - главное лицо, он активно участвует в процессе сказкотерапии, задает темы занятий, внимательно наблюдает за поведением ребенка и интерпретирует его реакции, строя свое дальнейшее поведение на основе этих наблюдений.

Используемые здесь психотерапевтические метафоры подбираются и создаются индивидуально для каждого ребенка в соответствии с его проблемами и целями работы. Сама структура сказки должна быть связана с жизнью и проблемами ребенка.

Подбору персонажей для сказки и установлению отношений между ними придается особое значение. В сказку необходимо включать героев в соответствии с реальными участниками конфликта и устанавливать с ними символические отношения, сходные с реальными. Необходимо оставлять ребенку возможность собственного творческого поиска и максимальной идентификации себя с героем в процессе восприятия сказки.

 Сказка способствует развитию воображения, а это необходимо для решения ребенком его собственных проблем. Стиль сказки также понятен ребенку. Ребенок еще не умеет мыслить логически, и сказка никогда не утруждает ребенка какими-то логическими рассуждениями. Ребенок не любит наставлений, и сказка не учит его напрямую.

Маленькие дети часто находятся «в плену эмоций», поскольку еще не могут управлять своими чувствами, что может приводить к импульсивности поведения, осложнениям в общении со сверстниками и взрослыми. Лишь по мере личностного развития у них постепенно формируется способность осознавать и контролировать свои переживания, понимать эмоциональное состояние других людей, развивается произвольность поведения, чувства становятся более устойчивыми и глубокими.

**Сказка в определенной степени удовлетворяет три естественные психологические потребности ребенка дошкольного возраста:**

 ***Потребность в автономности.*** В каждой сказке герой действует самостоятельно на протяжении всего пути, делает выбор, принимает решения, полагаясь только на самого себя, на свои собственные силы;

 ***Потребность в компетентности.*** Герой оказывается способным преодолеть самые невероятные препятствия и, как правило, оказывается победителем, достигает успеха, хотя может терпеть временные неудачи;

***Потребность в активности.*** Герой всегда активен, находится в действии: куда-то идет, кого-то встречает, кому-то помогает, что-то добывает, с кем-то борется, от кого-то убегает и т. д. Иногда вначале поведение героя не является активным, толчок к активности провоцируется извне другими персонажами.

**Результатом удовлетворения этих потребностей является формирование таких качеств личности, как:**

-автономность, которая выражается в стремлении проявить свое личное мнение, позицию или взгляды;

-активность, которая предполагает способность владеть инициативой в общении, умение организовать внимание партнеров, стимулировать их коммуникативность, управлять процессом общения, эмоционально откликнуться на состояние партнеров;

-социальная компетентность, которая состоит из нескольких компонентов:

мотивационного, включающего отношение к другому человеку (проявление доброты, внимания, сочувствия, сопереживания и др.);

когнитивного, связанного с познанием другого человека, способностью понять его особенности, интересы, потребности, заметить изменения настроения, эмоционального состояния и др.;

поведенческого - выбор адекватных ситуаций, способов общения.

**Таким образом,** в дошкольном возрасте восприятие сказки становится специфической деятельностью ребенка, обладающей невероятно притягательной силой, позволяющей ему свободно мечтать и фантазировать, раздвигать рамки обычной жизни, сталкиваться со сложными явлениями и

Проигрывание сказок расширяет диапазон адаптивных черт личности, как нельзя лучше способствует развитию образного мышления, а также умению действовать в критических ситуациях.

По мере расширения сферы общения дети испытывают действие разнообразных социальных факторов, значительно активизирующих их эмоциональный мир. Ребенок должен научиться преодолевать ситуативные эмоции, культурно управлять чувствами. Научиться этому позволяют сказка и игра. Например, справиться со страхами. Для ребенка, который чего-то боится, подбирается готовая или составляется коррекционная сказка, в которой метафорически зашифрована информация о его страхе и способах его преодоления. На занятии ребенок не только прослушивает эту сказку, но и проигрывает способы преодоления страха, идентифицируясь с главным сказочным героем. В процессе такой работы ребенок не только «знакомится» со своим страхом, но и научается справляться с ним.

**Рекомендации педагогам по применению сказкотерапии**

Сказкотерапия как психологический метод накладывает свои возрастные ограничения при работе с детьми: ребенок должен иметь четкое представление о том, что существует сказочная действительность, отличная от реально существующей. Обычно навык такого различения формируется у ребенка к 3,5-4 годам, хотя, безусловно, в каждом конкретном случае необходимо учитывать индивидуальные особенности развития ребенка.

Сказкотерапевтическая работа с ребенком может быть проведена различными способами: для работы может использоваться существующая авторская или народная сказка; педагог и ребенок могут сочинять сказку вместе, одновременно драматизируя ее всю либо отдельные элементы, ребенок может сочинять сказку самостоятельно.

Однако существуют рекомендации к применению сказкотерапии, которые могут быть сформулированы следующим образом:

Сеанс сказкотерпии необходимо проводить некоторое время спустя после предположительно травмирующей ситуации, когда ребенок успокоился и способен взглянуть на происшедшее со стороны, в нашем случае через призму сказочной реальности. Наиболее подходит для такого общения время перед дневным или ночным сном.

«В некотором царстве, в некотором государстве»…Эти слова как будто дают понять, что такая история могла произойти где угодно: может быть, за тридевять земель, а может быть, и совсем рядом. Это будет зависеть от того, насколько близко к себе захочется принять сказочную историю. Определенное место действия психологически отделяет ребенка от событий, происходящих в сказке. Ребенку сложно перенести себя в конкретное место, особенно если он там никогда не был.

Для того чтобы ребенок лучше воспринимал то, что с ним происходит в сказке, можно придумать ритуал перехода в Волшебную страну. Одним из элементов такого ритуала может стать «превращение» ребенка в любого сказочного героя (по его выбору)..

Способ подачи сказочного материала и привлечения ребенка к творческому процессу можно выбрать самостоятельно. Например, рассказывать сказку, задавая включающие вопросы ребенку в пиковых ситуациях: например, как ты думаешь, почему герой поступил так, тебе понравился его поступок, как бы ты поступил на его месте? Можно предложить ребенку сочинить сказку вместе, рассказывая ее небольшие фрагменты по очереди. Также возможен вариант, когда взрослый предлагает ребенку сочинить сказку на заданную тему. Еще одним вариантом сказкотерапевтической работы может стать рассказывание известной сказки от лица различных персонажей.

Таким образом, комбинируя различные приемы сказкотерапии, можно помочь каждому ребенку прожить многие ситуации, с аналогами которых он столкнется во взрослой жизни. И значительно расширить его мировосприятие и способы взаимодействия с миром и другими людьми.

**Структура группового занятия с использованием элементов сказкотерапии**

Занятие состоит из нескольких частей, каждая из которых может быть использована самостоятельно.

**Часть 1.Вводная**

Цель: настроить группу на совместную работу, установить эмоциональный контакт между всеми участниками. Основные процедурные работы - приветствия, игры с именами.

**Часть 2.Рабочая**

На эту часть приходится основная смысловая нагрузка всего занятия. В нее входят элементы сказкотерапии с импровизацией, сказочные этюды, упражнения, игры, направленные на развитие и частичную коррекцию эмоционально-личностной и познавательной сфер ребенка, рисование сказки.

**Часть 3. Завершающая**

Основной целью этой части занятия является создание у каждого участника чувства принадлежности к группе и закрепление положительных эмоций от работы на занятии. Здесь предусматривается проведение какой-либо общей игры-забавы или другой коллективной деятельности.

Поскольку занятия предполагает работу с маленькими детьми, то ведущий должен постоянно следить за тем, чтобы участники занятия были включены в работу, не уставали, не отвлекались. Поэтому каждое занятие обязательно включает в себя процедуры, способствующие саморегуляции детей, а именно:

-упражнения на мышечную релаксацию (снижает уровень возбуждения, снимают напряжение);

-дыхательную гимнастику (действую т успокаивающе на нервную систему);

-мимическую гимнастику (направлена на снятие общего напряжения, играет большую роль в формировании выразительной речи детей);

-двигательные упражнения, включающие попеременное или одновременное выполнение движений разными руками под любую текстовку (способствует межполушарному взаимодействию);

-чтение детских потешек с чередованием движений, темпа и громкости речи (способствует развитию произвольности).

Во время занятий дети сидят в кругу - на стульчиках или на полу. Круг - это, прежде всего, возможность открытого общения. Форма круга создает ощущение целостности, завершенности, придает гармонию отношениям детей, позволяет им ощутить особую общность, облегчает взаимопонимание и взаимодействие. Поскольку эмоции заразительны, коллективное сопереживание усиливает их и позволяет получить более яркий опыт проживания эмоциональных ситуаций.

**Особенности проведения сказкотерапии**

Сказкотерапию проводить лучше в отдельном, небольшом помещении, хорошо освещенном. Для проведения сказкотерапии в помещении не должно быть лишних предметов, атрибутов, отвлекающих внимание детей.

Сказкотерапию достаточно проводить один раз в неделю, 15-20 минут. Регулярность проведения способствует закреплению положительного эффекта в развитии личности и быстрой адаптации к детскому саду. Сказкотерапия проводится по подгруппам. Состав каждой из них не должен превышать 12 человек. Оптимальное количество участников - 8-10 человек. В этом диапазоне эффекты групповой сказкотерапии могут проявляться наиболее ярко. В играх, которые присутствуют в сказкотерапии, должны участвовать дети с разными чертами характера, что динамизирует ход сказкотерапии. Не желательно, чтобы в группе было более одного гиперактивного, раздражительного, склонного к двигательному беспокойству ребенка.

Так как детям нравятся повторения, целесообразно иногда повторять сеансы сказкотерапии. В отдельных случаях временные рамки сказкотерапии могут изменяться. Когда игра эмоционально захватывает детей, взрослый должен предоставить возможность удовлетворить их стремление к активности. Следует уделить больше времени на упражнение в напряжении и расслаблении под музыку. Если у детей возникает утомление, взрослому необходимо прекратить сказкотерапию и плавно переключить внимание на другой вид деятельности: вылепить из пластилина фигурки героев, сделать зарисовки к наиболее ярким эпизодам сказки. Это способствует развитию литературной способности детей.

В дальнейшем применяется сказкотерапия с направленностью на словесное комментирование эмоционально-аффективных ситуаций. Здесь используется большей частью творческие игры с элементами поиска, наиболее подходящего варианта решения проблемы (покажи героя, угадай по движению, ритму, музыке, придумай окончание).

**Куклотерапия как разновидность сказкотерапии**

Куклотерапия наиболее часто используется педагогом в процессе социальной адаптации. Например, педагог берет красивую, нарядную куклу и выходит с этой куклой на встречу ребенку. Начинает общение от лица куклы. «Здравствуй, меня зовут Катя. Я каждый день хожу в детский сад и никогда не плачу. Мне очень нравится здесь. Мы играем, занимаемся, рисуем, поем разные песни, танцуем, ходим в физкультурный зал, гуляем, кушаем. Хочешь поиграть со мной в одну очень интересную игру? Пойдем, не бойся. Я возьму тебя за руку, и мы вместе с тобой пойдем в группу, я покажу тебе где мы играем.

Кукольный персонаж привлекает внимание ребенка и ребёнок открыв, рот слушает и готов пойти за ним. Воспитатель берет ребенка за руку и ведет в групповую комнату. И все также от лица куклы начинает знакомить ребенка с помещением. Затем в процессе наблюдении за детьми в период адаптации выявлется проблема, которая впоследствии устраняется с помощью куклы или другого персонажа, путем обыгрывания этой проблемы. Если ребенок стеснительный, робкий сначала воспитатель сам обыгрывает эту проблему, а потом предлагает ребенку: что бы ты сделал до завтрака, после занятий, на прогулке. При обыгрывании той или иной ситуации, следует учитывать следующее кукла или персонаж должен быть не очень ярким, но привлекать внимание детей, большим, красивым. Обычно воспитатель придумывает мини этюды с похожими проблемами и разыгрывает со всеми детьми от лица той самой куклы или персонажа.

Процесс перехода ребенка из семьи в детское дошкольное учреждение сложен и для самого малыша и для родителей. Ребенку предстоит приспособиться к совершенно иным условиям, чем те, к которым он привык в семье. А это совсем не просто. Возникает необходимость преодоления психологических преград. Выявлены наиболее существенные проблемы, с которыми малыши приходят из дома в ДОУ. Они заключаются в следующем:

**Первая проблема** - у детей, поступающих в детский сад, довольно низок уровень нервно-психического развития. Это связано как с особенностями воспитания в семье, так и с биологическими факторами (течение беременности, родов). Наибольшая задержка проявляется в навыках активной речи, в сенсорном развитии, что отрицательно влияет на дальнейшее становление маленького человека. В дошкольном возрасте отмечается замедленное развитие мышления и речи, внимания и памяти, выявляются невысокие показатели интеллектуальной готовности к школе.

**Вторая проблема** связана с различными отклонениями в поведении детей. Она касается сна, аппетита малышей, гипервозбудимых или малоэмоциональных, неконтактных детей, ребят с проявлениями страхов, энуреза, тиков и т. п. Поэтому важно, чтобы воспитатель имел возможность познакомиться с каждым ребенком, узнать его особенности развития и поведения.

Использование в работе с ребенком детсадовского возраста сказкотерапии дает свои положительные результаты даже при тяжелой адаптации, облегчает его привыкание к новым условиям.

Дети, как и взрослые, все разные. К каждому нужно подобрать свой ключик. Способность ребенка удивляться и познавать, умение находить решение в нестандартных ситуациях - это нацеленность на открытие нового и способность к глубокому осознанию своего опыта (Э. Фромм). Один ребенок более склонен сочинять и рассказывать, другой не может усидеть на месте, и с ним необходимо постоянно двигаться. Третий любит что-то мастерить своими руками; четвертый обожает рисовать… То, как человек рисует, рассказывает, сочиняет, является ключом к познанию его внутреннего мира.

Комбинируя различные приемы сказкотерапии, можно помочь каждому ребенку прожить многие ситуации, с аналогами которых он столкнется во взрослой жизни, помочь адаптироваться в реальных условиях, значительно расширить его мировосприятие и способы взаимодействия с миром и другими людьми.

Сказка - зеркало, отражающее реальный мир через призму личного восприятия. И ее возможности безграничны: в сказке случается все, что не может происходить в реальности, там есть говорящие животные, волшебные палочки, чудесные мельницы... И всегда счастливый конец - она оптимистична, добра и надежна! А слушатель всегда сопричастен с событийным рядом и сущностью происходящего. Он может вообразить себя любым из персонажей, он непременно ощущает и проживает перипетии сюжета, отзывается на них своей душой, оценивает, сравнивает... и обретает возможность понять и принять себя и свое творчество, повысить самооценку и измениться в желаемом направлении. Причем происходит все легко и просто, без видимых усилий, сопротивления ума - играючи!

Через восприятие сказок мы воспитываем ребенка, развиваем его внутренний мир, лечим душу, даем знания о законах жизни и способах проявления творческой силы и смекалки, а также помогаем ему лучше узнать и понять самого себя.

**Сказкотерапия – как метод адаптации детей раннего дошкольного возраста к условиям ДОУ.**

***Адаптация -*** это приспособление организма к новой обстановке, а для ребенка детский садик несомненно является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями.
Адаптация определяется прежде всего как медико-педагогическая проблема, решение которой требует
создания условий, удовлетворяющих потребности детей в общении, тесного взаимодействия между семьёй и  общественным воспитанием, хорошего медицинского обслуживания детей и правильной организации воспитательного процесса (Н.М.Аксарина, А.И.Мышкис).
***Одна из главных задач педагогов и психологов дошкольных образовательных учреждений заключается***в решении вопроса об адаптации детей раннего возраста к детскому саду; в оказании помощи в построении взаимоотношений между детьми, родителями и сотрудниками детского сада.
Поступление ребенка в ясли вызывает, как правило, серьезную тревогу у взрослых. Известно, что изменение социальной среды сказывается и на психическом, и на физическом здоровье детей. Особого внимания с этой точки зрения требует ранний возраст, в котором многие малыши впервые переходят из достаточно замкнутого семейного мира в мир широких социальных контактов. Ребенок младенческого и раннего возраста
менее приспособлен к отрыву от родных, более слаб и раним. Установлено, что именно в этом возрасте адаптация к детскому учреждению проходит дольше и труднее, чаще сопровождается болезнями.
При поступлении в дошкольное учреждение у малышей происходит ломка стереотипов: из знакомой домашней обстановки ребенок попадает в непривычную среду детского сада. Соблюдение режима дня, новые требования, постоянный контакт со сверстниками, совершенно другая обстановка, стиль общения - становятся для малыша источником стрессовых ситуаций. Все эти изменения обрушиваются на ребенка одновременно и могут привести к невротическим реакциям, таким как капризы, страхи, отказ от еды.
***Поэтому в процессе привыкания ребенка к ДОУ используют следующие формы и способы адаптации:***- элементы телесной терапии (объятия, поглаживания);
- исполнение колыбельных песен перед сном;
- релаксационные игры (песок, вода);
- музыкальные занятия и развитие движений;
- сказкотерапия.
Дети раннего возраста очень эмоциональны и впечатлительны. Им свойственно быстро заражаться как положительными, так и отрицательными, эмоциями взрослых и сверстников, подражать их действиям. Эти особенности легли в основу построения цикла занятий для детей раннего дошкольного возраста в период адаптации с использованием метода сказкотерапии.
В науке сказкотерапия – одно из самых молодых направлений практической психологии. С другой стороны, сказкотерапия – это самый древний способ поддержки человека с помощью слова.

«Сказкотерапия» - это процесс образования связи между сказочными событиями и поведением в реальной жизни. Это процесс переноса сказочных смыслов в реальность. Это ещё и терапия средой, особой сказочной обстановкой, в которой могут проявиться потенциальные части личности, нечто нереализованное, в ней проявляется чувство защищённости и тайны.
Сказка раздвигает для ребёнка рамки обычной жизни, она помогает ребёнку не только адаптироваться,
но и способствует его развитию. Только в сказках дети сталкиваются со сложными явлениями и чувствами. Форма изображения этих явлений – особая, сказочная, доступная пониманию ребёнка.

**Методы сказкотерапии используются в коррекционной работе с детьми, а также и в процессе адаптации детей к условиям дошкольного образовательного учреждения.** Психолог предлагает детям работу со сказкой, сочинённой им самим (авторская программа). Работа проводится в песочнице, где разыгрывается сказка, которую ребёнок
сначала видит, слышит, а потом имеет возможность её ощутить (потрогать героев, построить дом и т.п.), кроме этого имеет значение и песок, который заземляет негативную энергию ребёнка и позволяет ему отвлечься от окружающей действительности.
**Цель таких занятий** – оказать помощь в адаптации к условиям дошкольного образовательного учреждения. Этим определяются и основные задачи:
- снятие эмоционального и мышечного напряжения;
- снижение импульсивности, тревоги;
- развитие навыков взаимодействия детей друг с другом;
- развития внимания, восприятия, речи, воображения;
- развитие общей и мелкой моторики, координации движений.
Психолог является непосредственным активным участником занятия – заражает детей своими положительными эмоциями, вызывает желание принять участие в игре, задаёт образцы выполнения действий.
Безусловно, не все дети сразу включаются в процесс и активно в нём участвуют, но на первых порах положительным считается уже то, что ребёнок наблюдает за происходящим, забывая на некоторое время, где он и то, что рядом нет мамы. Психолог же в процессе работы постоянно поощряет спонтанные, живые и естественные реакции детей. Наиболее важным показателем является то, что дети позволяют работать с ними специалисту без родителей, а затем становятся более активными при взаимодействии со взрослым и другими детьми.
Таким образом, использование метода сказкотерапии в работе с детьми раннего дошкольного возраста в период адаптации является весьма эффективным и многофункциональным. Это позволяет педагогам-психологам  использовать этот метод в работе с детьми раннего дошкольного возраста в период адаптации.