

Памятка

«Коррекция детских страхов с помощью сказок»

Советы педагогам:

1. Нельзя оставлять без внимания жалобы малыша, следует относиться к ним с пониманием, каким бы беспочвенным не казался его страх.
2. Следует поговорить с воспитанником о его страхах. Лучше делать это в спокойной обстановке, посадив малыша на колени, или сесть рядом с ним. Беседу следует вести неторопливо и обстоятельно, перечисляя страхи и ожидая ответа "да" – "нет" или "боюсь" – "не боюсь". Повторять вопрос о том, боится или не боится ребенок, надо только время от времени. Тем самым можно избежать произвольного внушения страхов. Во время беседы взрослый должен подбадривать и хвалить ребенка, а также не стоит зачитывать список страхов с листочка.
3. Попробовать переубедить ребенка. Важно не уменьшать страх, не придавая ему значения, не говорить малышу о том, что все это глупости. Надо поделиться с воспитанником своим опытом, рассказать о том, чего вы боялись в детстве и почему, и обязательно о том, как вы перестали бояться.
4. Сочинить вместе с ребенком сказку или рассказ на тему его страха. Конец истории должен быть обязательно о том, как герой побеждает страх.
5. Нарисовать страх – это самый распространенный и действенный метод борьбы с ним. После того как ребенок нарисует, следует сжечь бумажку с рисунком, и обязательно объяснить малышу, что страха больше не существует, что вы его сожгли, и он больше никогда не побеспокоит его. Пепел от сожженной бумажки нужно развеять. Делать все это необходимо вместе с воспитанником, не забывая все время хвалить его, говорить, какой он смелый и большой, какой молодец, что смог победить страх.

6. Использовать игру или инсценировки. Это лучше делать в группе детей. Родители могут закрепить достигнутые результаты дома, повторив задание вместе с ребенком. Но не стоит заставлять детей, это может спровоцировать еще больший страх.

7. Организовать общение ребенка со сверстниками, у которых тоже есть страхи. Малыш будет ощущать моральную поддержку, новые знакомства помогут ему отвлечься от своих мыслей.

8. Все виды коррекции стоит применять в комплексе.

Источники психотерапевтических сказок

Из источника: "Лабиринт души: Терапевтические сказки". Под ред. Хухлаевой О.В., Хухлаева О.Е.

На маленькой полянке

Возраст: 5-10 лет.

Направленность: Низкая самооценка. Чувство неполноценности. Ощущение себя "белой вороной". Зжатость, скованность.

Ключевая фраза: "Я не такой, как все".

«Сказка про ежика Витю»

Возраст: 4-9 лет.

Направленность: Трудности в общении со сверстниками. Чувство неполноценности.

Ключевая фраза: "Я плохой. Со мной никто не будет дружить!"

Сказка про Енота

Возраст: 5-9 лет.

Направленность: Трудности общения со сверстниками. Страх общения.

Неумение устанавливать контакты. Зжатость. Скованность.

Ключевая фраза: "Я не знаю, как подружиться"

Сказка о песике по имени Тобик

Возраст: 5-9 лет.

Направленность: Негативные чувства (ревность, обида и пр.), связанные с рождением младшей сестры (брата). Переживания, связанные с трудностью принятия роли старшего.

Сказка о подсолнечном семечке

Возраст: 3-5 лет.

Направленность: Тревога и беспокойство, связанные с отрывом от матери и вхождением в детский коллектив (детский сад). Страх самостоятельности, общая боязливость.

Ключевая фраза: "Не уходи. Я боюсь!"

Маленький Котенок

Возраст: 5-12 лет.

Направленность: Трудности в общении со сверстниками. Чувство неполноценности. Одиночество. Ощущение себя "белой вороной".

Ключевая фраза: "Я не такой, как они".

На маленькой полянке

Возраст: 5-10 лет.

Направленность: Низкая самооценка. Чувство неполноценности. Ощущение себя "белой вороной". Зжатость, скованность.

Ключевая фраза: "Я не такой, как все".

Мальчик Сережа

Возраст: 5-11 лет.

Направленность: Конфликты с младшей сестрой (братом). Ревность и обида, вызванные рождением второго (младшего) ребенка.

Ключевая фраза: "Мама и папа больше меня не любят"

Сказка о непоседливой Обезьянке

Возраст: 5-9 лет.

Направленность: Неусидчивость. Трудности концентрации и сосредоточения.

Гиперактивность.

Ключевая фраза: "Я не могу усидеть на месте"

Приключения медвежонка

Коллективная сказка детей старшей группы детского сада

Возраст: 4-8 лет.

Направленность: По причине коллективного сочинения сказка поднимает практически весь круг детских проблем.

Сказка о Зайчике, который обиделся на свою маму

Возраст: 4-9 лет.

Направленность: Конфликтные отношения с родителями. Негативные чувства (обида, злость и пр.) по отношению к родителям. Неадекватная реакция на наказание и неодобрение.

Ключевая фраза: "Мама меня совсем не любит! Если бы она меня любила, то не стала бы наказывать"

Мышонок и темнота

Возраст: 5-9 лет.

Направленность: Страх темноты, повышенная тревожность. Ночные кошмары. Общая боязливость.

Ключевая фраза: "Мне страшно!"

Из других источников

В. Шипова "Маленький Кенгуру." (Из сборника "Дорога с облаками")