

## **Использование метода сказкотерапии в работе педагога-психолога по адаптации в первом классе.**

Ребенок идет в первый класс! Какое важное событие в его жизни. Родители как могли, подготовили своего ребенка к школьной жизни, кто-то водил на подготовительные занятия к школе, кто-то занимался сам. Но почти все донесли до детей, что в школе хорошо, интересно, что там у него будет много друзей, в школе добрый и понимающий учитель, который поймет и выслушает, поможет решить все проблемы. Но ребенок часто не умеет строить взаимоотношения со сверстниками, бывает так, что ребенок не знает, как обратиться за помощью к взрослому. Первокласснику трудно соблюдать режим дня школьника, часто самому предстоит сделать выбор, принять правильное решение, а делать это он не умеет.

На своих занятиях по адаптации первоклассников я использую такой метод, как сказкотерапия, этот метод по праву считается как один из самых эффективных. Многие педагоги работают со сказкой, в детском саду встречаются со сказкой практически каждый день. Но педагоги рассматривают сказку как развлекательный вид деятельности, способ расширить кругозор, вынести мораль. Психологи же используют этот метод еще и потому, что он способен спровоцировать мощную и эффективную работу подсознания, помогает решить психологические проблемы, закрепить новые модели поведения. Кто занимается сказкотерапией, знает, как подбирать сказки для решения тех или иных проблем детей. Сказка должна вызывать интерес у ребенка, и конечно у нее должен быть счастливый и оптимистичный конец. Когда мы подбираем сказку или придумываем ее, возраст ребенка настоящего и возраст героя в сказке должен совпадать, должны быть похожи условия сказочного героя и настоящего, такие же проблемы с которыми сталкивается ребенок. Поэтому для занятий с первоклассниками я выбрала сказки М. Панфиловой «Лесная школа», так как в этих сказках можно найти ответы на свои вопросы; через образы лесных учеников, осознавать причины своих волнений. Герои сказок хоть учатся в школе для зверей, но сталкиваются с теми же трудностями, что и ребята в обычной школе. Ученикам лесной школы порой не хочется выполнять правила поведения, соблюдать режим дня, они получают замечания за то, что подсказывали на уроке, они ссорятся, обижаются друг на друга, потом учатся прощать, находят пути примирения. Всего в книге 30 сказок, которые разделены по блокам: сказки для школьной адаптации, сказки об отношении учеников к вещам, сказки об отношениях к урокам и знаниям, сказки об отношении к своему здоровью, сказки о школьных конфликтах.

Мои занятия по сказкотерапии состоит из нескольких этапов: приветствие, ритуал «вхождения» в сказку, чтение и анализ сказки, закрепление (обсуждение, игры, рисунки), ритуал выхода из сказки. Приведу пример приветствия на моем занятии. Все становятся в круг, протягивают руки вперед и соединяют их в центре круга, нужно тихо постоять, пытаюсь почувствовать себя тёплым солнечным лучиком. Обычно я зажигаю волшебную свечу, мы смотрим на горящее пламя, и начинается сказка.

Но только лишь рассказать сказку недостаточно. Нужно обязательно обсудить ее с ребенком, проанализировать плюсы новой поведенческой модели и сделать выводы, но не в коем случае не морализировать. Ребятам предлагается ответить на вопросы: «Кто из героев вам понравился, а кто нет?», «Были ли у вас такие в жизни ситуации?».

Нужно дать возможность ребенку самому на некоторое время стать героем сказки, перевоплотиться в него в своем воображении, тогда он сможет почувствовать и проиграть свои эмоции. Бывает, что дети не готовы к перевоплощению, тогда мы проигрываем эпизоды сказки с помощью кукол или в песочнице, обычно дети это делают с удовольствием, при этом они превращаются в героя сказки, например, в волчонка, который не хотел выполнять домашние задания, а потом исправился. Когда ребенок отождествляет себя с героем сказки, он понимает, что он не один может ошибаться.

Можно предложить детям придумать свой вариант окончания сказки. Для психолога это будет дополнительным диагностическим материалом, а ребенку позволит освободиться от внутреннего напряжения.

Заканчиваем занятие ритуалом выхода из сказки, передаем свечу, проговаривая, что нам понравилось, какие чувства мы испытали, чему научились, гасим свечу: «Раз, два, три, свеча не гори!».

Ритуалы проводятся для того чтобы дети настроились на совместную деятельность, что бы ваше занятие значительно отличалось от других и имело особую ценность в глазах ребят. Ритуалы может предложить психолог, а можно придумать вместе с детьми.

Как показывает практика, занятия по адаптации с включением сказкотерапии дает очень хорошие результаты. У детей снижается уровень тревоги, уходят страхи, повышается самооценка, а значит значительно быстрее проходит адаптация в школе.

Используемая литература:

- М.А. Панфилова « Лесная школа»
- О.В.Хухлаева, О.Е.Хухлаев « Лабиринты души» ( терапевтические сказки)
- Э. Л. Ликсонова, Н.Н. Сашенко, Н. С. Вольферт, Л.В. Михайлова « Воспитание сказкой»