**Сказкотерапия как способ преодоления страхов младших школьников**

**Яковлева Анастасия Николаевна**

**Учитель начальных классов,**

**МБОУ «Школа №21»,**

**Нижний Новгород.**

**Аннотация:** В современной педагогике преодоление страхов младших школьников может осуществляться довольно широким спектром методов. Одним из действенных в педагогической практике можно назвать сказкотерапию, поскольку в указанном возрасте детям довольно сильно отзывается всё, что связано со сказочными историями. Включение указанного метода в программу коррекции страхов детей младшего школьного возраста можно отнести не к традиционному, а креативному решению проблемы, причем на фоне востребованности расширения спектра инструментов снижения уровня тревожности младших школьников созвучно потребностям постоянного совершенствования педагогических программ.

**Ключевые слова:** страхи, тревожность, младшие школьники, сказкотерапия

**Fairy tale therapy as a way to overcome the fears of younger students**

**Yakovleva Anastasia Nikolaevna**

**Primary school teacher,**

**MBOU "School No. 21",**

**Nizhniy Novgorod.**

**Abstract:** In modern pedagogy, overcoming the fears of younger schoolchildren can be carried out by a fairly wide range of methods. Fairy tale therapy can be called one of the most effective in pedagogical practice, since at this age children are quite strongly affected by everything related to fairy tales. The inclusion of this method in the program for correcting fears of primary school children can be attributed not to a traditional, but to a creative solution to the problem, and against the background of the demand for expanding the range of tools to reduce the level of anxiety of younger schoolchildren, it is consonant with the needs of continuous improvement of pedagogical programs.

**Keywords:** fears, anxiety, primary school children, fairy tale therapy

По мнению большинства ученых, исследующих рассматриваемую проблему для избавления от страхов и тревожности, важно осознать их причины и «разрушить их движением навстречу». Такова универсальная психологическая технология совладания со страхами и тревожностью. Для реализации этой технологии необходим достаточно хороший уровень сформированности понятийного мышления, позволяющего классифицировать воспринимаемую информацию на основе родо-видовых связей и причинно-следственных отношений. Очевидно, что для младшего школьника это непосильная задача, т. к. понятийное мышление только начинает формироваться.

Сказкотерапия представляет собой метод, который использует сказочные истории для решения психологических проблем детей обозначенного возраста и помощи в развитии этих юных личностей. В контексте преодоления страхов у младших школьников, сказкотерапия может быть полезной, так как такие произведения позволяют детям в безопасной обстановке идентифицировать и пережить свои страхи через героев сказок. Рассказывая или обсуждая сказки с педагогом, дети могут лучше выразить свои чувства, что способствует преодолению страхов.

Для применения сказкотерапии в процессе преодолении страхов младших школьников можно использовать следующие подходы.

Выбор подходящих сказок.

Педагог выбирает сказки, которые отражают тематику страхов, с которыми сталкиваются дети, чтобы вести дальнейшую работу с ними.

Интерпретация сказок.

Детям предлагается озвучить свое видение сказки, а затем обсуждать их содержание, выявляя аналогии с собственными переживаниями.

Игровые элементы.

Детям можно предлагать играть роли персонажей сказок или даже рекомендовать создавать свои собственные сказки, отражающие страхи, что помогает младшим школьникам дистанцироваться от негатива и осознавать свои чувства как-бы «со стороны».

Творческие задания. Младшим школьникам могут быть предложены задания создать иллюстрации к сказкам или написать продолжения сюжетов, выражая свои мысли в творческой форме.

Обсуждение.

Важно проводить дальнейшие беседы с детьми после работы с сказками, чтобы помочь им обрабатывать свои страхи и не забывать способы их преодоления после того, как урочное время подойдет к концу.

Большое преимущество сказок в этом смысле заключается том, что они способны обойти защитные механизмы психики, так как обращаются к проблемной ситуации ребенка не напрямую, а через метафору. Метафора в самом простом ее объяснении - иносказание (сказка - ложь, да в ней намек добрым молодцам урок). Это всегда трансфер содержательных характеристик с одного объекта на другой[[1]](#footnote-1).

Сказочная форма как вариант метафоры «уводит» сознание через абдукцию от внешней, тревожной реальности к внутренней, благополучной. При этом сказкотерапия - это не просто направление психотерапии, а синтез многих достижений психологии, психотерапии, педагогики и философии разных культур. Сказкотерапия тесно связана с арт-терапией и игровой терапией, гештальт-терапией, психосинтезом, телесно ориентированной терапией, психоанализом, трансактным анализом и гипнотерапией[[2]](#footnote-2).

В процессе сказкотерапии выделяют следующие этапы: спонтанное сочинение и пересказ историй, анализ зашифрованных психотерапевтических посылов метафорического материала и использование сказки как техники психолого-педагогической работы.

Через недирективное внушение зашифрованных моделей поведения, социально желательных убеждений, установок сказкотерапии формируются общечеловеческие ценности, повышение уверенности ребенка в себе, что естественным образом способствует снижению уровня тревожности. Терапирующее воздействие на личность осуществляется на неосознаваемом уровне; осознаваемом и поведенческом[[3]](#footnote-3).

Главным преимуществом такого метода, как сказкотерапия, можно назвать интерес к занятиям с этим методом у детей младшего школьного возраста, поскольку для них прочтение и обсуждение сказок становится скорее интересным занятием, чем уроком, т.е. не воспринимается ни как терапия, ни как образовательная технология, поэтому они готовы выражать свои искренние эмоции в процессе изучения сказок, а значит вероятность точно определить причины тревожности младшего школьника существенно возрастает.

Одной из сложностей использования сказкотерапии для преодоления страхов младших школьников может быть необходимость соответствия выбранных сказок возрасту детей. Некоторые сказки могут содержать слишком жесткие элементы, которые могут вызвать дополнительный страх у младших школьников. Поэтому важно тщательно подбирать материал с учетом возраста и индивидуальных особенностей каждого ребенка.

Также другим проблемным вопросом может быть недостаточная квалификация педагогов в области сказкотерапии, что может затруднить правильное применение этого метода при работе с детьми. Однако, при профессиональном подходе и соответствующей подготовке, сказкотерапия может быть очень полезным инструментом для работы с младшими школьниками в помощи им по преодолению страхов.

Подводя итог, можно резюмировать, что сказкотерапия может быть эффективным инструментом в работе с младшими школьниками, помогая им преодолеть свои страхи посредством использования спектра инструментов по работе со сказочными произведениями, включая игровую терапию, обсуждения и т.д.

**Список литературы**

1. Гулина М. Терапевтическая и консультативная психология. Санкт-Петербург: Питер, 2021.
2. Зинкевич-Евстегнеева Т.Д. Мастер сказок. 50 сюжетов в помощь размышления о жизни, людях и себе для взрослых и детей старше 7 лет. Санкт-Петербург: Речь, 2021.
3. Литвинова Н.Ю. Психологическая коррекция тревожности и страхов младших школьников средствами сказкотерапии / Мир науки, культуры и образования. №. 2023. С.38-40
4. Прихожан, А. М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика [Текст] / А. М. Прихожан. — М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2019. — 304 с.

1. Зинкевич-Евстегнеева Т.Д. Мастер сказок. 50 сюжетов в помощь размышления о жизни, людях и себе для взрослых и детей старше 7 лет. Санкт-Петербург: Речь, 2021. [↑](#footnote-ref-1)
2. Гулина М. Терапевтическая и консультативная психология. Санкт-Петербург: Питер, 2021. [↑](#footnote-ref-2)
3. Литвинова Н.Ю. Психологическая коррекция тревожности и страхов младших школьников средствами сказкотерапии / Мир науки, культуры и образования. №. 2023. С.38-40 [↑](#footnote-ref-3)