

Муниципальное общеобразовательное учреждение
Каменниковская средняя общеобразовательная школа



Программа внеурочной деятельности
«Сказка-терапия»
для обучающихся 1 классов
(духовно-нравственное направление)

Педагог- психолог:
Шляхтина О.Г.

2023- 2024 учебный год

Пояснительная записка

Актуальность программы

Сегодня можно говорить о методе сказкотерапии — методе, который использует сказочную форму для интеграции личности, развития творческих способностей, расширения сознания и взаимодействия с окружающим миром. Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева говорит, что сказкотерапия — это процесс поиска смысла, расшифровки знаний о мире и системе взаимоотношений в нем; процесс образования связи между сказочными событиями и поведением в реальной жизни; процесс переноса сказочных смыслов в реальность; процесс активизации ресурсов, потенциала личности.

Использование сказок берет свое начало ещё из глубины веков — той поры, когда существовало устное народное творчество. Сказки являлись своеобразным инструментом обучения и целительства, средством народной психотерапии задолго до того, как психотерапия получила официальный статус. Тексты сказок вызывают интерес как у детей, так и у взрослых, в них можно найти полный перечень человеческих проблем и способы их решения. Образы сказок обращаются одновременно к двум психическим уровням: к уровню сознания и подсознания, что даёт особые возможности при коммуникации.

Сказочный сюжет помогает переключить недовольство человека с внешних жизненных обстоятельств, которые он не принимает и людей, с которыми не ладит, на описанные в них проблемы, представить себя её активным участником.

На примере героев сказок у человека происходит осмысление собственной жизни. Воздействуя на сознание и подсознание, сказка может помочь ему определить верный путь решения своих проблем.

Мифы и сказки в психологическом, глубинном аспекте исследовали К.-Г. Юнг, М.-Л. фон Франц, Б. Беттельхейм, В. Пропп и др. К сказкам обращались в своем творчестве известные зарубежные и отечественные психологи: Э. Фромм, Э. Берн, Э. Гарднер, А. Менегетти, М. Осорина, Е. Лисина, Е. Петрова, Р. Азовцева, Т. Зинкевич-Евстигнеева и др.

В последние годы М. Эриксон, Н. Пезешкиан и Б. Беттельхейм стали применять сказки и притчи в качестве психотерапевтического вмешательства во внутреннюю картину мира человека для преодоления у него всякой односторонности в сознании. Так, Н. Пезешкиан рассматривает притчи и поговорки как примеры живой образности речи, способствующей разрешению внутриспсихических конфликтов и снятию эмоционального напряжения, изменению жизненной позиции и поведению человека.

Сегодня, в начале третьего тысячелетия, к знаниям, заложенным в сказках, притчах, легендах, историях и мифах, люди тянутся интуитивно.

Выделяют следующие коррекционные функции сказки: психологическую подготовку к напряженным эмоциональным ситуациям, символическое отреагирование физиологических и эмоциональных стрессов, принятие в символической форме своей физической активности.

Учитывая эффективность воздействия сказки на человека, мы разработали программу с использованием психокоррекционных сказок, которые помогают детям младшего школьного возраста в решении проблем во взаимоотношениях с окружающими, так как тексты и образы сказок вызывают свободные ассоциации, которые ребенок проявляет в своих рисунках, отражая тем самым своё отношение к героям сказок и тем событиям, которые описываются в сказке.

Сказки, используемые в данной программе, направлены на развитие личностного роста: понимание, принятие и делание себя; коррекцию поведения и обретение навыков конструктивного общения с окружающими.

Цель данной программы — психокоррекционные занятия с детьми младшего школьного возраста, путём оказания им психологической помощи и поддержки.

Психокоррекционные занятия в данной программе призваны осуществлять психологическую подготовку к напряженным ситуациям, символическое отреагирование физиологических и эмоциональных стрессов, принятие в символической форме своей физической активности.

Цели и задачи программы.

Цель программы:

Обеспечение детям младшего школьного возраста психологической помощи и поддержки в адаптационный период к школьному обучению.

Задачи программы:

- Научить детей рефлексировать свои поступки;
- Осознавать причины своих волнений и тревог через сказочные образы;
- содействовать сплочению класса, формировать дружеские отношения;
- развивать навыки сотрудничества

Этапы реализации программы

Программа рассчитана на 33 часа занятий в 1 классе.

1. *Подготовительный*

Включает в себя изучение научно-методической литературы по вопросам коррекционного развития. Знакомство с новой литературой в рамках сказкотерапии. Отбор методов и приёмов, применяемых в психокоррекционных занятиях.

2. *Диагностический*

Исходным принципом для определения целей и задач коррекционной работы является принцип единства диагностики и коррекции развития. Задачи коррекционной работы могут быть правильно поставлены только на основе диагностики, позволяющей определить причины возникновения психологических трудностей у конкретного ребёнка.

3. *Психооррекционный*

Коррекционно-развивающие занятия проводятся ориентируясь на тематическое планирование занятий по программе, составленной психологом, с учащимися в групповой форме 1 раз в неделю, при этом группа разделена на две подгруппы.

Несмотря на тематику занятия, каждое из них включает в себя упражнения и задания, направленные на:

- создание положительного эмоционального настроения;
- формирование когнитивно - личностных качеств;
- обратная связь;
- сплочение ребят.

4. *Этап итоговой диагностики.*

На этом этапе происходит повторное диагностирование по методикам, используемым в начале года. Сравнение результатов этих диагностик позволяет сделать вывод об эффективности психокоррекционной работы.

Методы работы на занятиях - элементы сказкотерапии и арт-терапии, ролевое проигрывание ситуации, групповая дискуссия, беседа, упражнения на самопознание, релаксационные техники.

Тематическое планирование занятий (34 занятия)

| № п/п | Тема занятия | Кол-во занятий |
|-------|---|----------------|
| 1. | Диагностика «Я в школе». «Я с друзьями». «Моя семья». | 3 занятия |
| 2. | Занятие по сказке «Золотая рыбка». (Цель занятия: Помощь в решении проблем во взаимоотношениях с окружающими, понимании ценности и важности партнёров) | 2 занятия |

| | | |
|------------|---|-----------|
| | по общению). | |
| 3. | Занятие по сказке «Тучка». (Цель занятия: Помощь в осознании ценности членов коллектива, семьи, важность взаимоотношений с ними). | 2 занятия |
| 4. | Занятие по сказке «Котёнок». (Цель занятия: Помощь в изменении стиля взаимоотношений). | 2 занятия |
| 5. | Занятие по сказке « Колючка». (Цель занятия: Помощь в принятии реальности, способствующее раскрытию личностного потенциала и самореализации). | 2 занятия |
| 6. | Занятие по сказке «Ручейки». (Цель занятия: Помощь в преодолении страха для достижения самореализации, обучение методам самопомощи). | 2 занятия |
| 7. | Занятие по сказке « Здоровье и режим» Цель: Помощь родителям в воспитании, установлению режима и сохранению здоровья учеников | 3 занятия |
| 8. | Занятие по сказке «Фонарики». (Цель занятия: Помощь в личностном развитии, изменении мировоззрения и духовном росте человека). | 2 занятия |
| 9. | Занятие по сказке «Госпожа Аккуратность» Цель занятия: формирование аккуратного отношения к вещам, письму. | 1 занятие |
| 10. | Занятие по сказке « Как Ежунька уроки делать научился» (Цель занятия: Помощь в преодолении трудностей в обучении, избавление от тревожности). | 1 занятие |
| 11. | Занятие по сказке « История со счастливым концом » (Цель занятия: Повышение самооценки). | 1 занятие |
| 12. | Занятие по сказке « Широкое небо» (Цель занятия: Повышение уверенности). | 1 занятие |
| 13. | Занятие по сказке « Мишкина помощь» (Цель занятия: Помощь в преодолении трудностей в обучении, избавление от тревожности). | 1 занятие |
| 14. | Занятие по сказке « О школьных | 3 занятия |

| | | |
|------------|---|------------|
| | конфликтах» Цель занятия: коррекция агрессивного поведения, сплочение ребят. | |
| 15. | Занятие по сказке «Ёжики». (Цель занятия: Помощь в налаживании отношений с другими, осознании ценности партнёров по общению и важности взаимоотношений с ними). | 2 занятия |
| 16. | Диагностика «Я в школе». «Я с друзьями». «Моя семья». | 3 занятия |
| | ВСЕГО: | 33 занятия |

Предполагаемые результаты коррекционной работы

- Оказание индивидуальной консультативной психологической помощи родителям по проблемам воспитания ребёнка в семье.
- Снятие психического напряжения детей, психологическая адаптация к обучению;
- Сформированность позиции ученика;
- Сплочение коллектива первоклассников.

Используемая литература:

1. Сказка в тренинге: коррекция, развитие, личностный рост – СПб.: Речь, 2006г.
Стишенок И. В.
2. Русские народные сказки.

