**Волшебный мир детской души**

***Сорокина И.В.,*** *педагог-психолог*

*МБДОУ «ЦРР- Детский сад №8 «Дворец детской радости» г. Чебоксары*

**Аннотация:** данная статья посвящена вопросу коррекции детских страхов с помощью Сказкотерапии.

**Ключевые слова**: Сказкотерапия, волшебный мир, детские страхи.

Сказка с давних времен помогает воспитывать малышей, а в наше время она применяется и в практической психологии, которая включает в себя диагностику, коррекцию, а так же профилактику детских страхов. Ребенок живет в волшебном мире, начиная с 3- 4 лет, для него сказка и фантазия - это единственная возможность испытать всю гамму человеческих эмоций, зачастую противоречивых.

Сказкотерапия - метод, который помогает психологу достичь снижения тревожности и мнительности у детей, преодолеть нарушения самооценки, трудности общения. Но одной из главных задач сказкотерапии, применяемой в работе детского психолога, является устранение страхов ребенка. Страх - это базовая эмоция человека, нашим предкам она помогла выжить, избежав многих опасностей. Он основан на инстинкте самосохранения, имеет защитный характер. В самом общем виде эмоция страха возникает в ответ на действие угрожающего стимула. Страх всегда подразумевает переживание какой-либо реальной или воображаемой опасности.

Важным моментом в сказкотерапии является атмосфера волшебства. Именно в сказке, в понятной для малыша форме, персонажи приобретают положительные или отрицательнее качества. На благородных и не очень поступках ребенок учится сопереживать героям, осознавать, что такое зло, а что такое добро, оценивать ситуацию.

В сказкотерапии используются такие методы как: рассказывание известной сказки с продолжением к ней, сочинение, рисунок известной сказки и его анализ, пересказ и т.д. Для этого необходимо подобрать или придумать сказку, соответствующую страху ребенка, не деля все на «хорошо» и «плохо» и в завершении обязательно проанализировать ее с детьми: «Почему произошли эти события?», «Могло ли что-то измениться в сюжете сказки?»

Существует несколько классификаций страхов:

- страхи бывают *нормативные*, то есть соответствующие определённому возрасту ребёнка. Их действительно перерастают, когда дозревают соответствующие психические процессы.

- бывают страхи*по возрасту*, но количество их зашкаливает. С таким багажом маленькому человеку жить непросто, поэтому не удивляйтесь, если ребёнок просыпается ночью в ужасе и бежит к вам в постель.

Психологи выделяют страхи по возрастам:

- в 2-3 года дети испытывают ночные страхи, боятся животных;

- в 4 года пугаются сказочных персонажей и насекомых;

- в 5-6 лет боятся катастроф, школы, пожаров, несчастий;

- в 8 лет боятся умереть и смерти близких.

Пример сказки для ребенка, испытывающего страх темноты:

**Живой клубочек**.

В одном городе жила маленькая девочка Маша с папой и мамой. Маша очень любила играть в куклы и со своей рыжей кошкой Муркой. Она любила бегать по квартире вместе с Муркой и ловить солнечных зайчиков. Но была в доме одна комната, в которую Маша боялась заходить. Эта комната всегда была закрыта, и в ней было очень темно. А Маша больше всего на свете боялась темноты. Казалось, что это был единственный ее страх. И она всегда обходила эту комнату стороной. Только мама иногда заглядывала в эту комнату, чтобы убраться. Но на время уборке мама отправляла девочку погулять. Вернувшись с прогулки, девочка не могла найти свою любимую кошку и сильно загрустила. Ей было грустно и совсем не хотелось играть. Она думала, что больше никогда не увидит свою любимицу. Даже солнечные блики на окошке не радовали ее.

И вот однажды получилось так, что мама ушла в магазин и Маша осталась дома одна. Маша сначала обрадовалась, что вот она теперь дома главная. Но вдруг она услышала шорох, который доносился из «страшной» комнаты. И Маша очень испугалась, побежала в свою комнату и забилась в угол, вместе со своими куклами. Все стихло, девочка немножко успокоилась. Решила забраться на кровать, ведь там намного удобнее бояться. Только она уселась по удобнее, как дверь приоткрылась, Маша зажмурилась, но услышав знакомое мяуканье, с улыбкой открыла глаза. Ее ЛЮБИМАЯ КОШКА – МУРКА нашлась.

Кошка запрыгнула на кровать, чтобы поласкаться. Девочка крепко обняла свою «пропажу». Но кошка выскользнула из рук, она словно звала девочку за собой. Она вывела девочку за собой и повела дальше по длинному коридору. И вот она прошмыгнула в приоткрытую дверь и исчезла, девочка так обрадовалась появлению своей кошки, что смело прошла за ней в комнату. И очень удивилась - эта комната была совсем не страшной. Все было аккуратно сложено на полках, а в углу она увидела коробку, в которой лежало два клубочка серого и рыжего цветов. Маша с недоумением посмотрела на них, пытаясь понять что это. И заметила, как Мурка подошла к этой коробке и замурлыкала. Как вдруг эти клубочки зашевелились и запищали. Это были маленькие котята, они были смешные и неуклюжие. Маша заулыбалась и присела рядом с этой коробкой. Она еще долго играла с котятами и даже не заметила, как вернулась ее мама из магазина. Она очень удивилась находке дочери.

Теперь Маша не чувствовала уже того страха перед этой комнатой и темнотой. Наоборот, теперь это стало ее открытием. Она поняла, что победила свой страх и нашла новых друзей.

В завершении важно отметить, что сказка помогает удовлетворить психологические потребности ребенка, такие как:

**- быть самостоятельным**- она учит его при помощи героев сказки принимать самостоятельно решения, делать выбор, полагаться на себя и свои силы.

**- быть активным** - персонаж сказки всегда в поиске действий, он куда- то идет, что-то ищет, кому-то помогает, с кем- то борется. То есть он учит ребенка проявлять себя и свою активность в любой ситуации.

**- потребность в социализации** - учит находить общий язык с другими людьми, проявлять внимание, сочувствие и сострадание. Выбирать адекватные способы общения и учитывать интересы других.

Список литературы

# 1. Вачков, И.В. Сказкотерапия. Развитие самосознания через психологическую сказку/ И.В.Вачков. - М.: Просвещение, 1997. – 178с.

# 2. Защиринская, О.В. Сказка в гостях у психологии. Психологические техники: сказкотерапия/ О.В.Защиринская. - М.: Гуманит. изд. ВЛАДОС, 2003. - 123с.

# 3. Соколов, Д.Ю. Сказки и сказкотерапия/ Д.Ю.Соколов. - М.: Эксмо-пресс, 2005. - 224с

# 4. Кудзилов, Д.Б. Психодиагностика через рисунок в сказкотерапии / Д.Б.Кудзилов., Т.Д.Зинкевич-Евстигнеева. - СПб.: Речь, 2003. - 146с.