

КАЗКОТЕРАПІЯ ЯК ЗАСІБ КОРЕКЦІЇ ТРИВОЖНОСТІ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

Карпенко М. С., *mariakarpenko73@gmail.com*
Криворізький державний педагогічний університет

Актуальність. Тривога в адекватній кількості – необхідний і обов'язковий елемент особистісного розвитку. З метою плідної роботи, гармонійного розвитку особистості певний рівень ситуативної тривожності виступає природною і важливою особливістю активної діяльної особистості. У кожної людини існує свій оптимальний або бажаний рівень тривожності, яка можна окреслити поняттям «корисна тривожність». В рамках нашого дослідження вважаємо доцільним зупинитися більш детально на понятті тривожності у аспекті молодшого шкільного віку – вікового періоду, коли спостерігається стрімке формування дитини як особистості. Відтак, вважаємо, що найбільш оптимальним засобом корекції рівня тривоги у молодших школярів є казкотерапія.

Аналіз досліджень та публікацій. Казкотерапія як психологічний засіб знайшов належне віддзеркалення у працях різних дослідників. Відзначимо, що до цього поняття зверталися такі вчені як К.-Г. Юнг, М.Л. фон Франц, Б. Бетельхейм, В. Пропп, Е. Фром, Е. Берн, Е. Гарднер, М. Осоріна, Т. Зінкевич-Євстигнеева, І. Вачков.

Мета публікації – теоретично дослідити та обґрунтувати особливість казкотерапії у процесі корекції тривожності молодших школярів.

Виклад основного матеріалу. Особливість казкотерапії як психокорекційного засобу полягає у тому, що вона сприяє нівелюванню підвищеної тривожності, оптимізації міжособистісних відносин і розвитку комунікативних навичок. Шкільна ж тривожність є порівняно м'якою формою прояву емоційного неблагополуччя дитини. Вона виражається в хвилюванні, підвищеному занепокоєнні в навчальних ситуаціях, в класі, в очікуванні поганого ставлення до себе, негативної оцінки з боку педагогів, однолітків.

Впливаючи на несвідомому рівні, казки вмикають адаптаційні механізми, що допомагають перебороти стрес. Відтворюючи кризові життєві ситуації, казка вчить дитину продуктивно переживати страх й взаємодіяти з страхом, направляючи, проєктуючи його в конкретні казкові образи. Це дозволяє підтримувати необхідну дистанцію стосовно негативних емоцій і зберігати психічну цілісність [1].

Усвідомлення негативних почуттів є першим кроком до керування ними; другий крок – це програвання їх. Проживання небезпечної ситуації у своїй уяві зменшує страхи дитини, підвищує її впевненість у собі та допомагає діяти в житті, зосереджуючись на ситуації, а не на негативних емоціях.

Казка близька дитині по відчуттю світу, бо вона вміщує емоційно-почуттєве сприйняття реальності. Резонанс казки використовує метафоричні ресурси казки та дозволяє людям розвинути самосвідомість і побудувати особливі рівні взаємодії один з

одним. Читання казок, особливо спеціально створених, дає ефект резонансного посилення та допомагає людині перебороти життєві труднощі. Резонанс ідентифікації себе з головним героєм виступає як психологічний механізм змін у відносинах із самим собою [2].

Висновок. Здійснивши аналіз науково-дослідних джерел ми можемо дійти висновку, що казкотерапія є дієвим засобом у корекції тривожності молодших школярів. Її особливість полягає у тому, що казка вмикає адаптаційні механізми, що допомагають перебороти стрес, допомагають пережити дитині тривожність, «побачити» об'єкт тривоги та проаналізувати його. Перспективу подальших досліджень ми вбачаємо у подальшому вивченні особливості впливу казкотерапії як психокорекційного засобу.

Список використаної літератури

1. Туран, Н. К. Влияние тренинга сказкотерапии на уровень школьной тревожности младших школьников. Современная психология: материалы II Междунар. науч. конф. (г. Пермь, июль 2014 г.). Т. 0. Пермь: Меркурий, 2014. С. 36-38.
2. Мікляєва, Г. (2019) «Застосування казкотерапії в діяльності шкільного психолога по забезпеченню психологічного здоров'я молодших школярів», *ПРОБЛЕМИ СУЧАСНОЇ ПСИХОЛОГІЇ*, (20). С. 396-409.

Науковий керівник: Сошина Ю. М. – канд. псих. наук, старший викладач, Криворізький державний педагогічний університет