

## **Психокоррекционная программа, метод сказкотерапия**

### **Я — ЕДИНСТВЕННЫЙ НА ПЛАНЕТЕ**

(Е. В. БЕЛИНСКАЯ)

Коррекционно-развивающая программа для детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста, имеющих негативное самоотношение

#### **Задачи программы:**

- 1) создание доброжелательной атмосферы на занятиях; знакомство с понятиями «жесты», «мимика», «интонация»; развитие интереса к себе;
- 4) развитие вариативности мышления;
- 5) стимулирование творческого самовыражения;
- 6) углубление идентификации себя со своим именем;
- 7) формирование позитивного отношения ребенка к своему «Я»;
- 8) раскрытие своего «Я»;
- 9) формирование умения выражать характер с опорой на художественное изображение;
- 10) закрепление знаний об эмоциях;
- 11) развитие умения выражать свои чувства с помощью изобразительных средств;
- 12) развитие интереса к самому себе;
- 13) повышение самооценки;
- 14) коррекция у детей нежелательных черт характера и поведения;
- 15) развитие внимательности к партнеру, умения соблюдать общепринятые нормы в отношениях между людьми;
- 16) обращение внимания на проблему понимания человека человеком;
- 17) обучение детей способам отреагирования эмоций в конфликте;
- 18) формирование адекватных форм поведения.

Занятия проводятся с детьми старшего дошкольного возраста один раз в неделю.

## **Программа "Коррекция страхов и тревожности у детей дошкольного и младшего школьного возраста"**

Зайцева Наталья Анатольевна, педагог-психолог

### **Задачи программы:**

1. Снизить тревожность.
2. Усилить "Я" ребёнка.
3. Актуализировать чувство страха.
4. Повысить психический тонус ребёнка.
5. Осуществить контроль над объектом страха.
6. Повысить уверенность в себе.

### **Методы и техники, используемые в программе:**

#### 1. Релаксация.

Подготовка тела и психики к деятельности, сосредоточение на своём внутреннем мире, освобождение от излишнего и нервного напряжения.

#### 2. Концентрация.

Сосредоточение на своих зрительных, звуковых и телесных ощущениях, на эмоциях, чувствах и переживаниях.

#### 3. Функциональная музыка.

Успокаивающая и восстанавливающая музыка способствует уменьшению эмоциональной напряжённости, переключает внимание.

#### 4. Игротерапия.

Используется для снижения напряжённости, мышечных зажимов. Тревожности. Повышения уверенности в себе, снижения страхов.

#### 5. Телесная терапия.

Способствует снижению мышечных зажимов, напряжения, тревожности.

#### 6. Арт-терапия.

Актуализация страхов, повышение уверенности, развитие мелкой моторики, снижение тревожности.

Цикл практических занятий 10 занятий.

## **Психокоррекционная программа, метод сказкотерапия**

### **«ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В СКАЗОЧНЫЙ МИР»**

(Ю. С. ШИМАНОВИЧ)

Программа развития творческого потенциала детей старшего дошкольного возраста и младших школьников

#### **Задачи программы:**

- 1) развитие творческого воображения, оригинальности мышления; 2) стимулирование творческого самовыражения;
- 3) стабилизация психических процессов, снятие напряжения;
- 4) развитие уверенности в себе;
- 5) отработка механизмов саморегуляции;
- 6) сплочение детского коллектива.

Занятия проводятся с детьми старшего дошкольного возраста один раз в неделю.