

КАК ИСПОЛЬЗОВАТЬ СКАЗКОТЕРАПИЮ В РАБОТЕ С ПЕДАГОГАМИ

(5 упражнений для снятия психологического напряжения)

Используйте сказкотерапию не только в работе с детьми, но и с педагогами. Благодаря проекции на сказочных героев вы увидите их бессознательные мотивы.

Карта сказочного леса

Цель: провести диагностику межличностных отношений в коллективе, наладить контакт, отработать навыки взаимодействия.

Инструкция: Предложите каждому педагогу выбрать из колоды карточку с названием сказочного животного, которое ему понравилось. Участники приклеивают выбранную карточку на ватмане и обводят ее в рамку. Попросите педагогов «обустроить» жилище для своего животного и нарисовать на ватмане тропинки ко всем остальным. На каждой тропинке участник должен написать, как его животное взаимодействует с другими и в чем ему может помочь каждое из других животных. В конце упражнения обсудите с участниками изображение карты, которая у них получилась. Совместно придумайте название сказочному лесу.

● Медитативное рисование

Цель: провести психологическую разгрузку.

Инструкция: Предложите педагогам вспомнить, какие животные встречаются в сказках. После этого раздайте им карточки, на которых изображены сказочные животные для раскраски. Каждый должен выбрать одно из изображений. Подготовьте акварельные краски, кисточки, темные фломастеры и гелевые ручки. Участникам нужно будет раскрасить красками животное, которое они выбрали. Затем предложите им украсить его узорами в стиле зендудл с помощью фломастеров и гелевых ручек.

● Совместная сказка

Цель: сформировать взаимодействие в коллективе, развить творческое мышление.

Инструкция: Для упражнения «Совместная сказка» необходимо использовать сказочный кубик (рисунок). Чтобы сделать его, вырежьте заготовку из бумаги или картона, на гранях кубика изобразите стрелу, корону, ключ, мешочек, дерево и сундук. Склейте заготовку так, чтобы получился куб. Участники по очереди бросают кубик. Каждый сочиняет одно или два предложения по мотивам изображения. Задача участников – продолжить историю предыдущего рассказчика, сохраняя сюжет. Упражнение длится до тех пор, пока не наступит логический финал сказки, либо вы можете сами завершить историю. По ходу упражнения записывайте сказку, которую сочиняют педагоги, на бумаге от руки либо на диктофон. В конце упражнения прослушайте сказку и проведите шеринг.

Сказочная загадка

Цель: провести диагностику личностных черт, отработать навыки эмпатии.

Инструкция: Разложите перед участниками карточки с названием сказочных животных. Каждый педагог выбирает одну из карточек вслепую. Затем по очереди участники описывают черты характера выбранного животного. Пока один описывает, остальные

отгадывают. Когда животное отгадано, участник называет схожие и противоположные сказочному животному черты своего характера.

● Хранитель мыслей

Цель: провести диагностику профессиональных страхов и скорректировать их.

Инструкция: Предложите педагогам выбрать карточку с названием сказочного животного, который им понравился. Обсудите, чем именно нравится это животное, какие у него есть сильные и слабые стороны в характере. Попросите представить участников, что персонаж стал хранителем их мыслей. Спросите, как он может помогать в работе и от каких профессиональных страхов может освободить или уберечь.

21 животное из сказок и упражнений: 1. Кот 2. Лиса 3. Сова 4. Петух 5. Курица 6. Волк 7. Лягушка 8. Змея 9. Змей Горыныч 10. Конь 11. Коза 12. Свинья 13. Ворон 14. Гусь 15. Лебедь 16. Собака 17. Жар-птица 18. Сокол 19. Медведь 20. Заяц 21. Мышь

Ваш педагог-психолог Юлия Андреевна Свиницкая