

Ігри та вправи на корекцію дитячих страхів



1. Намалюй свій страх.

Дитині пропонують намалювати свій страх на аркуші А4. Коли малюнок готовий, запитайте: «Що ми тепер зробимо з цим страхом?»

2. Вигадуємо історію.

Складіть разом з дітьми історію про чарівну скриньку, в якій лежить те, що перемагає все страхи. Що це може бути? Попросіть дітей намалювати це.

3. Пальчиковий ляльковий театр.

Розіграти сценки, в яких одна з ляльок всього боїться, а інші допомагають їй впоратися зі страхом. Слід питати дітей, які варіанти боротьби зі страхом вони можуть запропонувати, стимулювати, вигадувати як можна більше варіантів.

4. Затоптаний страх.

На підлозі розстеліть три аркуша ватману. В пластикові тарілки налейте фарби. Запропонуйте дитині вступити в фарбу і пройтися по ватману зі словами; «Страх я буду свій топтати, бо відважним хочу стати!»

5. Одним з найефективніших методів, що сприяють корекції страхів дітей дошкільного віку є казкотерапія. Складайте казки з дитиною про її страхи, тривоги і радості. Переписування казки - дитина вибирає для казки такий кінець, який найбільше відповідає її внутрішньому стану. Казкова імідж-терапія - в казковому

образі дитина може зобразити те, чого вона боїться. Казкове малювання - засноване на тематичному малюванні, яке допомагає вивчити внутрішній світ дитини, зрозуміти, що її лякає.