**Бесхмельницына Людмила Юрьевна**

*воспитатель,*

*МБДОУ ДС №27 «Берёзка» г. Старый Оскол.*

**СНЯТИЕ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ**

**ДОШКОЛЬНИКОВ ПОСРЕДСТВОМ КУКЛОТЕРАПИИ**

Непостоянство социальной ситуации, темп, активный ритм современной жизни, неблагоприятная экологическая обстановка негативно влияют на здоровье детей дошкольного возраста. В последние годы увеличилось число детей с отклонениями, носящими психологический характер. Одна из главных причин этого – психоэмоциональное напряжение.

Куклотерапия - это способ, помогающий снижать психоэмоциональное напряжение ребёнка. Одна из основных форм работы, используемая для снятия психоэмоционального напряжения, является *методика драматической психоэлевации* Медведевой И.Я, Шишовой Т.Л. [5, с. 19]. Её основу составляет

комплекс влияний на детей различных театральных приемов: упражнений, игровых заданий, ситуаций, вызывающих трудности в общении, в развитии. Во время работы методом куклотерапии создавались условия, когда каждый ребенок мог говорить при помощи средств искусства о том, что для него было особенно важно.

Куклотерапия - основное средство, побуждающее дошкольника, развивать его сенсомоторику, снимать психоэмоциональное напряжение. В куклотерапии используется такой игровой атрибут, как кукла. Для воспитанника она является близким другом, помощником.

Капшук О.Н. [1, с. 95] предлагает анкетируемому выбрать куклу, которая привлекает его внимание. Выбор атрибута подсказывает взрослому о его проблемах. Более точное определение проблемы помогают манипуляции с персонажем. Педагог, задавая ненавязчивые вопросы, определяет свои дальнейшие действия.

Чтобы развить эмоциональную сферу дошкольника Татаринцева А.Ю. [4, с. 56], рекомендует игру с куклой, изменяющей выражение лица. Ребёнок, глядя на выражение показанной эмоции, выполняет характерные действия. Ребёнок брал куклу, которая соответствовала его настроению, и начинал ею манипулировать, что являлось причиной позитива, эмоциональной и моторной нормальности, коммуникативности.

В работе по коррекции и профилактике психоэмоционального напряжения используются разнообразные приёмы, позволяющие определить настроение персонажа, показать своё, беря за основу сюжеты любимых сказок, сочинять свои. В данном жанре возможно использование авторской разработки, с применением, сделанной своими руками или приобретённой в детском магазине, миниатюрной комнаты. Ребёнок, используя знакомую обстановку, отражает свой опыт на используемом макете, и усваивает технику объяснять свои переживания словами.

Все рекомендуемые формы помогают осмыслить фрагменты жизненных ситуаций.

Кукла также является пособием, обогащающим знания ребёнка в любой деятельности и вызывающим положительные эмоции. Дошкольники узнавали, каким характером обладает используемый герой, анализируя его внешность и поведение. Герои известных произведений способствовали развитию желаний считать, читать, составлять рассказы, дошколята с удовольствием давали советы своим подопечным, как быть в той или иной жизненной ситуации, учили доброте, отзывчивости. Кукла-собеседница заинтересовывала маленьких собеседников, привлекала их, вынуждая к речевому общению. Вызывая позитивные эмоции, она способствовала снятию напряженности у детей.

Кукольный театр – одна из самых самая продуктивных форм куклотерапии. Она возможна как в индивидуальной деятельности, так и в групповой. Готовясь к постановке, участники обдумывают сценарий, готовят атрибуты, учат текст. При этом учитываются индивидуальные особенности и желания каждого. Кукольный театр - самое действенное орудие психокоррекции. Действуя от лица выбранного героя, не боясь уличения, маленький артист получает удивительную альтернативу самовыразиться, приобрести уверенность.

Не менее продуктивным способом для коррекции и снятия психоэмоционального напряжения является изготовление тряпичной куклы. Изготавливая куклу, маленький мастер становиться усидчивым, способным концентрироваться и воображать, это делает его спокойным и уравновешенным.

Оригинальной формой снятия психоэмоционального зажима и робости у маленьких артистов являются танцы с использованием масок. Раскрепощаясь, юный танцор передаёт испытуемое ощущение, выражает образ своего внутреннего «Я».

Таким образом, куклотерапия  не только корректирует поведение дошкольника, но и благоприятствует увлекательным и доступным способом самовыражаться, что помогает маленькому человеку учиться жить в гармонии с окружающим миром, социализироваться.

**Список литературы:**

1. Капшук, О.Н. Игротерапия и сказкотерапия: развиваемся играя/О.Н.Капшук. – Ростов на Дону: Феникс, 2011. - 222 с.

3. Сушкова, И.В., Фаустова, И.В. Психоэмоциональное напряжение у дошкольников: коррекционно-развивающая работа в дошкольных образовательных учреждениях: Учебное издание/ И.В.Сушкова, И.В. Фаустова. – Елец, 2012. – с.152-154

4. Татаринцева, А.Ю. Куклотерапия в работе психолога, педагога и логопеда/ А.Ю.Татаринцева. – Санкт-Петербург: Речь, 2006. – 102 с.

5. Шишова, Т.Л., Медведева, И.Я. Разноцветные белые вороны/Т.Л. Шишова, И.Я. Медведева. - Москва: Семья и школа, 1996. - 272 с.