

Куклотерапия — это эффективный метод психологической коррекции, который помогает детям (в том числе с ОВЗ) выражать эмоции, прорабатывать страхи, развивать коммуникативные навыки и решать внутренние конфликты через взаимодействие с куклами.



1. «Знакомство с куклой»

Цель: Установление контакта, снижение тревожности.

Ход: Ребенку предлагают выбрать куклу и познакомиться с ней:

- Как её зовут?
- Какая она (добрая, грустная, смелая)?
- Что она любит?

Ребенок может говорить от имени куклы, что снижает уровень стресса.

2. «Кукла-защитник»

Цель: Работа со страхами, повышение уверенности.

Ход: Ребенку дают куклу-«супергероя» и просят представить, что она может защитить его от чего-то страшного (темноты, чудовища, громких звуков). Можно разыграть сценку, где кукла прогоняет «страшилку».

3. «Кукла злится»

Цель: Проработка агрессии, обучение безопасному выражению эмоций.

Ход: Взрослый показывает, как кукла злится (топает, кричит в подушку, рвет бумагу), и предлагает ребенку повторить. Затем они вместе придумывают, как кукла может успокоиться (глубоко дышит, считает до пяти).

4. «Две куклы ссорятся и мирятся»

Цель: Развитие навыков разрешения конфликтов.

Ход: Взрослый разыгрывает сценку, где две куклы спорят из-за игрушки, а затем ищут решение (делятся, меняются, играют по очереди). Ребенок присоединяется и предлагает свои варианты.

5. «Кукла грустит»

Цель: Развитие эмпатии, работа с печалью.

Ход: Кукла «рассказывает», что она грустит (потеряла друга, боится нового). Ребенку предлагают её утешить: обнять, сказать добрые слова, нарисовать для неё подарок.

6. «Кукла преодолевает препятствие»

Цель: Формирование мотивации, борьба с неуверенностью.

Ход: Кукла «боится» выполнить задание (перейти через мост, заговорить с другими). Ребенок помогает ей: подбадривает, придумывает «волшебное заклинание» для храбрости.

7. «Кукла меняет настроение»

Цель: Осознание связи между мыслями и эмоциями.

Ход: Взрослый показывает, как кукла сначала думает: «У меня ничего не получится» (грустит), а затем: «Я попробую!» (радуется). Ребенок пробует изменить «мысли» куклы и наблюдает за её эмоциями.

8. «Кукла просит прощения»

Цель: Развитие ответственности, работа с чувством вины.

Ход: Кукла «поступила плохо» (разбросала игрушки, обидела друга). Ребенок помогает ей исправить ситуацию: убрать, извиниться, сделать что-то хорошее.

9. «Кукла в новом месте»

Цель: Адаптация к изменениям (сад, школа, переезд).

Ход: Кукла «пришла в новый класс» и боится. Ребенок предлагает, как ей познакомиться с другими, где найти друзей.

10. «Кукла засыпает»

Цель: Снижение тревожности перед сном.

Ход: Ребенок укладывает куклу спать: включает «волшебную» музыку, рассказывает сказку, делает «дыхательное упражнение» (кукла «дышит» медленно — ребенок повторяет).

Рекомендации:

- Используйте куклы с нейтральной мимикой, чтобы ребенок мог «додумывать» эмоции.
- Для невербальных детей подойдут куклы-перчатки, которых можно двигать без слов.
- Если ребенок стесняется, начните с простых действий (покормить куклу, спрятать её).

Эти этюды помогают мягко прорабатывать психологические трудности через игру. Можно адаптировать сюжеты под конкретные запросы ребенка. ☺