**Сказкотерапия.**

«Сказкотерапия» - является самым древним методом воспитания и учения. Наши предки, занимаясь воспитанием детей, рассказывали им занимательные истории. Не торопясь наказать провинившегося ребенка, они вели рассказ, из которого становился ясным смысл поступка, а многие обычаи предохраняли малышей от напастей, учили их жизни. А сегодня мы говорим, что подобные истории являются не чем иным, как основой сказкотерапии.

 «Сказкотерапия» - наиболее детский метод, потому что она обращена к чистому детскому началу каждого человека. Через сказку мы воспитываем ребенка, развиваем его внутренний мир, лечим душу, даем знания о законах жизни и способах проявления творческой силы, смекалки, добра и любви.

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ СКАЗКИ ДЛЯ НАШИХ ДЕТЕЙ.**

 **НЕМНОГО О СОДЕРЖАНИИ СКАЗОК :**

Все истории, предложенные вашему вниманию ниже, являются проблемно-ориентированными. Иными словами, каждая из них предназначена для решения какой-то одной проблемы или нескольких сразу.

 Это говорит о том, что сказка скорее позволяет ребенку сосредоточиться на решении проблемы, показывает возможность, но не дает жестких рекомендаций..

Безусловно, каждая из этих историй имеет определенную направленность.

 Такая история – это рассказ об определенных ситуациях, схожих с теми, в которые часто попадает ребенок. Также в ней описываются чувства, возникающие у ребенка, которые могут быть связаны с совершенно различными событиями жизни.

**Что могут дать такие истории нашим детям?**

**1.** Они рождают у ребенка ощущение, что вы его понимаете, что вас интересуют его проблемы, что вы «не стоите в стороне», а готовы оказать посильную помощь. Часто реакция ребенка на эти истории может оказаться для него «единственным способом, которым он «откроет» вам свою душу, расскажет о своих трудностях».

**2.** В результате работы с «помогающими» историями у детей формируется «механизм самопомощи». Они усваивают такой подход к жизни: «ищи силы для разрешения конфликта в самом себе, ты их обязательно найдешь и наверняка победишь трудности». Таким образом, они начинают следовать основной идее наших историй: «в сложной ситуации необходимо искать ресурсы внутри самого себя, и это обязательно приведет к успеху»

**3.** Истории представляют детям россыпи возможных вариантов выхода из сложнейших жизненных ситуаций. Они показывают детям, что выход есть всегда, надо только внимательно посмотреть, поискать – и окончание обязательно будет счастливым.

Любая история будет полезна каждому ребенку.

**КАК ИСПОЛЬЗОВАТЬ СКАЗОЧНЫЕ ИСТОРИИ?**

Самый простой и естественный способ – чтение ребенку вслух.

Даже, если ребенок прекрасно читает, важно, чтобы это делали вы.

Если же вашему ребенку 12 и больше лет, к тому же он мальчик, вам придется выучить эту историю наизусть и очень умело «ввернуть» как-бы просто, вообще не показывая того, что вас вообще интересует его (ее) реакция.

Вернемся к детям младшего возраста. Читая сказку, необходимо внимательно смотреть за тем, как он слушает. Если беспокойный обычно ребенок замер - это говорит об актуальности темы сказки. Если спокойный ребенок начинает вертеться - значит, либо тема абсолютно незначимая, либо сказка по форме трудна для понимания. Может еще быть третий вариант – тема «болезненная» настолько, что даже упоминание о ней совершенно в ином контексте приводит к отторжению. Однако здесь за невниманием ребенка легко разглядеть высочайшее внутреннее напряжение, связанное с любыми разговорами на данную тему.

В процессе чтения можно просить ребенка высказывать свое мнение относительно течения сказки. Может быть, он что-то добавит (например, на что еще обиделся мишка), что-то наоборот изменит, выскажет свое мнение по поводу действий героев и сюжета.

Вне зависимости от активности ребенка во время чтения, закончив, необходимо обсудить сказку. Здесь уже ваши возможности безграничны,- спрашивайте все, что вам придет в голову, делитесь своими мыслями и чувствами с ребенком. В качестве основы для обсуждения можно использовать примерные вопросы, приведенные после каждой истории.

Однако необходимо соблюдать два основных правила:

- ребенок должен иметь возможность сказать все, что он думает. Это значит, что вы не оцениваете ни единого слова из того, что он говорит.

- подталкивая ребенка на обсуждение истории, высказывая свое мнение, нужно по возможности отдавать «бразды правления» в этом разговоре ребенку. Слушайте его. Лучше всего если он будет сам задавать вам вопросы, а вы будете искренне на них отвечать.

После обсуждения можно попросить его нарисовать рисунок, иллюстрирующий эту сказку. Наилучшим вариантом будет, если и вы нарисуете свой рисунок на эту сказку.

Рисование является важным закрепляющим фактором, а также при необходимости расслабляет и успокаивает ребенка, снимая напряжение, вызванное обсуждением проблемы.

После рисования (не обязательно в этот же день) Можно завтра или послезавтра, предметом обсуждения может стать уже сам рисунок.

Содержание его рисунка может вам много рассказать, вы можете обсудить именно тот момент, который он изобразил на рисунке - это наиболее важно.

Возможно, вас поразит, что ребенок создал рисунок, не совсем «правильно» иллюстрирующий сказку. Это нормально - так он выделяет наиболее значимые моменты и вносит коррективы в саму сказку, а также выражает свое отношение к сюжету.

**Итак, что же в результате?**

Вы прикладываете массу усилий, а ребенок никак не становится таким, как вы хотите.

Все верно, ребенок станет таким, каким ему нужно стать, вследствие его особенностей, характера, его неповторимой личности.

И в том, что он не собьется на этом тернистом и скользком пути, не упадет в коварную трещину, вы можете быть уверены.

Почему?

Потому, что именно вы даете ребенку ту поддержку, которая ему необходима и которую кроме вас не может дать никто.

**СКАЗКА 1.**

**«КАК КЕНГУРЕНЫШ СТАЛ САМОСТОЯТЕЛЬНЫМ.»**

**Возраст**: 2-5 лет

**Направленность**: Страх расставания с мамой, переживания, тревога, связанные с одиночеством.

**Ключевая фраза**: «Не уходи, я боюсь один.»

Жила-была большая мама-Кенгуру.

И однажды она стала самой счастливой Кенгуру на свете, потому что у нее родился маленький Кенгуреныш. Поначалу Кенгуреныш был очень слабеньким, и мама  носила его в своей сумочке на животе. Там, в этой маминой сумочке, Кенгуренышу было очень уютно и совсем не страшно. Когда Кенгуреныш хотел пить, мама поила его вкусным молоком, а когда хотел поесть, мама-Кенгуру кормила его кашкой с ложечки. Потом Кенгуреныш засыпал , и мама могла в это время убираться в доме или готовить еду.

Но иногда маленький Кенгуреныш просыпался и не видел рядом мамы. Тогда он начинал очень громко плакать и кричать до тех пор, пока мама не приходила к нему и не клала его опять в свою сумочку. Однажды, когда Кенгуреныш вновь заплакал, мама попыталась положить его в свою сумочку; но в сумочке оказалось очень тесно и ножки Кенгуреныша не помещались. Кенгуреныш испугался и заплакал еще сильнее: он очень боялся, что теперь мама уйдет и оставит его одного. Тогда Кенгуреныш изо всех сил сдался, поджал коленки и пролез в сумочку.

Вечером они с мамой пошли в гости. В гостях были еще дети, они играли и веселились, звали Кенгуреныша к себе, но он боялся уходить от мамы и поэтому, хотя ему и хотелось пойти поиграть со всеми, он все-таки просидел все время в маминой сумочке. Весь вечер к ним с мамой подходили взрослые дяди и тети и спрашивали, почему такой большой Кенгуреныш боится оставить маму и пойти играть с другими ребятами. Тогда Кенгуреныш совсем испугался и спрятался в сумочку так, что даже головы не было видно.

Днем за днем в маминой сумочке становилось все теснее и неудобнее. Кенгуренышу очень хотелось побегать по зеленой полянке возле дома, построить куличики из песка, поиграть с соседскими мальчишками и девчонками, но так страшно было уходить от мамы, поэтому большая мама-Кенгуру не могла оставить Кенгуреныша и сидела с ним все время.

Однажды утром мама-Кенгуру ушла в магазин. Кенгуреныш проснулся, увидел, что он один, и заплакал. Так он плакал и плакал, а мама все не приходила.

Вдруг в окно Кенгуреныш увидел соседских мальчиков, которые играли в салки. Они бегали, догоняли друг друга и смеялись. Им было очень весело. Кенгуреныш перестал плакать и решил, что он тоже сможет сам, без мамы умыться, одеться и пойти к ребятам. Так он и сделал. Ребята с радостью приняли его к себе в игру, и он бегал и прыгал вместе со всеми. А вскоре пришла мама и похвалила его, что он такой смелый и самостоятельный.

Теперь мама может каждое утро ходить на работу и в магазин – ведь Кенгуреныш уже совсем не боится оставаться один, без мамы. Он знает, что днем мама должна быть на работе, а вечером она обязательно придет домой, к своему любимому Кенгуренышу.

**Вопросы для обсуждения:**

- Чего боялся Кенгуренок? Ты боялся того же? Почему теперь Кенгуренок не боится остаться один, без мамы?

**СКАЗКА 2.**

**«СЛУЧАЙ В ЛЕСУ»**

**Возраст**: 3-6 лет

**Направленность**: Неуверенность в себе. Тревожность. Страх самостоятельных
действий.

**Ключевая фраза**: «У меня не выйдет!»

В одном лесу жил маленький Зайчонок. Больше всего на свете ему хотелось быть сильным, смелым и сделать что-нибудь доброе, полезное для окружающих. Но на деле у него никогда ничего не получалось. Он всего боялся и не верил в себя. Поэтому все в лесу прозвали его «Зайчишка-трусишка». От этого ему становилось грустно, обидно, и он часто плакал, когда оставался один.

Был у него один-единственный друг-Барсучонок.
И вот, как-то раз они вдвоем отправились играть к реке. Больше всего им нравилось догонять друг друга, бегая через небольшой деревянный мостик. Первым догонял Зайчонок. Но когда Барсучонок пробегал по мосту, одна доска вдруг сломалась и он упал в реку. Барсучонок не умел плавать и стал барахтаться в воде, прося о помощи.

А Зайчонок, хотя и умел немного плавать, но очень испугался. Он бегал по берегу и звал на помощь, надеясь, что кто-нибудь услышит и спасет Барсучонка. Но никого поблизости не было. И тогда Зайчонок понял, что только он может спасти своего друга. Он сказал себе: «Я ничего не боюсь, я умею плавать и спасу Барсучонка!» Не думая об опасности, он бросился в воду и поплыл, а потом вытащил своего друга на берег. Барсучонок был спасен!

Когда они вернулись домой и рассказали про случай на реке, никто сначала не мог поверить, что Зайчонок спас своего друга. Когда же звери убедились в этом, то стали хвалить Зайчонка, говорить, какой он смелый и добрый, а потом устроили большой веселый праздник в его честь. Этот день для Зайчонка стал самым счастливым. Все гордились им и он сам гордился собой, потому что поверил в свои силы, в то, что способен делать доброе и полезное.

Он на всю жизнь запомнил одно очень важное и полезное правило: «Верь в себя и всегда и во всем полагайся только на свои силы!» И с тех пор больше никто и никогда не дразнил его трусишкой!

**Вопросы для обсуждения**

- Почему Зайчонку было плохо и грустно?

- Какое правило запомнил Зайчонок? Согласен ли ты с ним?

**CКАЗКА 3.**

**"РЫЦАРЬ И ТЕМНОТА**."

**Возраст**: 6-10 лет.

**Направленность:** Страх темноты. Тревожность, общая боязливость.

**Ключевая фраза:** «В темноте живет страшный…!»

Жил на свете Рыцарь

С собачкою своей,

На солнечной полянке

Всегда играл он с ней.

Они давно дружили

И знали все вокруг

О том, что Жужжа лучший

У Рыцаря был друг.

Везде, всегда и всюду

Их видели вдвоем,

Друг другу помогали

Они всегда во всем.

А жили они в замке

На солнечном холме,

Поэтому никто там

Не знал о Темноте.

Ведь днем светило солнце,

А ночью свет луны.

И в городских оконцах

Всегда цветы цвели.

Однако каждый в замке

С рожденья знал о том,

Что есть одна загадка

В пещере под холмом.

Что в той пещере, в гроте

(В народе слух ходил),

В покрытом мхом болоте

Жил страшный Крокодил.

И каждый, кто пытался

Хоть раз пойти туда,

Уже не возвращался

Обратно никогда.

Но вот однажды Жужа,

Играя с мотыльком,

Нечайно забежала

В тот грот, что под холмом.

Заплакал бедный Рыцарь:

Он друга потерял!

Весь день и даже ночью

Собачку он искал.

Он обошел весь замок,

Но Жужжу не нашел.

Никто при этом в замке

На помощь не пришел,

Никто не соглашался

Спуститься с ним с холма:

Все люди говорили,

Что их проглотит тьма.

Все головой качали,

На рыцаря смотря,

Ему в ответ бросали:

«Туда идешь ты зря.

Давно твою собачку,

Наверно, проглотил

Тот темный повелитель

–Ужасный крокодил».

И как не умолял он их

В пещеру с ним пойти,

Никто из них не думал

Помочь ему в пути.

Пугала неизвестность

И слово «Темнота»,

Которую не видел

Никто так никогда.

И вот, когда наш Рыцарь

Надежду потерял,

Волшебник, живший в замке,

Его к себе позвал.

Сказал ему Волшебник:

«Чтоб друга отыскать

Не должен ты, мой мальчик,

Людей на помощь звать.

Лишь только сам отыщешь

Ты друга своего.

При этом ты не должен

Бояться ничего.

А если побоишься

Ты страшной Темноты,

То знай: нигде на свете

Не сыщешь друга ты».

Послушавшись совета,

Не стал наш Рыцарь ждать

Ив темную пещеру

Отправился искать.

Был полон разных звуков

Ужасный этот грот,

И Рыцарь сразу вспомнил,

Что говорил народ.

Повсюду паутина

Цеплялась за него,

И было совершенно

Не видно ничего.

Он шел и спотыкался,

Колени все разбил,

Везде ему мерещился

Огромный крокодил.

Хотел вернуться Рыцарь,

Он убежать хотел,

Но бросить друга в гроте

Наш Рыцарь не сумел.

И вдруг из полумрака,

Как чудо впереди

Увидел бедный Рыцарь

Прекрасные огни.

Он подошел поближе –

И прямо перед ним

Возник прекрасный замок

С названьем «ТЕМНОРИМ».

Неведомые птицы

Кружили в вышине,

Росли грибы-гиганты

(Как 10 в ширине).

Там не было болота,

Кругом цветы цвели

Необычайно новой,

Неведомой красы.

А на большой поляне

Наш Рыцарь увидал,

Как Крокодил с Собачкой

Под ручку танцевал.

Обрадовалась Жужжа,

Что друг ее нашел,

Что он сквозь мрак и ужас

За нею в грот пошел.

Затем она сказала,

О том, что Крокодил

Не страшный, не ужасный –

Он просто здесь один.

Ведь люди все бояться

В тот грот к нему идти,

Хотя так много нового

Могли бы здесь найти.

А Крокодил не может

Свой замок оставлять,

Ведь должен, по преданью,

Его он охранять.

Тогда наш Рыцарь понял:

На свете всей страшней

Не темнота, не холод,

А нет когда друзей!

И с той поры с Собачкой

В пещеру он ходил.

И очень счастлив, радостен

Был этот Крокодил.

Сильнее становилась

Их дружба с каждым днем.

И даже когда Рыцарь

Стал главным Королем,

Без страха с верным другом

Он заходил в тот грот,

Хоть до конца не понял

Их дружбы тот народ.

**Вопросы для обсуждения:**

- Чего боялись люди в Темноте?

- Что послужило причиной того, что Рыцарь отправился в путь?

- Было страшно Рыцарю? Почему он не повернул назад?

- Какой оказалась «страшная» Темнота?

- Что помогло Рыцарю увидеть, что Темнота не такая страшная, как казалась?