# Консультация для родителей

Сказкотерапия ЭТО психологической коррекции, метод помогающий развитию гармоничной личности решению И Инструментом данной терапии выступает индивидуальных проблем. позволяющая на примере героев проследить особенности поведения и поступков, разобрать конкретную жизненную ситуацию. обособленно сказкотерапия Использоваться начала относительно быстро нашла большое число поклонников профессиональных психотерапевтов и родителей. Суть метода такова: переживание конфликта происходит при помощи системы заместителей – сказочных персонажей, на месте которых ребенок (или взрослый) начинает представлять себя. Значим также и сюжет. За счет своей метафоричности сильнейшим сказка становится развивающим психотерапевтическим средством. Проживая вместе с персонажами определенные события, малыш учится понимать их смысл и значение.

Сказки — отличный способ победы над фобиями, помогут они и привить необходимые для полноценной жизни навыки, дадут возможность разобраться с тем, что есть добро, а что — зло, раскрыть индивидуальность собственной личности, преодолеть жизненные трудности. И, что самое удобное, использовать такой метод могут родители, даже не имея профессионального образования.

## СОВЕТЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

При правильном подходе при помощи сказок можно решить такие проблемы: лень; неаккуратность; обман; агрессия; нежелание ходить в садик. В случае серьезных фобий или появления нового члена семьи лучше воспользоваться помощью профессионала. Рассмотрим, как дома мама может использовать элементы терапии сказками для ребенкадошкольника. Зачастую малышу мало просто послушать текст сказки. Важно, чтобы родители обсудили его с ним, помогли разобраться в тех уроках, которые дают сюжет и герои. Размышляя с сыном или дочерью над каждой прочитанной сказкой, можно сформировать у них так называемый «банк жизненных ситуаций» — то есть того, как можно и нельзя поступать в различных случаях. Чем чаще подобные обсуждения будут происходить, тем быстрее ребенок получит необходимый жизненный опыт. Тем самым родители подготовят его к самостоятельной дальнейшей жизни, помогут сформировать систему ценностей.

#### СТРУКТУРА

При проведении сказкотерапии должны присутствовать следующие элементы:

-ритуал погружения, помогающий создать необходимое настроение. Это может быть прослушивание веселой мелодии, любимой ребенком. Знакомство с текстом. Желательно, чтобы мама рассказала

сказку, если такой возможности нет – допустимо выразительное чтение или прослушивание аудиозаписи с профессиональными дикторами.

- **-обсуждение.** Беседа об услышанном, позволяющая понять урок текста, оценить поступки персонажей, выявить причинно-следственную связь «поступок-последствие».
- -арт-терапевтический элемент. Рисование героев, создание сказочного мира в песочнице. Лучше всего использовать любимый ребенком вид деятельности.
- **-ритуал выхода.** Закрыть глаза, сосчитать вслух до трех и покинуть сказочный мир, оказаться в реальном.
- -подведение итогов. На этом этапе очень важно избегать использования нравоучений со стороны взрослого, навязывание «правильной позиции». Структура не является обязательной.

## Сказкотерапия для детей 4-5 лет

В этом возрасте дети начинают ощущать себя как отдельную личность. У них могут появиться капризы, истерики, ночные страхи. Со всеми этими проблемами поможет справиться лечение сказками.

## Сказка о солнышке – для гиперактивных и капризных детей.

В далекой-далекой галактике, за много миллионов световых лет от нас живет семья Солнышек. Большое Солнышко - папа, меньшее Солнышко - мама, небольшое Солнышко - сынок и крошечное Солнышко - дочь. Все они живут дружной семьей. Вместе читают, придумывают странные истории.

Каждый из них с самого рождения имеет свою работу, которую выполняет постоянно без перерывов и отпусков - они освещают и греют планеты, которые вращаются вокруг каждого. И все бы ничего, да Солнышко-сынок славился своей капризностью: капризничает, говорит «не хочу», «не буду» ...

А у тебя такое бывает?

Мама с папой не знают, что делать, как растолковать сыну, что такое поведение не подобает Солнышку, потому что быть Солнышком - это большая честь, но в то же время и большая ответственность-ведь от тебя зависит жизнь на планетах. Там, где есть ответственность, нет места вредности.

Капризничал Солнышко-сынок и сегодня:

- Не хочу светить справа, не хочу стоять на одном месте так долго, не хочу так рано вставать ... Возьму и не буду светить на планету Кипрана, где обитают живые существа. Отвернусь!

И отвернулся Солнышко-сынок от кипрян, и стало там темно-темно. Все жители испугались. Что же с ними будет дальше? Если солнышко не светит, то не растут растения, овощи и фрукты, а когда нет урожая, то нечего и кушать. А без пищи, как известно всем, живое существо умирает. Начали плакать маленькие детки - кипряне, потому что, они очень боялись темноты-

казалось, что на них нападут монстры или что-то страшное. Но они не знали, что на самом деле почти все монстры тоже боятся темноты.

Кипряне не стали ждать смерти, собрали всех на совещание и начали рассуждать о том, как им дальше жить и что делать, чтобы Солнышко-сынок снова светило на их планету. Странные существа эти кипряне. На подбородке у них были выпуклые глаза, нос дышал и нюхал на животе, а рот разговаривал и ел на спине. И решить проблему они думали так: надо снять на видеокамеру просьбу к Солнышку. Для этого взяли последние фонари, собрали детей и все вместе рассказали Солнышку-сыну, как им без него тяжело жить. Дети, плача, рассказали о своих страхах. Затем, самые смелые запустили ракету и полетели к Солнышку. Летели несколько дней, чтобы передать просьбу.

Солнышко-сынок просмотрел запись (он любил смотреть мультфильмы), но эта запись оказалась печальной. Солнышку стало стыдно за свое поведение и капризы. Он даже расплакался вместе с детьми - кипрянами, которые так боялись темноты.

С тех пор Солнышко-сынок светил на все планеты в своей системе и не капризничал, а слушался папу и маму.

Какой молодец Солнышко-сынок!

А ты тоже не капризничаешь и слушаешься родителей?