**Сказкотерапия???**

"Маленькие детки - маленькие бедки" - гласит народная мудрость. Действительно, чем взрослее становятся наши дети, тем больше появляется у них взрослых проблем. Подрастающего ребёнка часто одолевают всевозможные страхи, печаль, гнев и раздражение. Что является причиной этого беспокойства, порой не понимают ни сами дети, ни их родители. Что же делать в таком случае? Как помочь своему ребёнку? Возможно, стоит обратиться к знатокам человеческой души - психологам? Грамотное психологическое консультирование поможет родителям подобрать ключик к внутреннему миру их малыша. Сегодня на вооружении психологов есть множество методов, помогающих решить проблемы ребёнка самым приятным для него способом. Один из главных таких способов это арттерапия - лечение искусством. Для малышей лучше всего подойдут такие виды арттерапии, как цветотерапия (лечение цветом), музыкотерапия (лечение мелодией), игротерапия (использование игры, как способа решения психологических проблем ребёнка) и, конечно же, сказкотерапия - метод, позволяющий работать с детьми и взрослыми через сказку.

**Что такое сказкотерапия?**

Сказкотерапия - пожалуй, самый детский метод психологии, и, конечно, один из самых древних. Ведь ещё наши предки, занимаясь воспитанием детей, не спешили наказать провинившегося ребенка, а рассказывали ему сказку, из которой становился ясным смысл поступка. Сказки служили моральным и нравственным законом, предохраняли детей от напастей, учили их жизни. Зная, как сказка влияет на жизнь человека, можно очень многим помочь своему ребёнку. У него есть любимая сказка, которую он просит почитать вновь и вновь? Значит, эта сказка затрагивает очень важные для ребёнка вопросы. Посоветуйтесь с психологом. Сеансы сказкотерапии помогут вам понять, что привлекает ребенка в сюжете этой сказки, какой из героев нравится ему больше всех, почему он выбирает именно эту сказку. Со временем пристрастие ребенка к той или иной сказке меняется, и это означает, что малыш растет, развивается и ставит перед собой новые жизненные вопросы. Исследования психологов показывают, что в любимых сказках запрограммирована жизнь ребенка. "Скажи мне, какая твоя любимая сказка, и я скажу кто ты" - так перефразировали известную пословицу психоаналитики. Родители могут освоить сказкотерапию и самостоятельно, но психологическое консультирование, всё равно, не помешает. Для мягкого влияния на поведение ребенка психолог подбирает специальные сказки. Сказки для сказкотерапии подбираются разные: русские народные и авторские, специально разработанные психокоррекционные и медитативные сказки, и многие другие. Часто психолог предлагает малышу сочинить сказку самостоятельно. Сочинение сказок ребёнком и для ребёнка - основа сказкотерапии. Через сказку можно узнать о таких переживаниях детей, которые они сами толком не осознают, или стесняются обсуждать их со взрослыми. Через сказку можно, например, узнать об отношении ребенка-дошкольника к разводу родителей.

**А всем ли полезна сказкотерапия?**

Да, сказкотерапия полезна всем. Есть специальные лечебные сказки не только для маленьких детей, но и для подростков и взрослых. Сказка поможет решить многие психологические проблемы. Не надо только считать ее спасением от всех бед. Это не чудодейственное лекарство, помогающее за один прием, а долгая, упорная работа, эффект от которой будет виден со временем, но обязательно будет. Конечно, у сказкотерапии есть специальные условия при работе с детьми: ребенок должен чётко представлять то, что существует сказочная действительность, отличная от реальной жизни. Навык такого различения, обычно, появляется у ребенка к 3,5-4 годам, хотя, конечно, в каждом конкретном случае важно учитывать индивидуальные особенности психического развития ребенка.

**Как сочинить лечебную сказку?**

Прежде чем самостоятельно заниматься сказкотерапией, родителям следует почитать книги по этой методике, или пройти курс психологического консультирования, где специалисты научат, как правильно самим сочинять сказки. Если вы заметили, что у вашего ребёнка есть какая-то эмоциональная проблема (например, он раздражителен, груб, капризен или агрессивен), нужно придумать сказку, где герои, их похождения и подвиги будут помогать вашему малышу эту проблему решить. Сначала, мы описываем героя, похожего на ребенка по возрасту и характеру (придуманная нами сказка может даже начинаться со слов: "Жил-был мальчик, очень похожий на тебя..."). Далее, показываем жизнь героя в сказке так, чтобы ребенок сам увидел сходство со своей жизнью (ведь сказкотерапия - это индивидуальные сказки для конкретного человека, надо чтобы малыш мог видеть в главном герое себя). Затем, выдуманный нами герой попадает в проблемную ситуацию, похожую на реальную ситуацию ребенка (он тоже чего-то боится, чувствует себя одиноким и. т. п.) и приписываем герою все переживания малыша (конечно, по сюжету должно появиться много возможностей и способов для преодоления этих препятствий). Потом, сказочный герой (а с ним и ребёнок) начинает искать выход из создавшегося положения и, конечно, находит его. Художественные сказки тоже очень полезны. Например, ребёнку, любящему приврать по пустякам, стоит почитать сказку "Заяц-хвастун", легкомысленному и шаловливому "Приключения Незнайки", эгоистичному и жадному малышу будет полезно послушать сказку "О рыбаке и рыбке", а робкому и пугливому - "О трусливом зайце". В этом случае не стоит явно указывать на сходство героя с ребёнком - малыш сделает выводы сам. Просто обсудите сказку вместе. Здесь придут на помощь почти все методы арттерапии: цветотерапия (можно рисовать свои впечатления от сказки), игротерапия (придумать игру по сказке или инсценировать любимый отрывок), и даже музыкотерапия (подобрать мелодии подходящие по настроению тому или иному сюжету). Это поможет малышу лучше усвоить извлеченный из сказки опыт, а родителям - лучше понять своего ребенка.

**Когда жизнь становится сказкой**

Формы работы со сказкой также многоцветны и разнообразны, как сама жизнь. Абсолютно всё, что нас окружает, может быть описано языком сказок. Если родители смогут правильно использовать все возможности сказкотерапии, то окажут своим детям неоценимую помощь. Во-первых, ребенок будет знать, что родителям небезразличны его проблемы. Во-вторых, он сможет усвоить такое жизненное правило: " нужно искать силы для преодоления трудностей в себе самом". В-третьих, сказки показывают, что безвыходных ситуаций не существует, выход всегда есть - надо только его поискать. А ещё "походы" в сказочный мир разовьют воображение ребёнка, научат свободно, не страшась опасностей, импровизировать, дадут ему чудесное умение использовать для решения проблем волшебную силу творчества!