***Сказкотерапия.***

Сказкотерапия – это форма познания и лечения души, как и любая другая психотерапия. Сказкотерапия исследует сказки как форму существования и проявления психических процессов и создает сказки, благотворно влияющие на психику.

Сказкотерапия концентрирует свое внимание на сюжетности психических процессов, то есть на происходящих с душою историях. Эти истории архетипичны, то есть универсальны для людей любых культур и времен. Сказкотерапия исходит из того, что бессознательное развивается и проявляет себя по определенным схемам, количество возможных вариантов которых довольно ограничено и познаваемо. Эти схемы очень удобно изучать в форме сказок. В этом смысле Сказкотерапия является формой глубинной психотерапии, хотя по своей доступности и универсальности она вполне применима для задач “поверхностных” и “текущих”.

Стоит только сказать «Жили-были» или «В некотором царстве – в некотором государстве», как уже ясно, что начинается сказка.

А что такого в этих простеньких словах? – В них заключена таинственная формула, безотказно формирующая пространственный интерес на протяжении тысячелетий, задолго до появления модного ныне нейро-лингвистического программирования. И вряд ли случайность, что одна из самых первых книг родоначальников НЛП называется вовсе по-сказочному: «Из лягушек в принцы»!

Многовековая народная мудрость богаче любой авторской теории, а сказкотерапия базируется на неисчерпаемом богатстве этой мудрости и безбрежном потенциале психологических возможностей.

Простой пример: «Посадил дед репку. Выросла репка большая-пребольшая…» Почему-то ни слова о том, как ее поливали, пололи и т.д. Знаете, почему? Эта репка САМА ВЫРОСЛА. И сказка говорит о том, что стоит лишь начать дело, как оно пойдет, и удача непременно улыбнется! – На казенном языке это называлось бы стимулированием труда методом моделирования причинно-следственных связей. Сказка – зеркало, отражающее реальный мир через призму личного восприятия. В ней возможно все, чего не бывает в жизни. И, заметьте, всегда счастливый конец! Слушатель всегда сопричастен с происходящим, он может вообразить себя любым из персонажей, пережить все перипетии сюжета, отзываясь на них душой. Это истинный шанс понять и принять себя и мир, повысить самооценку и измениться в желаемом направлении.

Причем происходит все легко и просто, можно сказать – играючи. Вы скажете: «Зачем же в таком случае нужен психолог, раз сказка все делает сама?» Ну, например, чтобы задавать вопросы, ответы на которые человек «достает из себя», – потому что их каждый знает сам, только не знает о том, что знает. Психолога, видимо, можно сравнить с живым инструментом, который может сориентировать, показать направление, но не стоит требовать, чтобы он прошел Ваш путь за Вас.

Вы можете сделать сказку помощником в воспитании и обучении детей, в познании себя, во взаимопонимании с окружающими.

***Быть волшебником.***

*(Игровое занятие для учащихся начальной школы)*

Задачи:

- помочь школьникам научиться лучше понимать других людей: одноклассников, друзей, окружающих;

- прививать учащимся этические нормы поведения в обществе, общения друг с другом.

***1 . Приветствие.***

- Здравствуйте, ребята, я рада встрече с вами.

- Ребята, что я сейчас сделала?

-А как можно приветствовать человека без слов? Как?

-А теперь каждый из вас выйдет из- за парты и поприветствует кого хочет.

-А теперь повернитесь к гостям и поприветствуйте их.

***2. Введение в тему.***

***Учитель***. Сегодня мы с вами попробуем стать волшебниками.

***Учитель***. В произведениях какого литературного жанра вы встречаете больше всего волшебства, загадочности?

(ответы детей)

**Учитель.** Людей, которые творят волшебство, называют волшебниками. А что делают волшебники.

(волшебники- помогают героям, совершают добрые поступки.)

**Учитель.** Получается, что добро- это практически синоним волшебства. А значит, и мы с вами можем быть волшебниками, если будем развивать в себе хорошие качества и совершать добрые поступки. Народная мудрость гласит: «Доброта- это солнце». Как вы понимаете это выражение?

***3. Терапевтическая сказка «Звёздная страна».***

***А)****Вводный комментарий.*

Сегодня мы с вами отправимся в сказочное путешествие. А попасть в сказку нам помогут вот эти волшебные бусинки. Сейчас я подойду со шкатулкой к каждому из вас. И вы выберите ту бусинку, которая вам больше понравится. Берегите эту бусинку, чтобы потом благодаря ей вернуться назад. А теперь, когда все выбрали, сожмите свою бусинку в левом кулачке, закройте глаза и подумайте о том, что есть доброго и хорошего в вашей душе, за какие качества вы себя любите, цените, уважаете. Кто готов, откройте глаза. У каждого свой темп. Мы терпеливо подождём всех.

Итак, мы с вами попали в сказочную страну и сейчас послушаем одну историю.

***Сказка «Звёздная страна».***

В одной сказочной стране жили-были звездочки, поэтому страна называлась Звездная. Звездочки были разные: голубые и белые, желтые и синие, зеленые и розовые, красные и даже черные. Они и по размеру были разные. Жили здесь совсем крохотные звездочки, жили и средних размеров, жили и вовсе огромные звезды. Не было среди них ни одной звездочки точь в точь похожей на другую. Но всех их объединяло одно общее свойство. Душа каждой звездочки была заполнена любовью ко всем жителям этой сказочной страны. Поэтому они видели друг в друге только хорошее и доброе и от этого светились удивительным волшебным светом. Звездная страна от этого чудесного сияния была необыкновенно красива и неповторима. Повсюду царили мир, согласие, взаимопонимание и любовь.

Но однажды пролетал над Звездной страной самый пакостный из всех пакостей на свете злой волшебник, которого так и звали Пакость Пакостьевич. Увидел Звездную страну Пакость Пакостьевич и закипела в нем зависть. Как же так, думает: любовь кругом, красота, мир. Никто не воюет, никто не ссорится. И не стало Пакость Пакостьевичу покоя. К сожалению, встречаются еще такие экземпляры, которым очень плохо, если другим хорошо.

И задумал Пакость Пакостьевич свое злое дело. А чтобы звездочки его не узнали, обернулся ветром перемен и начал нашептывать, что, мол, в других странах веселее, интереснее и лучше живут. Заволновались звездочки, забеспокоились. Им тоже хотелось зажить еще интереснее, еще веселее, еще лучше.

“А что же нужно для этого сделать?” - поинтересовались звездочки.

“Все очень просто, нужно находить в других недостатки, все время ругать, побольше критиковать, вспоминать все проступки, которые когда-то были совершены”, - учил со знанием дела Пакость Пакостьевич.

Но звездочки не умели этого делать. И злой волшебник принялся их обучать дальше.

- Эй, ты, - крикнул он черной звездочке по имени Аделаида. - Ты чего такая черная? Знаю, знаю, умываться ленишься. Фу, грязнуля, какая... Тонну мыла надо, чтобы такую чумазую отмыть. Хи-хи-хи... ха-ха-ха...

Кто-то подхватил, кто-то промолчал... Но веселее не стало. А черная звездочка Аделаида от грубых насмешек стала прямо у всех на глазах тускнеть и не светилась уже удивительным волшебным светом как раньше. А Пакость Пакостьевич не унимался.

- Эй, громадина, - крикнул он большой зеленой звезде Иоланте. Вот разъелась... Смотри, скоро всю страну без продуктов оставишь с такими-то аппетитами. Ха-ха ха...

Никто не заступился. И от грубых насмешек начала блекнуть яркая прежде зеленая звездочка Иоланта. А Пакость Пакостьевич все не унимался. Он подошел к маленькой розовой звездочке по имени Юта и стал смеяться над ней.

- Ой, не могу... Что это за крохотуля? Не звездочка, а микроб какой-то. Только в микроскоп такую разглядывать. Какой от нее прок, зря только небо коптит. И снова весело расхохотался.

От таких грубых и злых слов, странного смеха крохотная розовая звездочка Юта почти совсем погасла. И тут многие звездочки подхватили идею Пакость Пакостьевича. Они принялись с большим усердием выискивать недостатки в каждой звездочке, критиковали друг друга, вспоминали все проступки, которые были совершены когда-то. И от грубых, обидных слов, дурных мыслей любовь стала уходить, а души начали заполняться ненавистью, злобой, завистью. И от этого звездочки поблекли, потускнели и уже не светились удивительным волшебным светом, который когда-то придавал неповторимое очарование Звездной стране. Прекрасная и светлая ранее, она превращалась в унылую, серую, безжизненную страну.

Первой опомнилась совсем юная белая звездочка по имени Люська. Она решила во чтобы то ни стало спасти свою любимую родину. “Что же делать?” - думала Люська. “Может быть подождать доброго волшебника? Но когда он прилетит? Ведь так можно прождать и год, и два, и три, и тридцать три, а то и вовсе не дождаться. А действовать надо прямо сейчас, немедленно, иначе может быть поздно. И она на свой страх и риск начала действовать...

Люська стала вместо недостатков находить в звездочках достоинства, искала то доброе и хорошее, что было в душе каждой из них. Сначала она обратилась к черной звездочке Аделаиде.

- Аделаида, ты очень добрая, ты всегда заботилась о больных звездочках. Благодаря твоему вниманию, чуткости, терпению они быстрее выздоравливали.

И свершилось чудо. Поблекшая звездочка Аделаида засияла вдруг снова удивительным волшебным светом.

- Ура! Получилось. Добрые слова помогают - ликовала обрадованная Люська. И начала действовать уже увереннее.

- Иоланта, я всегда восхищалась твоей ответственностью, твоей пунктуальностью. Ведь ты ни разу в жизни никуда не опоздала. И от этих добрых слов Иоланта вновь вспыхнула, засверкала, переливаясь всевозможными оттенками чудесного зеленого цвета.

Потом Люська заговорила с крошечной звездочкой Ютой.

- Хоть, ты, Юта, и очень маленькая, но душа твоя напоминает огромный неиссякаемый кладезь всевозможных интересных творческих идей. Именно благодаря тебе наши праздники проходили так весело и интересно.

И Юта засияла вновь удивительным волшебным светом. Люськину идею подхватили другие звездочки. Они принялись искать друг в друге что-то доброе и хорошее, что было в душе каждой из них. И свершилось чудо. Звездочки вспыхивали одна за одной как огоньки новогодней гирлянды. Снова Звездная страна засияла удивительным волшебным светом, вновь она стала прекрасной и неповторимой, пожалуй, она стала еще краше, чем прежде.

А Пакость Пакостьевич понял, что ему здесь нечего больше делать и убрался восвояси. Он полетел искать такую страну, жители которой обожают находить в других недостатки, а достоинств не замечают, где любят критиковать друг друга, ссориться, вспоминать ошибки и промахи, где долго помнят обиды.

- А не пролетал ли Пакость Пакостьевич случайно над вашей страной?

***Вопросы для обсуждения:***

1. Итак, вы прослушали удивительную историю. О чём она?
2. Чему учит эта сказка? Пригодится ли она в жизни?

***4.Психотерапевтические упражнения:***

История эта напоминает о том, что все мы разные. У каждого свое тело, своя форма, а чем мы наполним эту форму, любовью или нелю­бовью к себе и окружающим зависит от каждого из нас. Выискивая в себе или в другом человеке только недостатки, промахи и ошибки, мы тем самым подталкиваем человека к тому, чтобы он стал еще хуже, потерял, веру в свои собственные силы, стремление к добрым поступ­кам. И наоборот, подчеркивая в человеке достоинства, мы помогаем ему стать еще лучше.

Сказка учит, что нельзя безоглядно доверять всем подряд, помнить, что в мире есть и добро и зло, что порой с молчаливого нашего согла­сия кто-то творит ужасные дела. В жизни бывают такие ситуаций, ко­гда самый обыкновенный человек должен взять на себя ответствен­ность за изменение этой ситуации. А порой не стоит торопиться что-то менять, нужно терпимее относиться друг к другу. И еще многому другому учит эта сказка.

А теперь возьмите бусинку в левую ладошку, сожмите в кулачке, закройте глаза, приложите бусинку к сердцу и подумайте о том, какой опыт каждый из вас возьмет с собой из этой сказочной истории. Пусть этот опыт помогает вам в жизни быть добрее и терпимее друг к другу, помогает находить то доброе и хорошее, что есть в душе каждого че­ловека. Кто готов, откройте глаза. У каждого свой темп. Мы терпели­во подождём каждого.

**А) Бусинка.**

Итак, ребята, мы с вами вернулись из сказочного путешествия. Бусинки мы сейчас нанижем на одну общую нитку и завяжем её концы. Посмотрите, какие чудесные бусы у нас получились! Какие разные бусинки! Так и мы с вами все разные. Посмотрите, каждая бусинка связана с другими, но в то же время она существует отдельно. Так и человеку порой хочется быть вместе со всеми, а порой хочется побыть одному.

Посмотрите, как плотно бусинки прилегают друг к другу, как будто они очень дружны между собой. Я хочу, чтобы вы в классе тоже были сплочённые и дружные.

**Б) Солнышко.**

(на доске рисунок солнышка и слова: теплота, забота, честность, взаимопомощь, злоба, ненависть и др.)

**Учитель.** Солнышко посылает вам волшебные лучики. Вы должны выбрать и записать на лучиках те качества, которыми должны обладать ребята нашего класса, чтобы наш класс стал дружным.

Теперь ваша задача – вырабатывать в себе эти качества, и делиться ими с теми, кто рядом с вами.

**В) Ожерелье.**

К нашему занятию добрая фея передала волшебный клубок. От этого клубка мы отрезали нить. Возьмите эту нить и сделайте себе ожерелье. У нас в классах часто ссорятся и мальчики и девочки. А так хочется, чтобы у нас в классе мальчики дружили с девочками. Давайте объменяемся пожеланиями друг с другом, привязывая ниточки к ожерелью одноклассника. Теперь мы будем лучше понимать себя, девочки- мальчиков, а мальчики – девочек. Пусть волшебное ожерелье будет нам напоминать как мы должны относиться друг к другу.

**Г) Лепка из пластилина «Страх».**

*-Мы возвращаемся из Волшебной страны на Землю. В сказочной стране нечего бояться, а на Земле нас очень часто преследуют страхи. Но даже страх можно взять в свои руки. Возьмите пластилин и вылепите свой страх, то чего мы боимся.*

*- А теперь давайте возьмём свой страх в руки и бросим его в воду!!! Пусть страх утонет и нам не будет страшно на нашей планете Земля.*

**ИТОГ.**

*Ребята, будьте волшебниками - не забывайте про волшебные слова и добрые поступки. Посмотрите ещё раз на символ нашего классного часа - Волшебное солнце. Пусть оно ещё раз коснётся всех вас своими лучами и поможет всем нам быть добрее и творить волшебство в нашем сложном мире.*