**Родительская гостиная «Исцеление сказкой»**

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. 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.

В детстве мы все обожали слушать сказки. В зависимости от настроения дети могут представлять себя тем или иным героем; и Снежной королевой, с ее неприступностью и холодностью, то и Гердой с пламенным сердцем, не отступающей ни перед какими преградами, то принцессой из "Бременских музыкантов".

Сейчас многие педагоги в своей практике сталкиваются с тем, что многие родители не читают сказки. А ведь это так важно! В сказках дети находят частички своей души, отголоски своей жизни. Кроме того сказки вселяют в ребенка надежду. Чем дольше ребенок верит в волшебного Деда Мороза, который приносит подарки в новогоднюю ночь, тем оптимистичнее будут его взгляды на жизнь.

Дети сталкиваются с какими-нибудь проблемами, приходят к нам, взрослым, но чаще всего способы, которые предлагаем мы, для них не подходят. Тогда они приходят к выводу, что мы им помочь не можем. А куда же девать накопившуюся печаль, раздражение, гнев или радость, которые уже переполняют ребенка?

И здесь на помощь может прийти сказкотерапия. Что же это такое? Это те же самые сказки, только ориентированы на какую-либо проблему. Это рассказ об определенных ситуациях, в которые часто попадает ребенок, также в нем описываются чувства, возникающие у ребенка, которые могут быть связаны с совершенно различными событиями жизни. Важную роль здесь играет воображение.

В старшем дошкольном возрасте проявляются две важнейшие функции и линии его развития .

Первая связана с освоением знаково-символической деятельности и определяется ролью механизмов воображения в овладении ребенком произвольным вниманием, памятью, логическим мышлением.

Вторая функция воображения, связанная с ориентировочно исследовательской эффективно-познавательной деятельностью, позволяет ребенку понять и прочувствовать смысл человеческой деятельности, поступков окружающих и собственных действий для себя и для других, мысленно проиграть различные варианты действий и пережить смысл их последствий. Это связано с формированием определенного осмысленного эмоционального отношения к окружающему, что составляет нравственную сферу ребенка.

Умственное развитие детей от трех до шести лет характеризуется формированием образного мышления, которое позволяет ребенку думать о предметах, сравнивать их в уме даже тогда, когда он их не видит. Ребенок начинает формировать модели той действительности, с которой имеет дело, строить ее описание. Делает он это с помощью сказки. Четыре-пять лет - апогей сказочного мышления. Сказка - это такая знаковая система, с помощью которой ребенок интерпретирует окружающую действительность.

У каждой группы сказок есть своя возрастная аудитория. Детям 3-5 лет наиболее понятны и близки сказки о животных и сказки о взаимодействии людей и животных. В этом возрасте дети часто идентифицируют себя с животными, легко перевоплощаются в них, копируя их манеру поведения.

Начиная с 5 лет, ребенок идентифицирует себя преимущественно с человеческими персонажами: Принцами, Царевнами, Солдатами и пр. Чем старше становится ребенок, тем с большим удовольствием он читает истории и сказки о людях, потому что в этих историях содержится рассказ о том, как человек познает мир. Примерно с 5-6 лет ребенок предпочитает волшебные сказки.

Основной принцип подбора сказок – это направленность проблемной ситуации, характерной для данного возраста, нравственный урок, который дает сказка, доступный для осмысления детям старшего дошкольного возраста.

Структура сказкотерапевтического занятия содержит обязательный ритуал «входа в сказку» (настрой), основную часть, где используются приемы работы со сказкой, приемы и упражнения для развития вербального воображения ребенка, и ритуал «выхода из сказки». Подобная структура занятия создает атмосферу «сказочного мира», настрой на работу с метафорой.

Работа со сказкой строится следующим образом:

1) чтение или рассказ самой сказки; ее обсуждение. Причем, в обсуждении ребенок должен быть уверен, что он может высказывать любое свое мнение, т.е. все что он ни говорит не должно подвергаться осуждению.

2) рисунок наиболее значимого для ребенка отрывка;

3) драматизация, т.е. проигрывание сказки в ролях. Ребенок интуитивно выбирает для себя "исцеляющую" роль. И здесь надо отдавать роль сценариста самому ребенку, тогда проблемные моменты точно будут проиграны.

Эффект на занятии достигается сочетанием трех составляющих образа сказки, сказочной атмосферы: музыкальный образ сказки, образ сказочного пространства (светотехнические эффекты), собственно рассказывание сказки и демонстрация персонажей сказки в настольном театре.

Что могут дать такие сказки для детей?

Во-первых, ребенок понимает, что взрослых интересуют его проблемы, что родители на его стороне.

Во-вторых, он усваивает следующий подход к жизни: "ищи силы для разрешения конфликта в себе самом, ты их обязательно найдешь и победишь трудности", т.е. мы проживаем нашу жизнь так, как мы ее для себя строим.

В-третьих, истории показывают, что выход из любой ситуации есть всегда, надо только его поискать.

В сказочных историях можно выделить следующие группы тем, которые они поднимают.

1. Трудности, связанные с общением (со сверстниками и родителями).

2. Чувство неполноценности. Практически все агрессивное поведение - результат ощущения собственной «малозначимости» и попытки таким способом доказать обратное.

3. Страхи и тревоги по самым различным поводам.

4. Проблемы, связанные со спецификой возраста. Дошкольник сталкивается с необходимостью обходиться без мамы, быть самостоятельным.

В результате сказкотерапии, ребенок чувствует поддержку взрослых, которая ему так необходима. Также в сказке и через восприятие сказочного мира можно создать необходимые условия для развития эмоциональной сферы дошкольника, обогатить образами и представлениями, формирующими воображение.

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.

Приемы сказкотерапии вполне могут освоить родители. Однако прежде следует посоветоваться со специалистами.

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.

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.

Ребенок будет знать, что родителям небезразличны его проблемы, он сможет усвоить такое жизненное правило: " нужно искать силы для преодоления трудностей в себе самом". Сказки показывают, что безвыходных ситуаций не существует, выход всегда есть - надо только его поискать.

Сказки разовьют воображение ребёнка, научат свободно, не страшась опасностей, импровизировать, дадут ему чудесное умение использовать для решения проблем волшебную силу творчества!

Сказкотерапия – это один из психологических методов. Но не стоит забывать, что наряду с психологией в сказкотерапии присутствует и педагогическая нотка. Именно поэтому мы называем сказкотерапию воспитательной системой. По сути, сказкотерапия является самым древним психологическим и педагогическим методом. Первоначально все знания передавались устно, то есть посредством легенд, былин, мифов, и, конечно, сказок.  Сказки учат нас многому: как слушаться взрослых, как помогать друзьям, как уметь бороться за счастье. И, помимо этого, сказки лечат.

Метод сказкотерапии направлен на решение эмоционально-личностных и поведенческих проблем, в первую очередь, ребенка. Вовремя рассказанная сказка может помочь вашему малышу решить свою детскую проблему, лучше засыпать или начать пользоваться горшком.  Правильно подобранная  и рассказанная сказка может помочь вашему ребенку обрести уверенность в себе, излечить детские страхи. Чаще всего сказкотерапия применяется в работе с агрессивными, тревожными, застенчивыми, неуверенными детьми.  Необходимо помнить, что сказка сказке рознь… и начинать рассказывать сказки нужно соответственно возрасту. Необходимо знать, в каком возрасте данная сказка будет ребенку полезна.

**Сказки до 2,5 лет.** – Например, в два года у ребенка уже развита способность удерживать в памяти собственные действия с предметами и простейшие действия сказочных персонажей. Это возраст когда детям очень нравятся сказки о животных. Это возраст, когда детки, подобно обезьянкам, с удовольствием подражают движениям и звукам, как Вашим, так и приписываемым сказочным персонажам. Очень хорошо, когда действие, совершаемое в сказке, разыгрывается родителями с помощью кукол.

**Сказки для 2,5-5лет.** Между двумя и пятью годами начинает развиваться способность ребенка образно представлять в уме и фантазировать. В этом возрасте мозг ребенка готов к восприятию волшебных сказок. Читая сказки, будьте внимательны, обращайте внимание на любимых и нелюбимых ребенком персонажей, что поможет Вам вовремя выявить психологическую проблему малыша, если она существует, и вовремя скорректировать его психическое развитие.

**Сказки для 5 лет и старше.** Детям старше пяти лет можно читать любые сказки, сюжет которых интересен ребенку. Эти сказки должны развивать все стороны личности ребенка: мышление, воображение, эмоции, поведение. Помимо того, что вы читаете сказки вместе, нужно просить ребенка самого сочинять сказки. Это хорошо развивает воображение, творческое начало, а также поможет Вам наблюдать проблемы и желания своего ребенка.

***ПОЧЕМУ МОЖНО ИСПОЛЬЗОВАТЬ СКАЗКИ ДЛЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ?***

1. Сказки любят все. В сказочной форме свою проблему легче увидеть и легче принять. Для сказочного героя легче придумать выход из положения – ведь в сказке все можно! А потом этот выход, оказывается, можно использовать и для себя.
2. Сказкотерапия – один из нименее травмоопасных и безболезненных способов психотерпии.

Помните, что внутренний мир вашего ребенка очень чувствителен и раним, что детская психика – очень нежный материал, и прежде, чем она сформируется, она должна пройти множество испытаний во взаимодействии с окружающим миром. Помогите Вашим детям пройти через эти испытания с помощью сказки.

***Сюжет сказки для детей, проявляющих словесную агрессию (разыгрываем с детьми):***

Может, в море, может, в речке, может, в озере лесном жил Крокодильчик. Больше всего на свете он любил вкусно поесть. Мог и рыбку, мог и жабку, мог и птичку прожевать, потому что у Крокодильчика были крепкие, красивые и здоровые зубки. Но была у крокодильчика плохая привычка, он часто ругался, говорил много злых и нехороших слов. Однажды Крокодильчик обидел доброго волшебника. Волшебник его заколдовал, и теперь после каждого плохого слова у Крокодильчика выпадал зуб. Скоро у него совсем не осталось зубов, и он уже не мог вкусно поесть. Грустно стало Крокодильчику. Начал он расспрашивать обитателей водоема, почему у него выпали все зубы. Мудрый бегемот объяснил причину. Крокодильчик все понял, извинился перед волшебником, и у него начали расти новые зубы. С того времени Крокодильчик бережет свои зубы. Он не только чистит их вовремя, но и, самое главное, не говорит плохих слов.

**Сказка играет огромную роль в воспитании любого ребенка.** В тот момент, когда еще нет своего собственного жизненного опыта, опираясь на который можно решать, как поступить в той или иной ситуации, малышу на помощь приходят сказочные персонажи. Они лучше смогут объяснить, что такое дружба, добро, зло, справедливость… Сказка прекрасно развивает воображение, помогает сформировать отношение к такому большому и пока еще непонятному окружающему миру. Именно поэтому психологи для того чтобы разобраться во внутреннем мире ребенка все чаще прибегают к сказкотерапии.

На сегодняшний момент на полках книжных магазинов можно встретить огромное количество сказочной литературы для детей. Это как старые добрые сказки, которые взрослые покупатели помнят еще с детства, так и новые, написанные современными авторами. Порой во всем этом многообразии разобраться очень сложно. Так как же выбрать именно ту книгу, из которой Ваш ребенок почерпнет только хорошее? Существует несколько критериев.

1) Сказка должна нести в себе добро. Обязательно в финале добро должно победить зло, разнообразные «кровавые» концовки не приемлемы.

2) Зачастую современные сказки пронизаны цинизмом, если заметили это, поставьте такую книгу обратно на полку.

3) Сказка просто обязана научить чему-то.

4) Для развития воображения сказка должна быть образной.

Итак, перед покупкой пролистайте книгу, не нравится, что-то заставляет сомневаться в правильности выбора, лучше не покупайте!

У многих родителей возникает вопрос, какого возраста должен достигнуть ребенок, для того, чтобы можно было начать рассказывать или читать сказки? Возрастных ограничений нет, в роддоме и начинайте. Тихий, спокойный, размеренный мамин голос только успокоит кроху. Однако именно психотерапевтическую сказкотерапию можно начинать только тогда, когда ребенок четко осознает, что сказка и быль – это разные вещи. Начнет понимать, где грань между реальностью и вымыслом. А этот момент у многих детей наступает не раньше трех лет.

Авторами таких психотерапевтических сказок могут быть и сами родители. Вот основные принципы, которым Вы должны следовать, создавая сказку для своего ребенка:  
1) главный герой должен быть того же возраста, что и малыш;  
2)жить в похожей среде;  
3) иметь схожие проблемы.

То есть должно происходить отождествление ребенка и главного героя придуманной сказки. В своей истории Вы расскажете, каким образом герой справился со всеми проблемами.

Если во время рассказа или чтения вы заметили, что ребенок не внимателен, капризничает, значит, он сказку просто не воспринимает. Возможно, подобрана она не по возрасту. Остановитесь, не настаивайте и ни в коем случае не заставляйте малыша слушать дальше, толку от этого все равно не будет. Если же сказка понравится, Вас попросят рассказать ее еще не один раз. В любом случае, старайтесь говорить на языке ребенка.

Для того чтобы ребенок смог понять все то, что Вы старались до него донести, и сделать правильные выводы, завершайте чтение обсуждением услышанного. Попросите ребенка рассказать о чувствах главного героя, какие действия предпринимались им для решения тех или иных проблем.

Вместе с ребенком нарисуйте наиболее яркий момент истории, попробуйте слепить персонажей из пластилина, устройте театрализованное представление. В этом вам помогут любые подручные средства: колпачки от ручек или фломастеров, карандаши, скрепки, шнурки, овощи…. Проигрывая, вы сможете лучше закрепить информацию, а значит, все ваши усилия принесут больше пользы.

Естественно, сказкотерапия – это не чудодейственная таблетка, которая в один момент поможет решить все эмоционально личностные проблемы или проблемы деструктивного поведения, однако благодаря постоянной работе с ребенком вы через определенное количество времени станете замечать изменения к лучшему. Общайтесь со своими детьми, ведь никакая видео или аудио продукция не сможет заменить малышу живого общения с мамой или папой.

* Сегодня сказкотерапия стала одним из самых востребованных методов в оказании психологической помощи и нашла свое место во многих психотерапевтических школах, став надежным помощником в работе с людьми различного возраста, и особенно - с детьми.

Одна из особенностей сказкотерапии - ее многофункциональность. С помощью увлекательной истории можно обнаружить и исследовать проблему, которая беспокоит ребенка, узнать его психологические особенности, показать новые пути преодоления трудностей и, конечно, вселить в него надежду и веру в себя.

Опыт работы с детьми показывает, что для действенности сказки не обязательно использовать весь набор "волшебного мира": фей, гномов, сказочные леса и замки. Иногда куда более эффективной становится история про обычных мальчика или девочку, жизнь которых похожа на ситуацию в жизни самого слушателя. Ребенок всегда идентифицирует себя с героем сказки и живо представляет себя в ее событиях.

Будучи примером детского фольклора, сказка обращается к Ребенку в душе слушателя, не зависимо от его возраста (малыш, школьник, подросток, взрослый…). У слушателя создается впечатление, что в сказке все "понарошку". Формируется вымышленная, искусственно созданная безопасная среда для решения волнующих вопросов, в которой слушатель проживает настоящие чувства и опыт. Используя сказку, мы разговариваем с той свободной от стереотипов частью психики, в которой кроются истинные желания, потребности и ценности человека. Здесь, на стыке подсознания и сознания, и работает сказкотерапия.

Еще одно преимущество этого метода психологической помощи - отсутствие необходимости в каких-либо дополнительных материалах. Все, что требуется для успешного процесса, - это слушатель и умелый рассказчик, обладающий базовыми знаниями и определенной практикой в сказкотерапии. В тоже время, при желании, рассказанную сказку всегда можно продолжить и закрепить самыми разными способами - сценками, рисунками и даже созданием целой книги с гордой надписью "Самиздат".

Именно благодаря своей простоте и универсальности сказкотерапия всегда интересовала не только специалистов - психологов и [педагогов](http://click02.begun.ru/click.jsp?url=IsdzIiIoKShu9DU26QClumTQ8xNcrPrgFT3-KQh8dRWivSJY8LS7bnveab2-l244-EUtx*ejsqgi3lp6lOCzPciYYTqG1C*d74K45W3Iip45qGxoyHc6745uT*veNINh3D8YK2gX-r4cQ5IbKT07sa6j0SiKbhZkQeCa2WtWCcbrLYKSwQm5xrnDAfGyjLWg3OhQL4C2r2NP0HXmjo6G7eXF-ka61APKdcmunFG5*BxCoYqlMCtxvjvH*09Ze***f9h-xhZDbsd0C2Th8LIR*REU-ldTYhYc9Ag97zTXynNb5nMUqBcE9dSWyoi37zcei7Z-owAZcswiYhNTTynObaEkKjY1BdtTWQf2Ct8HKBh*h3k23xn5FPCPZsvENO6CdOm6lY9mtUkBeWF1*lk2syJF1E9U7cdAJWcRgOy7vXj2lUpZ9QIVsr3eCspW4i2s9vfvUwB8cf7J4gLmQJhmdWgEGvln9tIp34xPoK6kzaVCPK9L&eurl%5B%5D=IsdzIrq7urvkBfvIy3UWEk5DXMt0nlBMl6K-Mltg0uE4r7Wo), - но и заботливых родителей. Дети, даже не имеющие какого-либо опыта работы с психологом, чутко откликаются на сказочные истории "о наболевшем", и вскоре сами просят рассказать им терапевтические сказки или сочиняют свои собственные истории. Ведь использование сказкотерапии в "домашних условиях" помогает детям и подросткам:

* справиться с тревогой и страхами;
* адаптироваться в сложной семейной ситуации;
* справиться с проблемами идентичности, возрастной и половой;
* повысить самооценку;
* улучшить коммуникативные навыки;
* прожить любые переживания, которые оказываются сложными и беспокоятих ум и сердцу.

Вот почему все больше мам и пап задается вопросом: где и как научиться рассказывать целебные сказки? Действительно, сейчас есть немало литературы, в которой говорится об азах искусства работы со сказками. Однако обучение такому тонкому делу, как помощь ребенку с его мобильной психикой и чуткой душой, лучше проходить под руководством опытного специалиста. Последний не только раскроет секреты этого вида терапии, но и научит гибко и творчески применять его в жизни, с каждым конкретным ребенком в его уникальной ситуации.