



*Консультация для  
родителей.*

*Лабиринт души.  
Терапевтические сказки*



*Составил: воспитатель*

*МБДОУ «ДСКВ№46» Клименкова А.Ю*

**ВВЕДЕНИЕ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

—Вы хотите получше узнать своего ребенка?

—Вы хотите стать ребенку ближе, сделать так, чтобы у вас получалось лучше понимать друг друга?

—Вам кажется, что у вашего ребенка психологические проблемы и трудности?

—Вам хочется развлечь своего ребенка так, чтобы это приносило пользу?

—Вам нужно помочь ребенку справиться с естественными возрастными трудностями?

*Тогда эта консультация специально для Вас!*

### **Зачем нужны сказочные истории?**

Рассказывание историй — древнейший способ человеческого общения и, пожалуй, один из наиболее подходящих детям.

Так пишет про это известный психолог и психотерапевт Д. Бретт. «Нам, взрослым, следует помнить, что если мы хотим научить ребенка чему-либо или передать ему какую-то важную мысль, нужно делать так, чтобы это было узнаваемо, удобоваримо и понятно. Если мы хотим объяснить что-то сложное французам, то, разумеется, преуспеем в этом больше, если будем говорить на французском языке. Общаясь с детьми, старайтесь говорить с ними на языке, который им понятен и на который они лучше отзываются, — на языке детской фантазии и воображения.

Рассказы, в особенности сказки, всегда были самым эффективным средством общения с детьми. Сказки передавались и передаются из поколения в поколение на протяжении веков и находят отражение в культурах разных народов. В своей книге, посвященной сказкам, Бруно Беттельгейм подчеркивает их исключительно важную роль, так как они помогают детям преодолеть тревоги и конфликты, с которыми им приходится сталкиваться.

В сказках поднимаются важные для детского мировосприятия проблемы. В «Золушке», например, говорится о соперничестве между сестрами. В сказке о Гензеле и Гретель основная тема — боязнь быть покинутым. «Мальчик-с-пальчик» рассказывает о беззащитности маленького героя, который оказался в мире, где все подавляет своими размерами, масштабами мощью. В сказках противопоставляется добро и зло, альтруизм и жадность, смелость и трусость, милосердие и жестокость, упорство и малодушие. Они говорят ребенку, что мир, — очень сложная штука, что в нем есть немало несправедливостей, что страх, сожаление и отчаяние — в такой же степени часть нашего бытия, как радость, оптимизм и уверенность. Но самое главное — они говорят ребенку, что если человек не сдастся, даже когда положение кажется безысходным, если он не изменит своим нравственным принципам, хотя искушение и манит его на каждом шагу, он, в конце концов, обязательно победит.

Слушая эти рассказы и сказки, дети невольно находят в них отголоски своей собственной жизни. Они стремятся воспользоваться примером положительного героя в борьбе со своими страхами и проблемами. Кроме того, рассказы и сказки вселяют в ребенка надежду, что чрезвычайно важно.

И на самом деле, рассказывание историй — для родителей вещь уникальная. Вы сами знаете, что вечернее чтение ребенку — одно из лучших средств примирения. Дело в том, что дети — в каком-то роде инопланетяне на нашей «взрослой» планете, прилетевшие в гости и, по воле

судьбы, решившие остаться здесь навсегда. Они видят мир совершенно по-Другому, чем мы. Они наблюдают взрослых, слушают их, стараются понять и стать похожими на них. Однако этого хватает не всегда.

Дети постоянно сталкиваются с проблемами, схожих с которыми нет во «взрослом» мире. Даже если они и встречаются — все равно наши способы решения бесполезны для них. Объяснения и увещания отлетают «как от стенки горох» — не правда ли знакомая картина? В результате дети, мышление которых подчас предельно однозначно («да—нет», «плохо—хорошо») приходят к выводу о том, что вы им помочь не можете.

Иногда взрослый, желая что-то подсказать ребенку «по жизни» или просто выразить свои чувства, не может найти для этого подходящих слов, не знает, как можно дать понять ребенку, что он не оставлен «один на один» со своими проблемами.

Выход здесь такой — самому погрузиться в мир фантазии и волшебства, в котором ребенок чувствует себя «как рыба в воде». В мир, где возможны самые непредсказуемые сочетания событий, героев и пр., но из которого ребенок с легкостью берет информацию для жизни в реальном мире. Надо отметить еще раз — фантазия абсолютно реальна для детей. И не потому, что дети не видят настоящей жизни. Просто фантазия является для детей наилучшим способом анализа окружающего мира. Это их язык, который мы, взрослые, успешно забыли.

Значит, надо вспоминать,— и именно в этом вам помогут сказочные истории. Огромную роль здесь могут сыграть самые обычные волшебные сказки, которые вы читаете или читали на ночь своему ребенку. Волшебная сказка — веками наработанная ценнейшая информация высочайшей плотности, детским языком поднимающая по-настоящему философские проблемы осмысления мира. Она настолько универсальна, что ее структура одинакова во всем мире — от Сибири до Южной Америки.

Однако каждый ребенок постоянно сталкивается с конкретными проблемами, подчас требующими «приземленного» и прагматичного решения, приносящего облегчение «на месте». Именно здесь вам помогут сказочные истории, написанные специально для наших с вами детей и ориентированные на конкретные проблемы. Эти истории помогут вашим детям найти выход из сложных ситуаций, с честью выдержать любые удары судьбы и быть Вам благодарными за это — ведь именно Вы прочитаете их своим детям.

### ***Как использовать сказочные истории?***

Самый простой и естественный способ — чтение ребенку вслух. Даже если ребенок прекрасно читает, важно, чтобы это делали вы. В этом случае содержание сказки как-бы автоматически одобряется вами и разрешается для обсуждения. Да и потом, какое несказанное удовольствие можно получить от того, что «тебе читают!», хотя, в общем, уже совершенно не обязаны этого делать.

Если же вашему ребенку 12 и больше лет, да и к тому же он мальчик, начинающий относиться со скепсисом к тому, что «не круто»,— ваша задача сложнее. История должна быть выучена наизусть и достаточно естественно вставлена в будничные семейные разговоры. Как-бы «ненароком», вы рассказываете «байку», анекдот или просто «забавный случай», не показывая того, что вас вообще интересует его (ее) реакция. Конечно, в этом случае истории, приведенные в этой книжке, нуждаются в переделке — необходимо использование слов и способа мышления, присущих

именно вашему ребенку. Однако результат, если все прошло удачно, может быть совершенно ошеломляющим. Здесь можно привести такое сравнение: воспитание детей чем-то похоже на рулетку — размер выигрыша изменяется в зависимости от поставленной суммы (сил, вложенных в детей).

Вернемся к детям более младшего возраста. Читая ребенку 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 быть еще 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 любимыми 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.

Во-первых, ребенок должен иметь возможность сказать все, что он думает. Это значит, что вы *не оцениваете* ни единого слова из того, что он говорит. Вы вообще не употребляете выражения «правильно», «неправильно», «верно», «неверно», а говорите только «мне кажется», «на его месте я бы...» и т. п. Ребенок должен четко знать, что ни одно из его высказываний не будет подлежать осуждению.

Во-вторых, подталкивая ребенка на обсуждение истории, высказывая свое мнение, нужно по-возможности отдавать «бразды правления» в этом разговоре ребенку. Как только он хочет что-то сказать, — заканчивайте и слушайте его. Лучше всего если он будет сам задавать вам вопросы, а вы будете искренне на них отвечать.

Однако не стоит «затягивать» обсуждение. Если ребенок устал — это значит, что длительная эмоциональная активность такого рода для него сложна или сама тема отбирает очень много сил. Мы, взрослые, можем устать от получаса тяжелых переживаний больше, чем от дня работы. Поэтому лучше вернуться к обсуждению через день, чем сформировать у ребенка отвращение к подобным занятиям. Ведь основной принцип свободного диалога — удовлетворение желаний *обеих* сторон, то есть как ваших, так и ребенка.

Если ребенок не хочет ничего говорить, — не заставляйте его. Через некоторое время «дар слова» придет к нему, но это произойдет только при очень мягком и ненавязчивом игровом отношении с вашей стороны.

После обсуждения можно попросить нарисовать рисунок, иллюстрирующий эту сказку. Наилучшим вариантом было бы, если бы вы тоже приняли в этом участие, отдельно от ребенка нарисовав свой рисунок.

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

После рисования (не обязательно сразу же, может быть, завтра или послезавтра), предметом обсуждения может стать уже сам рисунок. Дело в том, что ребенок скорее выберет сюжет наиболее значимый для него, значит, содержание рисунка может вам много сказать о реакции ребенка на сказку. Прояснить все свои соображения вы можете, обсудив с ребенком рисунок, задавая ему вопросы о том, что он нарисовал, рассматривая каждую деталь. Вы можете говорить и об истории в целом, однако центром вашей беседы будет тот момент, который изображен на рисунке.

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.

Последний этап работы со сказкой сравнится с фигурами «высшего пилотажа». Это настолько же трудно для родителей, насколько эффективно для ребенка. Это — драматизация или «проигрывание» сказки или ее частей. Конечно, трудно всем, однако помните, что здесь отнюдь не необходимы какие-либо актерские таланты. Только уверенность в себе, отсутствие стеснения и желание помочь своему ребенку.

Вы начинаете с того, что раздаете роли, решаете с ребенком, кто будет кем. Желательно, чтобы выбор здесь сделал сам ребенок. При большом количестве персонажей вы можете: привлечь родственников, взять на себя дополнительные роли (тогда нужно будет каждый раз обозначать — «теперь я такой-то») или превратить обычные предметы (ручки, стулья и т. п.) в недостающих героев (озвучивать их будете вы и ребенок). Затем вы выстраиваете «сказочное» пространство: «диван будет морем, стул — горой, коврик — домом».

Теперь можно начинать. Строгое согласование с текстом сказки отнюдь не обязательно. Ненужные для сюжета элементы можно опускать, сам текст как угодно сокращать, при этом, однако, акцентируя внимание на ключевых моментах. Если в сказке главное — обида, необходимо, чтобы ситуация обиды вышла четкой и яркой и не затерялась в общем сюжете. Идеальный вариант — если всю режиссуру берет ребенок, оставляя вам роль исполнителя. Тогда можете не сомневаться — ничего из того, что необходимо не будет упущено, ваша же задача — просто быть самим собой, играя и развлекаясь.

Однако так бывает не часто. Для многих детей ситуация «театра с мамой» (именно так можно назвать все эти действия), может быть настолько непривычной, что от них будет трудно ожидать активности, по крайней мере, в начале. Более того, дети привыкают к определенным схемам, правилам, и их нарушение (пусть даже и «приятное») может пугать ребенка. Тогда он, возможно, будет сопротивляться вашим попыткам поиграть с ним, говорить, что он не хочет, что он это не любит.

Здесь можно дать один совет — доверяйте своим чувствам. Старайтесь «расшевелить» ребенка, не перегнув при этом палку. Если вы будете ненавязчиво и мягко пытаться играть с ним — рано или поздно он ответит вам, привыкнув и почувствовав безопасность. И, как только появляется малейшая инициатива,— поддерживайте и лелейте ее, как ценное растение, требующее осторожности при уходе.

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 (хотя он сейчас этого и не понимает), 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.

## **СКАЗКИ ДЛЯ ДОШКОЛЬНИКОВ**

### **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 маминной 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 сжался, 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 маминной 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.

День за днем в маминной 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 оставаться один, без мамы?

## **2. Сказка о подсолнечном семечке**

**Возраст:** 3-5 лет.

**Направленность:** Тревога и беспокойство, связанные с отрывом от матери и вхождением в детский коллектив (детский сад). Страх самостоятельности, общая боязливость.

**Ключевая фраза:** «Не уходи. Я боюсь!»

В огороде на высоком подсолнухе жила большая семья семечек. Они жили дружно и весело.

Однажды — дело было в конце лета — их разбудили странные звуки. Это был голос Ветра. Он шелестел все громче и громче. «Пора! Пора!! Пора!!!» — звал Ветер.

Семечки вдруг поняли, что им действительно пора покинуть корзинку родного подсолнуха. Они заторопились и стали прощаться друг с другом.

Одних забирали птицы, другие улетали вместе с ветром, а самые нетерпеливые сами выпрыгивали из корзинки. Те, кто остался, с увлечением обсуждали предстоящее путешествие и то неизвестное, что ожидало их. Они знали, что их ждет какое-то необычайное превращение.

Только одно семечко грустило. Ему не хотелось покинуть родную корзинку, которую все лето грело солнышко и в которой было так уютно.

«Куда вы торопитесь? Вы никогда раньше не покидали дома и не знаете, что там, снаружи! Я никуда не собираюсь уходить! Я останусь здесь!» — говорило оно.

Братья и сестры смеялись над семечком, говорили: «Ты трус! Как можно отказаться от такого путешествия?». И с каждым днем в корзинке их оставалось все меньше и меньше.

И вот, наконец, пришел день, когда семечко осталось в корзинке одно-одинешенько. Никто над ним больше не смеялся, никто не называл его трусом, но и никто не звал его больше с собой. Семечку вдруг стало так одиноко! Ах! Ну почему оно не покинуло корзинку со своими братьями и сестрами! «Может я и правда трус?» — думало семечко.

Пошел дождь. А тут еще и похолодало, и ветер стал злым и уже не шептал, а свистел:

«Торопис-с-с-с-сь!». Подсолнух гнулся до земли под порывами ветра. Семечку стало страшно оставаться в корзинке, которая, казалось, вот-вот оторвется от стебля и покатится неизвестно куда.

«Что будет со мной? Куда унесет меня Ветер? Неужели я больше никогда не увижу своих братьев и сестер? — спрашивало оно себя.— Я хочу быть вместе с ними. Я не хочу оставаться здесь один. Неужели я не смогу преодолеть свой страх?».

И тут семечко решилось. «Будь, что будет!»—и, собравшись с силами, прыгнуло вниз.

Ветер подхватил его, чтобы оно не ушиблось, и бережно опустил на мягкую землю. Земля была теплой, где-то наверху Ветер уже завывал, но отсюда его шум казался колыбельной песней. Здесь было безопасно. Здесь было так же уютно, как когда-то в корзине подсолнуха, и семечко, утомленное и измученное, незаметно для себя уснуло.

Проснулось семечко ранней весной. Проснулось и не узнало самого себя. Теперь это было уже не семечко, а нежный зеленый росток, который тянулся к ласковому солнцу. А вокруг было множество таких же ростков, в которые превратив лись его братья и сестры-семечки.

Они все были рады встретиться снова, а особенно они радон вались нашему семечку. И теперь уже никто не называл его трусом. Все говорили ему: «Ты молодец! Ты оказался таким смелым! Ведь ты остался один, и некому было тебя поддержать». Все гордились им.

И семечко было очень счастливо.

### *Вопросы для обсуждения*

Чего боялось семечко? Что решило сделать семечко? Правильно ли оно поступило или нет? Чтобы произошло, если бы семечко продолжало бояться?

### **3. Белочка-Припевочка**

**Возраст:** 3-6 лет.

**Направленность:** Несамостоятельность.

**Ключевая фраза:** «Помогите, я сама не умею!»

В одном самом обыкновенном лесу, на одной из зеленых елей жила-была самая обычная беличья семья: мама, папа и дочка — Белочка-Припевочка. На соседних елях тоже жили белки. Ночью все спали, а днем собирали орехи, потому что очень их любили.

Мама и папа учили Белочку-Припевочку, как доставать орешки из еловых шишек. Но каждый раз Белочка просила помочь ей: «Мамочка, я никак не могу справиться с этой шишкой. Помогите мне, пожалуйста!». Мама доставала орешки, Белочка ела их, благодарила маму и прыгала дальше. «Папочка, у меня никак не получается достать орешки из этой шишки!». «Белочка!— говорил ей папа,— ты уже не маленькая и должна делать все сама». «Но у меня не получается!»— плакала Белочка. И папа помогал ей. Так Припевочка прыгала, веселилась, а когда ей хотелось съесть орешек, она звала на помощь маму, папу, тетю, дядю, бабушку или еще кого-нибудь.

Проходило время. Белочка росла. Все ее друзья уже хорошо собирали орехи и даже умели делать запасы на зиму. А Белочка всегда нуждалась в помощи. Она боялась сделать что-то сама, ей казалось, что она ничего не умеет. У взрослых уже не было достаточно времени, чтобы помогать Белочке. Друзья стали звать ее неумехой. Все бельчата веселились и играли, а Припевочка стала

печальной и задумчивой. «Я ничего не умею и ничегошеньки не могу сделать сама»,— грустила она.

Однажды пришли дровосеки и срубили зеленый ельник. Пришлось всем белкам и бельчатам отправиться на поиски нового Дома. Они разошлись в разные стороны и договорились встретиться вечером и рассказать друг другу о своих находках. И Белочка-Припевочка тоже отправилась в дальний путь. Страшно и непривычно было ей прыгать по веткам в одиночестве. Потом стало весело, и Белочка была очень довольна, пока совсем не устала и не захотела есть. Но как же ей достать орехи? Никого нет рядом, не от кого ждать помощи.

Прыгает Белочка, ищет орехи — нет их и нет. День уже близится к концу, наступает вечер. Села Белочка на ветку и горько плачет. Вдруг смотрит, а на веточке шишка. Сорвала ее Припевочка. Вспомнила, как ее учили орешки доставать. Попробовала — не получается. Еще раз — опять неудача. Но Белочка не отступала. Она перестала плакать. Подумала немножко: «Попробую-ка я свой способ орешки доставать!».

Сказано — сделано. Поддалась шишка. Достала Белочка орешки. Поела, развеселилась/Огляделась, а вокруг большой ельник. На еловых лапах шишек видимо-невидимо. Перепрыгнула Белочка на другую елку, сорвала шишку — там орешки, другую сорвала — и та полная. Обрадовалась Белочка, собрала немного орешков в узелок, запомнила место и поспешила на назначенную встречу с ветки на ветку, с ветки на ветку. Прибежала, видит ее родные и друзья сидят грустные. Не нашли они орешки, устали, проголодались. Рассказала им Припевочка про ельник. Достала орешки из узелка, накормила. Обрадовались мама и папа, улыбнулись друзья и родные, стали Белочку хвалить: «Как же мы тебя неумехой звали — всех обогнала, всем силы придала и новый дом нашла! Ай, да Белочка! Ай, да Припевочка!».

На следующее утро белки пришли на то место, о котором рассказала Припевочка. И действительно, орехов там оказалось очень много. Устроили праздник-новоселье. Орешки ели, да Белочку-Припевочку хвалили, песни пели и хоровод водили.

#### *Вопросы для обсуждения*

Почему так получилось, что Припевочку стали звать неумехой? Что помогло Припевочке достать орешки из шишки?