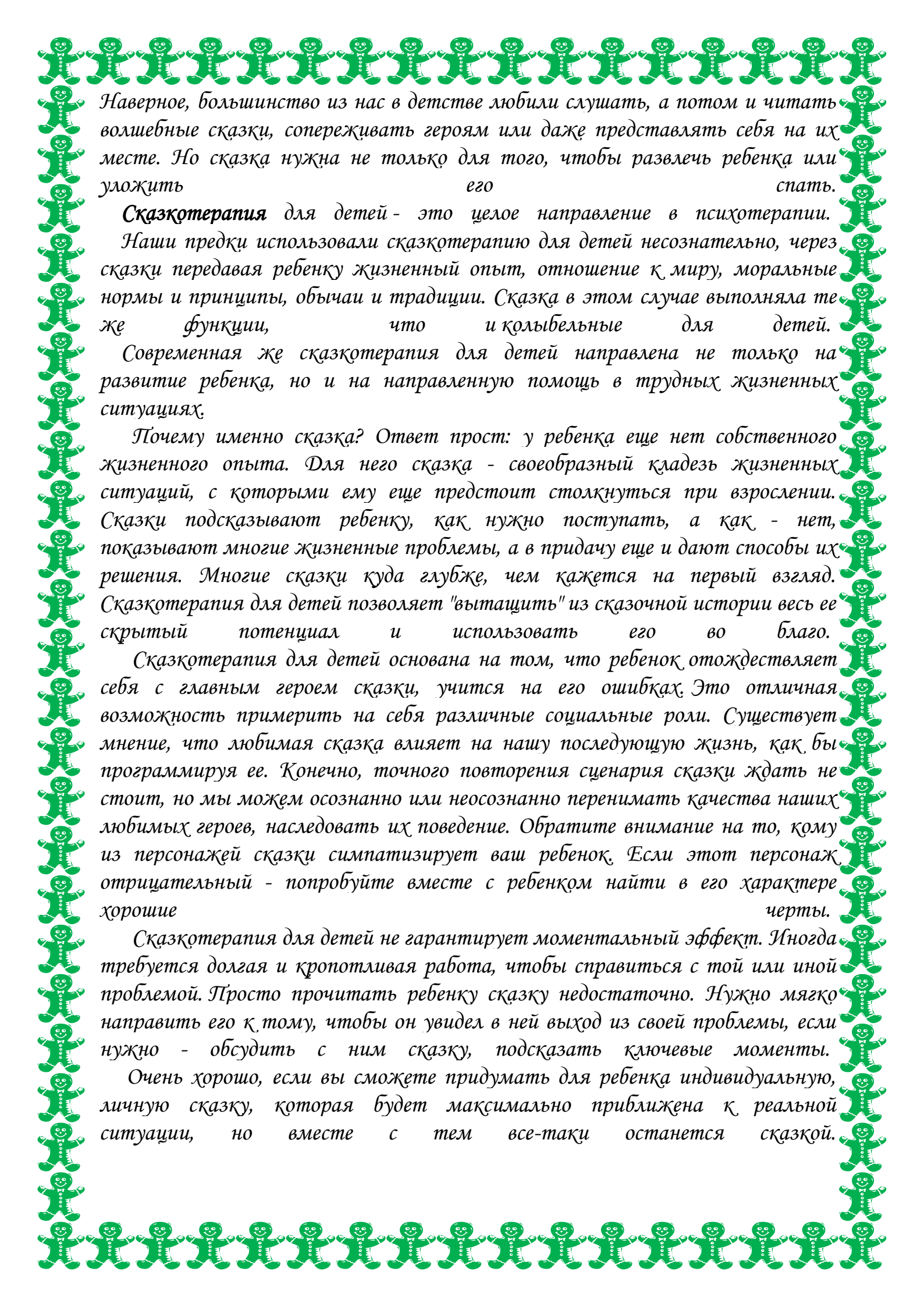


КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

"СКАЗКОТЕРАПИЯ"





Наверное, большинство из нас в детстве любили слушать, а потом и читать волшебные сказки, сопереживать героям или даже представлять себя на их месте. Но сказка нужна не только для того, чтобы развлечь ребенка или уложить его спать.

Сказкотерапия для детей - это целое направление в психотерапии.

Наши предки использовали сказкотерапию для детей неосознанно, через сказки передавая ребенку жизненный опыт, отношение к миру, моральные нормы и принципы, обычаи и традиции. Сказка в этом случае выполняла те же функции, что и колыбельные для детей.

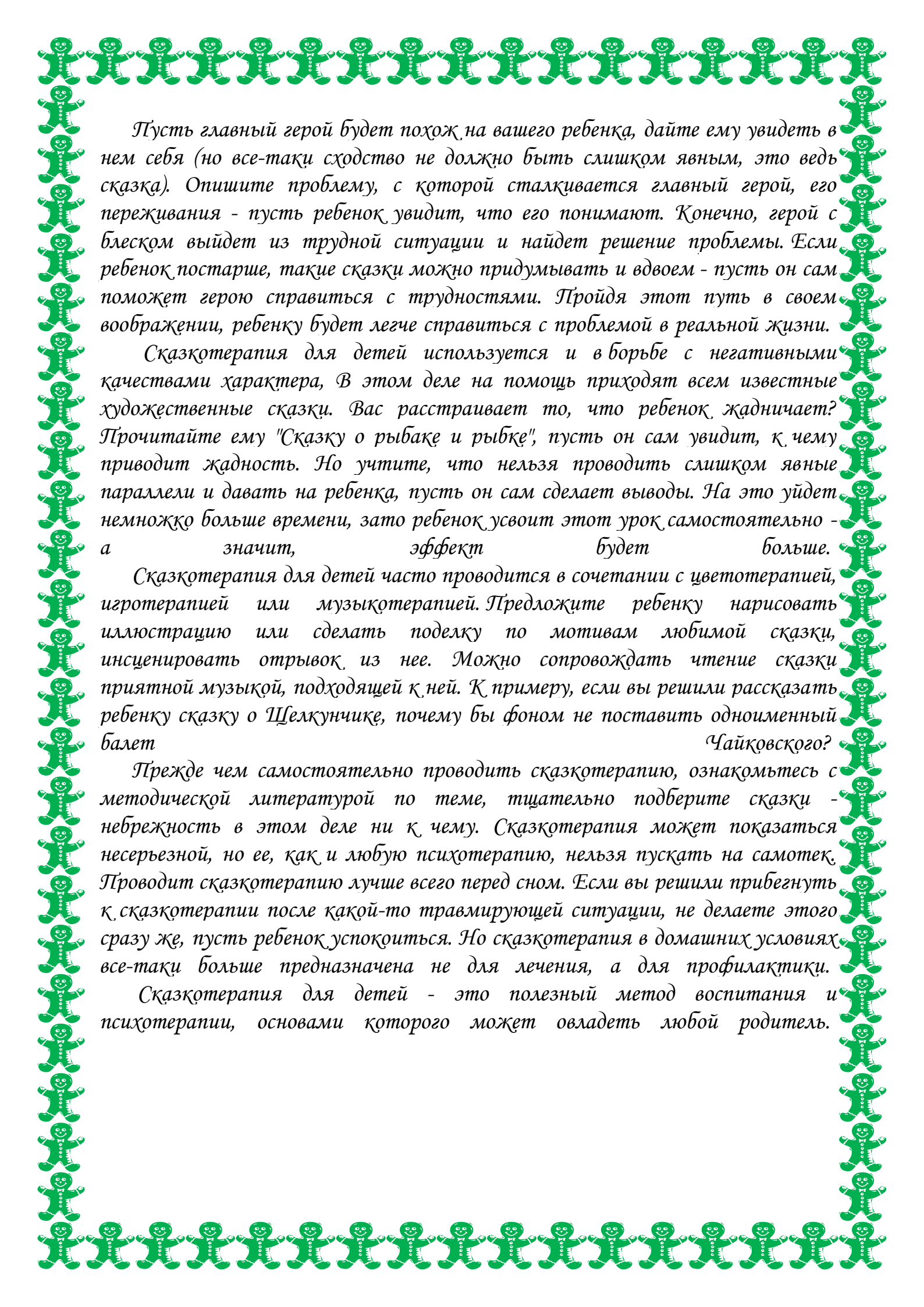
Современная же сказкотерапия для детей направлена не только на развитие ребенка, но и на направленную помощь в трудных жизненных ситуациях.

Почему именно сказка? Ответ прост: у ребенка еще нет собственного жизненного опыта. Для него сказка - своеобразный кладезь жизненных ситуаций, с которыми ему еще предстоит столкнуться при взрослении. Сказки подсказывают ребенку, как нужно поступать, а как - нет, показывают многие жизненные проблемы, а в придачу еще и дают способы их решения. Многие сказки куда глубже, чем кажется на первый взгляд. Сказкотерапия для детей позволяет "вытащить" из сказочной истории весь ее скрытый потенциал и использовать его во благо.

Сказкотерапия для детей основана на том, что ребенок отождествляет себя с главным героем сказки, учится на его ошибках. Это отличная возможность примерить на себя различные социальные роли. Существует мнение, что любимая сказка влияет на нашу последующую жизнь, как бы программируя ее. Конечно, точного повторения сценария сказки ждать не стоит, но мы можем осознанно или неосознанно перенимать качества наших любимых героев, наследовать их поведение. Обратите внимание на то, кому из персонажей сказки симпатизирует ваш ребенок. Если этот персонаж отрицательный - попробуйте вместе с ребенком найти в его характере хорошие черты.

Сказкотерапия для детей не гарантирует моментальный эффект. Иногда требуется долгая и кропотливая работа, чтобы справиться с той или иной проблемой. Просто прочитать ребенку сказку недостаточно. Нужно мягко направить его к тому, чтобы он увидел в ней выход из своей проблемы, если нужно - обсудить с ним сказку, подсказать ключевые моменты.

Очень хорошо, если вы сможете придумать для ребенка индивидуальную, личную сказку, которая будет максимально приближена к реальной ситуации, но вместе с тем все-таки останется сказкой.



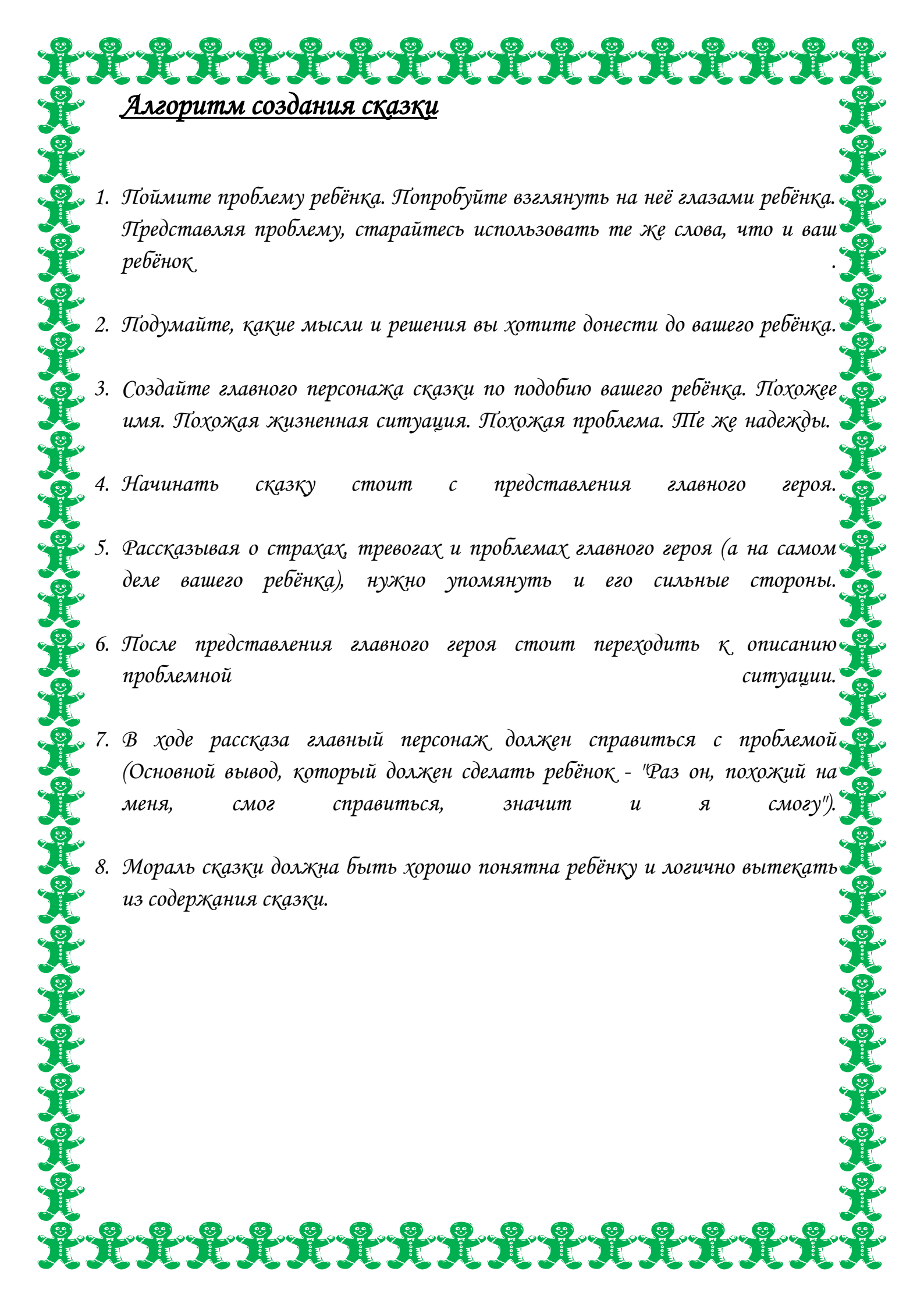
Пусть главный герой будет похож на вашего ребенка, дайте ему увидеть в нем себя (но все-таки сходство не должно быть слишком явным, это ведь сказка). Опишите проблему, с которой сталкивается главный герой, его переживания - пусть ребенок увидит, что его понимают. Конечно, герой с блеском выйдет из трудной ситуации и найдет решение проблемы. Если ребенок постарше, такие сказки можно придумывать и вдвоем - пусть он сам поможет герою справиться с трудностями. Пройдя этот путь в своем воображении, ребенку будет легче справиться с проблемой в реальной жизни.

Сказкотерапия для детей используется и в борьбе с негативными качествами характера, В этом деле на помощь приходят всем известные художественные сказки. Вас расстраивает то, что ребенок жадничает? Прочитайте ему "Сказку о рыбаке и рыбке", пусть он сам увидит, к чему приводит жадность. Но учтите, что нельзя проводить слишком явные параллели и давать на ребенка, пусть он сам сделает выводы. На это уйдет немножко больше времени, зато ребенок усвоит этот урок самостоятельно - а значит, эффект будет больше.

Сказкотерапия для детей часто проводится в сочетании с цветотерапией, игротерапией или музыкотерапией. Предложите ребенку нарисовать иллюстрацию или сделать поделку по мотивам любимой сказки, инсценировать отрывок из нее. Можно сопровождать чтение сказки приятной музыкой, подходящей к ней. К примеру, если вы решили рассказать ребенку сказку о Щелкунчике, почему бы фоном не поставить одноименный балет Чайковского?

Прежде чем самостоятельно проводить сказкотерапию, ознакомьтесь с методической литературой по теме, тщательно подберите сказки - небрежность в этом деле ни к чему. Сказкотерапия может показаться несерьезной, но ее, как и любую психотерапию, нельзя пускать на самотек. Проводит сказкотерапию лучше всего перед сном. Если вы решили прибегнуть к сказкотерапии после какой-то травмирующей ситуации, не делаете этого сразу же, пусть ребенок успокоится. Но сказкотерапия в домашних условиях все-таки больше предназначена не для лечения, а для профилактики.

Сказкотерапия для детей - это полезный метод воспитания и психотерапии, основами которого может овладеть любой родитель.



Алгоритм создания сказки

1. Поймите проблему ребёнка. Попробуйте взглянуть на неё глазами ребёнка. Представляя проблему, старайтесь использовать те же слова, что и ваш ребёнок.
2. Подумайте, какие мысли и решения вы хотите донести до вашего ребёнка.
3. Создайте главного персонажа сказки по подобию вашего ребёнка. Похожее имя. Похожая жизненная ситуация. Похожая проблема. Те же надежды.
4. Начинать сказку стоит с представления главного героя.
5. Рассказывая о страхах, тревогах и проблемах главного героя (а на самом деле вашего ребёнка), нужно упомянуть и его сильные стороны.
6. После представления главного героя стоит переходить к описанию проблемной ситуации.
7. В ходе рассказа главный персонаж должен справиться с проблемой (Основной вывод, который должен сделать ребёнок - "Раз он, похожий на меня, смог справиться, значит и я смогу").
8. Мораль сказки должна быть хорошо понятна ребёнку и логично вытекать из содержания сказки.

Полезные рекомендации

- *Используйте простые слова и больше простых предложений*
- *Иногда имеет смысл построить сюжет таким образом, чтобы у главного героя не сразу получилось разрешить проблему. Например, это может получиться со второй или третьей попытки. Это поможет ребёнку убедиться в полезности настойчивости и целеустремлённости. Знание того, что и у главного героя не всё получилось с первого раза поможет легче перенести неудачу во время собственной попытки, ведь не всё получается сделать сразу.*
- *Длительность рассказа определяется уровнем развития внимания вашего ребёнка*
- *Больше юмора*
- *Если рассказ ребёнку не интересен или ему скучно, то нужно его переработать: изменить сценарий, доработать персонажей*
- *Если вы не уверены в дальнейшем развитии сюжета рассказа, спросите ребёнка. Для этого подходят такие вопросы: "Как ты думаешь, а что дальше сделал <имя персонажа>?" или "И что он там увидел?". Не переживайте, если ребёнок ответит "Не знаю", предложите ему отгадать/предположить ответ на вопрос*
- *Не останавливайте ребёнка, когда он хочет вставить свой комментарий. Такие реплики детей - бесценная информация для понимания внутреннего мира ребёнка*
- *Отвечайте на вопросы детей максимально просто и понятно. Если не знаете, что ответить, переадресуйте обратно вопрос ребёнка. Вам помогут такие реплики: "А что ты думаешь?" или "А как бы поступил ты?"*
- *Делайте разные счастливые финалы для разных сказок. Это подчеркнёт уникальность каждой сказки*
- *Не пытайтесь сделать свою сказку идеальной. Уверен, детям она понравится и в "черновом" варианте*
- *Будьте открытыми и искренними*