

**Никифорова Татьяна Фёдоровна**

воспитатель

МДОУ Д/С с. Калининское

с. Калининское, Саратовская область

## **РОЛЬ ТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ СКАЗОК В СКАЗКОТЕРАПИИ**

*Аннотация: в статье говорится о роли терапевтических сказок как одного из методов сказкотерапии в организации коррекционной работы с детьми, имеющими те или иные нарушения психологического здоровья или другие психологические трудности – в общении, адаптации к детскому саду. Представлена типология нарушений психологического здоровья, а также методика работы со сказками.*

**Ключевые слова:** сказкотерапия, терапевтическая сказка, герой.

*Роль терапевтических сказок в сказкотерапии.*

Сказкотерапия – это «лечение сказкой», один из самых доступных и в то же время эффективных методов корректирования поведения и сознания ребенка. Основная цель сказкотерапии – предложить детям то, что им больше всего необходимо в данный момент. Одним требуется поддержка, другим – понимание, сопоставление или принятие, третьим – озвучивание возможных решений, стратегий или действий.

В сказкотерапии используются терапевтические сказки – истории, рассказывающие о проблемах и переживаниях, с которыми сталкивается ребенок.

Терапевтическая сказка – это история, построенная с учетом страхов и особенностей ребенка. В таких историях герой встречается со своими страхами лицом к лицу. По ходу действия он может преодолевать разные препятствия, встречаться с монстрами и чудовищами. Самое главное, чтобы в конце сказки главный герой преодолел все препятствия и победил страхи.

Часто в терапевтических сказках присутствуют добрые помощники, спешащие на помощь герою. Его могут защищать члены семьи или животные, волшебные предметы или сказочные персонажи. Из терапевтических сказок ре-

бенок узнает, что главному герою помогает и его собственная внутренняя сила. Это могут быть сказки о проснувшейся самостоятельности, вовремя подоспевшей смелости или об обретенной храбрости.

Благодаря терапевтическим сказкам у ребенка формируется творческое отношение к жизни, они помогают увидеть многообразие способов достижения цели, развивает скрытые способности к решению жизненных задач, появляется уверенность в своих силах, развивается самооценка и самоконтроль.

С древности считалось, что сказка лечит душу человека, также сказка учит жизни, и в форме сказки свою проблему легче увидеть и принять (не так обидно, не так больно). Существует много терапевтических сказок и рассказов, составленных авторами-психологами на все жизненные ситуации, родителям нужно лишь выбирать те, которые помогут их ребенку.

*Терапевтическая сказка* подсказывает и направляет, помогает понять, к чему могут привести те или иные действия. Через *сказку* происходит принятие чувств героев, осмысление их поведения и поступков. В *терапевтических сказках* описано множество ситуаций, происходящих в жизни.

*Так как же терапевтические сказки помогают детям?*

С помощью сказки легче всего донести до ребенка то, что он не воспринимает обычными словами (особенно если ему это что-то навязывают, угрожают или обвиняют).

Такие сказки подсказывают и направляют, помогают осознать то, к чему могут привести те или иные действия.

Через сказку происходит принятие чувств героя, обоснование его поведения и поступков.

В таких сказках описано множество жизненных ситуаций. Слушая их, дети могут выбрать именно тот, который им наиболее интересен и близок.

Эти методы наиболее эффективны при коррекции поведения у детей (как у малышей, так и у дошкольников). Если у ребенка отсутствуют те или иные патологии, родителям вовсе не обязательно обращаться к профессиональному психотерапевту.

*Для того чтобы помочь своему ребенку, повлиять на его поведение без особого давления, нужно знать основные приемы терапевтических сказок.*

С помощью терапевтических сказок можно лечить огромное количество капризов ребёнка: *лень, нежеланиеходить в детский сад, агрессию, неаккуратность, ложь, проблемы с едой.*

Терапевтические сказки активно используются при лечении *страхов, переживаний, связанных с потерей родных или появлением нового члена семьи.* Но, в таких случаях иногда требуется помочь профессионального – сказкотерапевта. Он может определить и подсказать вам, где именно нужно искать проблему. Это не всегда очевидно, но очень важно: ведь следует лечить не симптом, а причину.

Итак, почему же терапевтические сказки обладают таким влиянием на детей? Сказка – язык ребёнка, он понимает его лучше, чем нравоучения и наставления. Сказки помогают нам без нанесения травмы повлиять на внутренний мир малыша, показать ситуацию под другим углом, приобрести жизненный опыт и дать понять, что наш ребёнок не единственный, у кого то, тоже есть такая проблема. Кроме того, несмотря на то, что ребёнок уже в состоянии отличить реальное от сказочного, эти границы ещё очень размыты, и, слушая сказку, ребёнок по-настоящему переживает её события вместе с героями. Но легче принять ситуацию ребенку, когда в роли героя выступает такой же ребенок.

*С какого возраста можно использовать терапевтические сказки?*

Полезнее всего использовать терапевтические сказки для детей старше 2-х лет. Так как они просто не будут эффективны. Ребёнок младше 2-х лет не в состоянии проанализировать сказку, установить причинно-следственные связи, сделать выводы. Детям старше двух лет можно понемногу использовать простые терапевтические сказки, чтобы успокоить малыша, показать пример хорошего поведения, предупредить о возможных опасностях, успокоить малыша во время детских истерик, при проблемах с едой. С 3-х лет, можно использовать терапевтические сказки в полной мере, и они будут наиболее эффективны.

### *Виды терапевтических сказок*

*Существуют два вида терапевтических сказок.*

*Первый вид терапевтические сказки о ребёнке, который похож на вашего малыша.*

В этих сказках главным героем вы делаете ребёнка, который попадает в ситуацию, похожую на ситуацию вашего малыша. Сказка *не должна точно повторять ситуацию из жизни вашего малыша*, но должна быть *похожей*. Малыш понимает, что не только он может оказаться в подобной ситуации, и на примере другого ребёнка делает выводы и учится самостоятельно решать проблему. Такие сказки всегда развиваются по определённому пути:

*Знакомство с героем* (Жил-был мальчик Андрюша, который...). Если ребёнок очень маленький, то на месте героя может быть животное, игрушка. Для детей постарше гораздо эффективнее, если героем сказки будет настоящий ребёнок. После 4 лет, желательно вводить в сказку волшебных героев или волшебные предметы, а с 5 лет волшебство является обязательным условием сказки.

Проблема состоит в том, что герой сказки сталкивается с проблемой, конфликтом, страхом, присущим вашему ребёнку.

*Нужно определить пути решения проблемы.* Здесь рассказывается, что нужно сделать герою сказки, чтобы справиться с проблемой. Нередко при этом ему необходима помощь волшебных предметов.

*В итоге* герой сказки справляется с проблемой.

*Сказка должна быть закончена.* У терапевтической сказки всегда должна быть развязка.

Выводы, которые делает герой сказки. Мораль не должна быть затянута, 1–2 предложения. Не стоит обсуждать её с ребёнком. Он сам сделает выводы на подсознательном уровне.

Такие сказки не должны быть слишком сложными, с запутанным сюжетом.

Мы хотим привести вам пару примеров.

Ребёнок отличается *неаккуратностью*. Он не убирает за собой вещи, игрушки и пр. Можно рассказать ему сказку о девочке (мальчике), который вол-

шебным образом попадает в страну «нерях» и видит, как живут жители этой страны. Он делает выводы о том, как ужасно быть неаккуратным и обещает себе исправиться.

Другая частая проблема – ребёнок *не хочет – есть полезные овощи и фрукты*. Расскажите ему сказку о том, как герой сказки подслушал разговор овощей о том, какие они полезные.

Важно помнить, что героем сказки такого вида является *другой ребёнок, а не ваш*. Иначе вы можете вызвать отрицание вашего чада, говоря ему в лоб о проблеме, и такая сказка может навредить, а не помочь.

### *И второй вид терапевтические сказки, про вашего ребёнка.*

Эти сказки отличаются от сказок первого вида тем, что главным героем является ваш малыш. Рассказывая сказки, нужно обязательно использовать какие-то элементы из жизни ребёнка, имена друзей и родных, название улицы, ввести в сказку любимую игрушку, предметы домашнего обихода и пр. Таким образом, ребёнок действительно поверит, что вы рассказываете *сказку, про него самого*.

Дети по своей природе эгоцентричны. Ещё Джанни Родари в своей книге «Грамматика фантазии» говорил о том, как важны для ребёнка *сказки, про него самого* и каким огромным потенциалом они наделены.

Главным отличием сказки данного вида является то, что *вы наделяете главного героя сказки (своего ребёнка) тем качеством, которое хотите ему привить*. То есть мама или папа создают для своего малыша идеальную уточичную ситуацию, показывая, чего можно достичь при желании.

Например, если ваш ребёнок *невежлив*, в сказке вы показываете его очень вежливым, он обязательно здоровается со всеми встречными, говорит спасибо. Если ребёнок *боится темноты*, в сказке он смелый герой, помогающий маленькому котёнку, который заблудился в темноте. Ребёнок, который с трудом ложится *спать*, в сказке всегда идёт в кровать вовремя и, засыпая, попадает в волшебную страну, где его ждут невероятные приключения и т. п.

Такие сказки отличаются от сказок первого вида тем, что *проблема, которую вы хотите решить, не стоит на центральном месте*. Положительное качество ребёнка играет вспомогательную роль, помогает герою бороться с врагами, защищать слабых и т. п. Сюжет этой сказки может быть немного запутаннее, терапевтическая цель более завуалирована.

Важные моменты практики терапевтических сказок для детей, о которых следует помнить:

Для того, чтобы сказка имела положительный эффект, нужно рассказать её не один раз. Можно придумать разные сюжеты сказок, но на одну и ту же тему. Если ребёнок просит вас рассказывать одну и ту же сказку снова и снова, не отказывайте ему. Это означает, что сюжет сказки действительно важен для него.

*Не нужно использовать терапевтические сказки слишком часто.* Надо помните, что они как лекарство, которое надо принимать по назначению. При частом использовании сказкотерапия может потерять свою эффективность. Дети, гораздо умней, чем думают многие взрослые. В моей практике наблюдается что дети сами просят меня рассказать им сказку, если сталкиваются с какой-то проблемой, страхом или понимают, что кто-то из них ведет себя не так, как следовало бы.

*Не нужно расстолковывать ребёнку мораль сказки.* Он сам сделает выводы о том, что хорошо и что плохо, как следует поступать.

Очень хороший прием, используемый в терапевтических сказках, это юмор. *Сказка, в которой есть шутки*, воспринимается ребёнком легче и лучше запоминается. Не говоря о том, что шутки сближают родителей и детей.

**Каждый родитель может придумать терапевтическую сказку!**

*Родитель – самый лучший сказкотерапевт для своего малыша*, ведь никто кроме вас не знает его проблем и переживаний так хорошо. Вы всегда можете обратиться за помощью к книгам и интернету, почитать другие сказки на эту тему, а потом придумать свою, чем-то похожую на другие, но созданную с учётом вашей конкретной ситуации и, конечно, с любовью.

Надеемся, что эта статья поможет вам решить возрастные проблемы с помощью терапевтических сказок, не прибегая к такому неэффективному методу, как наказание.

### ***Список литературы***

1. Вачкова И.В. Сказкотерапия. Развитие самосознания через психологическую сказку / И.В. Вачкова.
2. Исаева Е.Н. Сказка как средство оптимизации психоэмоциональной сферы старших дошкольников / Е.Н. Исаева // Дошкольное воспитание. – 2012. – №7. – С. 19–24. – EDN RZHLLN
3. Короткова Л.Д. Сказкотерапия для дошкольников и младшего школьного возраста: методические рекомендации для педагогической и психологической работы / Л.Д. Короткова. – М., 2008.
4. Кулинцова И.Е. Коррекция детских страхов с помощью сказок / И.Е. Кулинцова. – М.: Эксмо-Пресс, 2011.
5. Зорькина Н.Н. Консультация для родителей «Оздоровление с помощью сказки» / Н.Н. Зорькина [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2018/11/21/konsultatsiya-dlya-roditeley-ozdorovlenie-s-pomoshchyu> (дата обращения: 23.06.2025).