**Сказкотерапия для ваших детей.**

**Почувствуй этот мир!**

**Сказкотерапия** переживает настоящий бум популярности. Появляются многочисленные статьи в газетах и журналах. Семейные теле- и радиоканалы включают в свои передачи сюжеты о значении сказок в развитии ребенка. Большинство специалистов системы образования, будь то учитель информатики, иностранного языка или педагог-психолог, стараются использовать в своей работе метафорический язык сказки. И если учитель географии начинает курс истории древнего мира, переодевшись в древнего человека, разыгрывает сцену его жизни, выходя из обычной классной кладовки-пещеры, привлекая учеников к охоте на мамонта и рисуя первую карту на куске кожи, то можно не сомневаться — успех его предмета в течение года обеспечен.

Привлекательность сказкотерапии для психологов можно объяснить, прежде всего, ее универсальностью:

Сказка информативна. Через анализ придуманной клиентом сказки психолог получает информацию о его жизни, актуальном состоянии, способах преодоления трудностей и мировоззренческих позициях.

Сказка экологична. Находясь не в обыденной, а в драматической реальности, как клиент, так и психолог эмоционально защищены. Тем самым снижается риск «сгорания», возрастает доверие клиента к терапевтическому процессу.

Сказка безгранична. Дополняя, изменяя, обогащая сказку, клиент (психолог) преодолевает самоограничения и дополняет, изменяет и обогащает свою жизнь. Сказка феерична. Бедная на демонстративность работа психолога получает возможность быть видимой: обращаясь к сказкотерапии, он может использовать различные куклы, костюмы, музыкальные инструменты, художественные продукты деятельности, а возможно, и психологический кукольный или драматический театр.

Сказка эмоциональна. Через участие в сказкотерапевтических сессиях клиент накапливает положительный эмоциональный заряд, укрепляя свой социальный иммунитет.

Сказка мудра. Через сказку психолог имеет возможность передать ребенку, родителям или педагогам новые способы и алгоритмы выхода из проблемной ситуации.

Еще одним большим достоинством сказки является отсутствие возрастных ограничений. Она эффективна не только с дошкольниками или младшими школьниками, для которых является «родным языком», но и с подростками «группы риска». Последние, как правило, характеризуются противоречивостью Я-концепции, в связи с чем им довольно сложно выстраивать отношения с миром. Используя богатый ресурс сказкотерапии, психолог способствует достижению согласованности между отдельными аспектами Я-концепции подростка.

Педагоги и родители также с интересом участвуют в сказкотерапевтических занятиях. Их внутренний ребенок пробуждается и активно вступает в игру, позволяющую не только расслабиться и снять напряжение, но и смоделировать, а затем проиграть многие проблемные ситуации. Процесс самовыражения через сказку напрямую связан с укреплением психического здоровья человека и может рассматриваться как значимый психопрофилактический фактор.

Использование сказкотерапевтических технологий дает психологу возможность помочь клиенту справиться со своими проблемами, восстановить его эмоциональное равновесие или устранить имеющиеся у него нарушения поведения, преодолеть дезадаптацию, способствовать интеллектуальному развитию.

**СКАЗОЧНЫЕ ЗАЧИНЫ**

|  |
| --- |
| **1.** В далеком лесу была школа Мудрой совы. Говорили, что она знает ответы на все вопросы и может решить любую задачу. Но вот однажды... |
| **2.** Однажды, вылетев из клетки, попугай попал на птичий двор. Он подумал: «Я средисвоих, и у меня есть возможность по-настоящему показать себя! Все узнают, какой яумный, какой образованный, какой молодец!»Попугай сел на забор и стал говорить на разных языках, копировать разных людей иживотных, читать стихи и песни. Птичий двор реагировал по-разному... |
| **3.** В некотором царстве, в некотором государстве жил-был король. Царство у него было небольшое, при желании его можно было объехать за два дня. Но король уже не помнил, когда в последний раз он объезжал свои владения. Уже который день он сидел на своем троне и грустил. Его одолевала печаль-тоска. Единственный, кто был рядом, — шут. Он сидел у ног короля и нес всякую чушь. |
| **4.** В королевстве эльфов был Дворец великих знаний. Там преподавали самые умелые и знающие, самые глубокие и непостижимые, самые добрые и любящие учителя. А учились там самые талантливые и работящие, самые внимательные и отзывчивые дети со всех десяти королевств. Главным мудрецом и учителем этого Дворца был могущественный Мерлин.С недавнего времени во Дворце стали происходить странные вещи... |
| **5.** В одной коробке с карандашами родился маленький карандашик. Взрослыекарандаши — мама, папа, бабушка и дедушка — были цветными. Причем у каждого из них был свой цвет. Маленький карандашик еще не имел своего цвета, ему еще предстояло стать цветным.Каждый день синяя мама учила его, как быть синим. Красный папа — какокраситься в красный цвет, потому что его выбирают чаще всего, рисуя прекрасныекартины. Желтый дед спорил со всеми, говоря о важности желтого цвета, а зеленаябабушка брала внука за руку, и на какое -то мгновение он зеленел. Так проходил день за днем, и вот... |
| **6.** Жили-были две росинки на лесном цветочке. Они встретились после весеннегодождика, им понравилось быть вместе и они, прячась от солнышка под листочкамицветка, мечтали о счастье. Однажды ночью похолодало, и, как росинки ни старалисьсогреться, одна из них заледенела... |

**Задание: продолжить, развить сюжет сказки.**

**Сказка о нежных Тёплышках** (К. Штайнер)

Давным-давно в одной стране жили вместе два очень счастливых человека — муж Тим и жена Магги. И были у них сын Йонукас и дочь Люция.

В те времена при рождении каждому человеку предназначался маленький мешочек с мягкими пушистыми комочками — нежными Теплышками, которыми они пользовались всю жизнь. Теплышки несли людям добро и нежность, а также защищали их от болезней и смерти.

Люди дарили Теплышки друг другу. Получить Теплышку было совсем несложно.

Достаточно было подойти к человеку и попросить: «Мне нужна Теплышка». Тот, достав Теплышку из мешочка, клал ее просящему на плечо. Теплышка улыбалась и превращалась в большой и очень пушистый комок, который при соприкосновении с человеком таял, наделяя его добротой и нежностью.

Люди не жалели друг для друга Теплышек, щедро раздаривая их. Поэтому все вокруг были счастливы и здоровы.

Но одной злой ведьме не нравилось это всеобщее счастье и здоровье: никто не покупал у нее микстур и мазей. И придумала она коварный план.

Однажды, когда Магги играла со своей дочкой, колдунья тихо подкралась к Тиму и зашептала на ухо: «Ты только посмотри, Тим, сколько Теплышек Магги отдает Люции. Если так пойдет дальше, Теплышки у нее закончатся и тебе ничего не достанется».

Слова злой колдуньи запали в сердце Тима, и стал он ревниво следить за Магги. Емуочень нравились ее Теплышки, и он упрекнул жену, зачем она бездумно раздает их. Магги очень любила Тима и, чтобы не огорчать его, решила приберечь для него Теплышки.

Вслед за мамой дети также перестали раздавать свои Теплышки. Теплышек становилось все меньше и меньше. Скоро все почувствовали, что вокруг стало не хватать тепла и нежности. Люди стали болеть и умирать.

Злой колдунье не хотелось, чтобы люди умирали — ведь покойникам не нужны еемази и микстуры. И задумала она новый план.

Всем людям страны колдунья раздала маленькие мешочки, внутри которых находились не нежные и мягкие Теплышки, а холодные и колючие ледышки, несущие людям холод и жестокость, но все-таки защищающие их от смерти.

С тех пор люди дарили друг другу Ледышки, а Теплышки оставляли себе. Скоро все вокруг почувствовали себя несчастными — ведь обменивались они злом, грубостью, жестокостью.

Людям очень не хватало Теплышек. Нашлись хитрецы, которые обклеивали Ледышки пухом, а затем продавали их вместо Теплышек. Обмениваясь ненастоящими Теплышками, люди не понимали, почему они не получают тепла и нежности.

Жизнь стала тяжелой и жестокой. А во всем была виновата злая колдунья, которая обманула людей, что Теплышки в мешочках скоро закончатся.

Однажды в эту несчастную страну забрела веселая и добрая странница. Она раздавала всем жителям Теплышки, совсем не переживая, что они могут закончиться.

Всем детям женщина очень понравилась, и они, следуя ее примеру, стали раздаривать свои Теплышки. Обеспокоенные взрослые срочно издали закон, запрещающий отдавать Теплышки без специального разрешения.

Дети же, совершенно не обращая на них внимания, продолжали дарить людям тепло,

заботу и радость. Борьба добра со злом продолжается и сейчас. Щедро дарите людям нежные Теплышки, будьте добры, счастливы и здоровы!

**Котенок** (И. Стишенок)

Жил-был на свете маленький серый котенок по имени Мурзик. Всю свою сознательную жизнь он провел в подвале большого дома и выходил оттуда только для того, чтобы найти еду или погоняться по двору за красивыми бабочками. Котенок был таким симпатичным, что многие дети хотели его погладить. Но как только они подходили поближе, Мурзик шипел, скалил зубки и царапался своими острыми коготками.

Испуганные дети убегали домой, а серый котенок возвращался в темный и холодный подвал. Со временем на него перестали обращать внимание, и если какой-нибудь незнакомец все-таки подходил поближе, дети громко кричали:

— Не трогайте его! Это Очень Злой Котенок. Он сильно царапается.

Однажды в доме появилась новая девочка, которую звали Маша. Выйдя во двор, она

неожиданно увидела серого котенка.

— Какой хорошенький! — воскликнула девочка и подошла поближе.

— Только не трогай его, — вдруг сказал ей мальчик, проходивший мимо. — Этот котенок всех царапает. Он Очень Злой.

Маша внимательно посмотрела на Мурзика и сказала:

— Это не злой, а Очень Испуганный Котенок. Наверное, когда-то его сильно обидели, и с тех пор он всех боится, а потому и царапается, защищаясь.

«— Но царапаясь, он никогда не найдет себе друга и останется одиноким», — произнес мальчик.

— А я знаю, как с ним подружиться, — улыбнулась Маша и побежала домой. Через несколько минут она вынесла в руках блюдечко с молоком и поставила его на землю.

— Ксс, ксс, — шепотом позвала девочка Мурзика и отошла в сторонку.

Услышав шепот, котенок вышел из подвала и очень медленно подошел к блюдцу.

Он внимательно осмотрелся по сторонам и, не почувствовав опасности, выпил вкусное молоко. Каждый день Маша поила маленького котенка и все ближе и ближе подходила к нему. Уже через неделю Мурзик разрешил ей дотронуться до своей мягкой спинки, а через месяц девочка и котенок так подружились, что вместе бегали по двору и играли с резиновым мячиком.

Незаметно наступила осень, подули холодные ветра, и девочка, пожалев котенка, решила взять его к себе домой. Впервые за многие месяцы Мурзик пошел на руки к человеку. Испуганными глазами он смотрел по сторонам, но не убегал. В новой квартире котенка накормили и отмыли от уличной грязи, и когда Мурзик высох, все вдруг с удивлением обнаружили, что шерстка у него не серая, а белая и блестящая.

Через несколько дней Маша с котенком снова вышли на улицу. Увидев детей, стоящих в стороне и молча смотрящих на них, девочка громко сказала:

— Вы можете погладить его, если хотите. Мурзик больше не царапается.

Дети с опаской и недоверием подходили к котенку и дотрагивались до его шерстки. Но он действительно не царапался.

— И совсем этот котенок не Злой, — с удивлением сказали они друг другу, — а Добрый и Красивый.

*Вопросы:*

*1. Нарисуйте котенка таким, каким вы его увидели.*

*2. Какая часть сказки показалась вам наиболее яркой? Что вас в ней привлекло?*

*3. Как вы думаете, почему дети называли котенка злым?*

*4. Был ли он злым на самом деле?*

*5. Знакома ли вам такая ситуация и те чувства, которые испытывал котенок?*

*6. Как девочка смогла подружиться с котенком? Почему ей это удалось?*

*7. Сразу ли поверили дети в изменение характера котенка? Почему?*

*8. Чему учит эта сказка?*

**Услышать свой день (О. Чеснокова)**

На далеком острове Табу жил мальчик Рик. Родители у Рика были важные люди — и их никогда не было дома. Они целыми днями важничали: работа была такая. И воспитывали Рика... четыре бабушки и три дедушки. Всего семь человек. Это обычная история на острове Табу. Ведь там водятся птицы Ру, уносящие детей. Ах да! Вы их, наверное, не знаете. Ну, тогда все по порядку.

С давних времен жили на острове дивные птицы неописуемой красоты. Взрослых людей они боялись и близко не подпускали. А вот с малышами играли целыми днями — лучше любой няньки. Так было, пока не завезли на остров чудо-машины. Взрослые были очарованы своими новыми игрушками. Теперь машины стирали, убирали, строили... А взрослые за ними ухаживали. И столько эти машины понастроили, что птицам стало негде жить, и они улетели с острова. Тогда стало происходить вот что. Многие дети начинали странно себя вести: им становилось скучно. Столько вокруг немыслимых красочных механизмов — а им все скучно. По ночам к таким детям прилетали птицы Ру. И через некоторое время дети исчезали — мелькнет за окном узорчатая тень, уносящая ребенка...и все. Хорошо, если получат родные письмецо непонятно откуда, мол, не скучайте, не ждите. Там, с птицами, детям было весело, и назад они не возвращались.

Да-а... Так вот, про нашего мальчика. Его бабушки и дедушки были, к счастью, родными Рика, а остальные — это те, кого странные птицы оставили без внучат. Главная задача у них, конечно, была — не дать Рику заскучать. Они и не давали: числовые вычисления, линейные построения, звездные наблюдения, веществостроение, словосписывание, песнопение и еще, и еще... В общем, все, что надо, чтобы побыстрее стать взрослым. И игрушек у Рика — не счесть: развивающие конструкторы,

наиполезнейшие головоломки, информирующие роботы... У него было все. Но самой

любимой игрушкой Рика и его постоянной спутницей была Большая Океанская Раковина,

которую он когда-то нашел на берегу. Как же он всех бабушек и дедушек этой Раковиной

извел! Рик уверял, что если приложить ее к уху и закрыть глаза, то сейчас же окажешься в

самом счастливом дне своей жизни.

У Рика это был день, когда он нашел свою Раковину. Конечно же, всех своих бабушек и дедушек поочередно он заставлял сидеть с раковиной у уха, с закрытыми глазами — подолгу, чуть не каждый

день. Что может быть глупее: ничего не видно и не слышно, да еще вон сколько уроков не пройдено. Бедные прародители теперь очень нервничали на занятиях. Идет, к примеру, урок линейного построения — так все фигуры чертятся прямо на полу, а в центре — Раковина. На музыкальном часу надо прыгать вокруг нее же. И выбросить эту проклятую Раковину нельзя: а что, если Рик заскучает?!

И все же он заскучал. Все реже просил Рик послушать Раковину. Потом и вовсе оставил всех в покое. Тревога охватила весь дом. Даже родители на целых два часа оставили свои важные дела. На взрослом совете было решено не выпускать Рика из дома, пока он не подрастет, — ведь уже дважды видели люди над домом опасную тень птицы...

Рик исчез утром. Пришли взрослые— а в комнате никого.

Записка на столе: «Будет время — послушайте Раковину». Вот и Раковина лежит.

Великая скорбь охватила дом. Мы потеряли ребенка! Некого больше учить. Теперь есть

время. И дедушка-математик взял Раковину и прижал к уху.

Через некоторое время дедушка воскликнул: «Ну конечно же, футбол». Счастливыми глазами глядя на остальных, он объявил, что самым лучшим днем в его жизни стал день, когда они с отцом вместе пошли смотреть футбольный матч. С надеждой вслушивались взрослые в нечто там, в Раковине. И каждый, каждый вспомнил тот свой особенный счастливый день, который остался в далеком детстве. Теперь они отдали бы весь мир, чтобы рассказать Рику о том, что они услышали и увидели, и что они

поняли... Но он улетел навсегда.

«И вовсе я не улетел! — воскликнул мальчик, выбираясь из шкафа. — Я хотел улететь завтра и нечаянно уснул. Но теперь я остаюсь — ведь я так сильно вас люблю!»

Надо ли описывать вам, сколько радости, счастья и веселья было в доме! Сейчас этот дом называют домом, которому повезло. Рика — мальчиком, которому повезло с бабушками и дедушками. А важные родители теперь пораньше спешат домой, чтобы

слушать всей семьей счастливые истории волшебной Раковины.

**Драгоценность** (Н. Сакович)

Пляжный песок двигался по направлению к морю. Каждая песчинка знала свой путь.

Откуда приходило это знание? Неизвестно. Но как только песчинка появлялась на свет, она знала, что, если она дойдет до моря и ей повезет, через некоторое время она может стать жемчужиной.

Набегавшая на песок волна лениво перебирала песчинки, грозно отбрасывая неподходящие. Не то чтобы она была очень строга, просто она выполняла свою великую миссию на службе морю. Песчинки, подгоняемые пляжным ветерком, торопливо бежали к волне, переливаясь на солнышке. Волна отбирала блестящие, прозрачные и чистые песчинки и быстро возвращалась с ними в море, где с шумом разбрасывала их в разные стороны. Дальше песчинки продолжали свой путь самостоятельно. Глубоко в море их ожидали маленькие раковины-жемчужницы. Каждая раковина встречала свою песчинку распростертыми створками. Этот момент был волшебным началом рождения прекрасных жемчужин.

А песок продолжал свой путь к морю...

Однажды, когда солнце щедро дарило миру свое тепло, на море был штиль. Волна

утомленно перебирала песочек, изредка советуясь с морем. Внезапно в ее ладони попала небольшая блестящая и прозрачная песчинка. Таких много было вокруг, но эту отличало то, что она была черна. Быть черной и прозрачной одновременно — удивительно. Волна подняла песчинку на гребне выше к солнышку, и та засветилась изнутри необыкновенным светом. Откуда взялась она тут, на этом пляже, неизвестно. Возможно, когда-то здесь было кострище и ветер разнес по пляжу крупинки остывших углей. Черная песчинка как будто помнила то пламя. Или оно было внутри нее? Волна задумалась. Что делать с находкой? Она отличалась от тех, которые привычно относились в море. Но оставить ее на берегу, отбросить волна не могла.

На море поднимался ветер, стало штормить. Вздохнув, волна решилась отнести свою необыкновенную находку подальше в море, туда, где она в бешеном танце встречалась с другими волнами. Подхватив «искорку», она ринулась в море, и через несколько минут вместе с фонтаном брызг песчинка полетела навстречу своей судьбе. Там, глубоко внизу, ее ждала прекрасная раковина-жемчужница.

Прошло время. Песок так же двигался к морю...

Волна часто вспоминала свою удивительную находку. Когда она бывала в море, она расспрашивала у его жителей, не встречали ли они на своем пути песчинку-«искорку».

И вот однажды, когда из-за сильного ветра волна оказалась далеко в море, она услышала чарующее слух пение. Это пели русалки, собирающие жемчуг. В их песне воспевалась черная жемчужина, королева моря, великая драгоценность. Каждого, кто брал ее в руки, она освещала прекрасным внутренним светом, дарящим любовь и красоту. «Это моя „искорка"», — поняла волна.

Быть одновременно черной и драгоценной удивительно?

**Сон** (Н. Сакович)

Она держала их в руках часто. Может быть, даже слишком часто. Ей нравилось, как песок, торопливо отмеряя время, пересыпался из одной части в другую и снова из одной части в другую... В этом действии как будто был заключен какой-то магический ритуал.

Вместе с опустошающейся частью сосуда что-то опустошалось у нее внутри, и она с тревогой переворачивала часы, запуская новый ход времени. Иногда в эти минуты ей хотелось уснуть, может, и навсегда. Ведь сон, как никто другой, знаком с вечностью.

— Тесно. Душно. Да, душно, нечем дышать, — подумала она, — где это я? Кругом

песок, и он движется. Я в какой-то воронке, а что это за стеклянный купол над головой?

— Говорящая песчинка? — спросил кто-то.

— Я не песчинка, я личность!

— Если говорить умеешь, так сразу и личность. Посмотри вокруг, таких, как ты, тысячи, и у всех одна задача.

— Какая?

— Течь! Течет песок, течет и время!

— А кто ты?

— Я дух этих песочных часов.

- Но я не хочу течь как все, я личность и хочу свободы!

— Посмотри вокруг. Ты в воронке, ты часть вечности. Ты песчинка и вместе с другими ты будешь вечно отмерять ход времени.

— И время нельзя остановить?

— Временем, которое измеряем мы, управляет человек. По его желанию время

останавливается, и тогда все песчинки в часах застывают пирамидой в ожидании. По его желанию время оживает, и песчинки, кружась в водовороте, стремятся выполнить свой долг.

— Но я не хочу!

В это время водоворот времени захватил песчинку и вытолкнул в другую часть колбы. Это было похоже на рождение. Темнота. Удушье. Свет...

Тяжело дыша, песчинка стала оглядываться. Через стекло она увидела приближающуюся к часам человеческую руку. «Нет!»— подумала она. Но человек вновь запустил время...

Вздрогнув, она проснулась. Глупо, уснула средь бела дня. А что мне снилось?

Она посмотрела на руку, сжимавшую песочные часы. Сон стал быстро восстанавливаться в памяти.

— Нет! — Рука бросила стеклянную колбу на пол. Треск и свободные песчинки

побежали в разные стороны.

«Вечность — это не ограничение, а свобода выбора», — подумала она и улыбнулась.

**Колючка** (И. Стишенок)

На большой солнечной поляне росла одинокая Колючка. Конечно, она росла там не одна: вокруг было много разных цветов и трав, высоко в небе светило солнышко, пели птицы, но колючке казалось, что на свете она одна-одинешенька, и если кто и растет рядом, то одни только репейники — колючие, жесткие и холодные.

Поэтому Колючка ни с кем не дружила. Она гордо росла на полянке, смотрела в синее небо и размышляла: вот небо — большое, чистое и светлое, а вот солнце— теплое, ласковое и нежное, но они так далеко от меня, так недосягаемы. А я одинока и привязана к земле.

Она размышляла так изо дня в день, и все больше сжималась от одиночества, и все жестче становились ее иголочки. Но однажды утром случилось что-то необыкновенное. Колючка проснулась от чьего-то нежного прикосновения. Открыв глаза, она увидела солнечный Лучик.

— Привет, —сказал он ей. — Уже середина лета, все цветы цветут, а ты о чем думаешь?

— Что значит — цветут? — удивилась Колючка, — я об этом ничего не знаю.

— А ты посмотри вокруг и увидишь, — улыбнулся Лучик.

Колючка оглянулась и впервые заметила, на какой большой, светлой и красивой поляне она растет. Рядом шелестели цветы — яркие и нежные, легкий ветерок ласково касался их и что-то нашептывал, а птицы пели веселые песни.

— Как же так? — удивилась Колючка. — Вокруг такая интересная жизнь, а я ничего не видела, смотрела только в себя и грустила от одиночества. Как глупо! Лучик! —воскликнула она, — помоги мне стать такой же красивой, как эти цветы. Я очень хочу стать красивой!

— Но это же так просто, — ответил ей Лучик, — доверься этому миру, открой ему себя, и все случится само собой.

— Как это? — подумала Колючка, но все же выпрямилась, посмотрела по сторонам и улыбнулась.

И вдруг все цветы улыбнулись ей в ответ. Колючка пошевелила корнями и почувствовала, как земля поит ее своими соками, подняла голову и ощутила, как согревает солнышко, пошевелила листиками и ощутила ласковое прикосновение ветерка. Птицы спели ей красивую песню, и Колючка вдруг расцвела.

— Расцвела! Я расцвела! — воскликнула она. — Как это просто. И как сложно мне было к этому прийти. Спасибо тебе, Солнечный Лучик. Я смогла открыться и довериться миру, и мир протянул мне руку помощи. Он всегда готов помочь, а я об этом и не догадывалась.

Красавица Колючка радостно трепетала — у нее начиналась Новая Жизнь.

*Вопросы*

*1. О чем эта сказка?*

*2. Почему Колючка казалась себе одинокой?*

*3. Кто помог Колючке изменить взгляд на жизнь? Каким образом?*

*4. Что она сделала, чтобы расцвести?*

*5. Есть ли среди ваших знакомых кто-нибудь, похожий на Колючку?*

*6. Знакома ли вам такая ситуация и те чувства, которые испытывала Колючка?*

*7. Как можно помочь человеку, похожему на сказочную Колючку?*

*8. Чему может научить эта сказка?*

*9. Нарисуйте наиболее запомнившуюся вам картину сказки.*