

Консультация для родителей

«Сказкотерапия в семье»

Вы спросите, что такое **сказкотерапия**? Это способ сблизиться со своим ребенком. Личность человека формируется в детстве, и сказкотерапия – это один из самых лучших способов донести до своего ребенка сложные вещи, которые ему легче воспринимать через сказку.

В чем отличие сказки и сказкотерапии?

Многие задумываются, разве сказка и сказкотерапия не одно и то же?! Не совсем. Сказки, которые мы слушаем перед сном, отличаются от сказок в терапевтических целях тем, что они решают конкретную проблему определенного ребенка. В практической психологии довольно часто используют этот метод, который стал актуальным в наше время. Дети мыслят образно, поэтому с помощью сказкотерапии мы можем достигнуть больших результатов, чем просто беседуя на какие-то темы.

Какую пользу оказывает сказкотерапия?

Малыш, который слышит историю с вымышленными персонажами, воспринимает все реально. В сказках используются метафоры, гиперболы-способы завлечь ребенка тем, о чем повествуется. И дети сопереживают, радуются вместе с героями. Но если ребенок чем-то обеспокоен, он сразу же «примеряет» ситуацию из сказки на себя, что помогает ему решить, как надо поступить. Дети сразу же проникаются к доброму персонажу, поэтому сказка способствует перенять на себя позитивную сторону персонажа, который, по мнению ребенка, прав. В этом и заключается сказкотерапия.

Как правильно проводить сказкотерапию?

Многие родители думают, что нужно рассказывать только положительные истории, но не стоит этого делать. Вы же не хотите, чтобы ваш ребенок воспринимал окружающее в розовом цвете? Никто не призывает рассказывать ребенку и сколько плохого может его ждать. Рассказывая сказку, необходимо, чтобы количество положительных моментов было приблизительно равно количеству отрицательных, негативных моментов. А для ребенка, чтобы он лучше понимал, в чем заключается правильное поведение, необходимо расставлять акценты на добрые поступки героев и осуждать плохие. В лексике должно преобладать больше слов: доброта, красота, дружба, смелость и т.д.

Для сказкотерапии не важно, чья это будет история: ваша, авторская или же народная, основное тут выбрать историю, которую вашему ребенку не надоест слушать несколько раз подряд. В конечном счете, вы сможете рассказывать ребенку одну и ту же историю, лишь проецируя на проблемы, которые его беспокоят. Еще лучше, натолкнуть малыша самого сочинить сказку с помощью наводящих вопросов, Это дает ребенку самому разобраться в своих проблемах, пытаться решить волнующие его вопросы. Дети самостоятельно придумывают себе героев, чтобы понять, как правильно поступить, воплощая это в своей жизни.

Основные правила сказкотерапии

Сказкотерапию лучше проводить спустя некоторое время после того, когда с ребенком произошла неприятная ситуация. Конечно, лучше предупредить ребенка с помощью сказки, рассказать ему, что его ждет, например, в детском саду, морально подготавливая его. Однако если уже с ним что-то приключилось, пусть отдохнет, немного отвлечется и тогда будет проще помочь. Для лучшего восприятия, ребенку нужно послушать сказку перед тем, как он ложится спать: днем или вечером. Чтобы ребенок легче смог понять, пофантазировать, нужно начать сеанс сказкотерапии словами: «Когда-то, где-то, давным-давно, далеко-далеко, в одном королевстве...». Это поможет ему представить место происходящего. Можно помочь ребенку «превратиться» в сказочного персонажа: выключить свет, надеть на него разноцветную пижаму.

Виды терапевтических сказок

- 1. Дидактические сказки** – это сказки, которые развивают и обучают. Закладывают в детей основу учебных знаний и дают представление о новых понятиях. В таких сказках можно одушевлять предметы, буквы, цифры. Сказки рассказывают детям о семье, растениях, животных, правилах поведения в увлекательной форме.
- 2. Художественные сказки** – это народные сказки, в которых чтутся традиции и опыт человечества. В этих сказках предпочтение отдается нравственности - этическим принципам, информации о взаимопонимании и взаимоотношении людей, а поэтому их используют в педагогике.
- 3. Диагностические сказки.** Подсознательно, ребенок выбирает для себя персонажа и действует соответственно, выбранной им модели. Поэтому, девочка, выбрав себе в герои мышку-норушку, будет хрупкой и застенчивой.

А мальчик, выбравший капитана, будет стараться командовать и чувствовать себя главным.

4. Профилактические сказки. Чтобы сформировать личность, в память ребенка, с помощью сказок, закладываются представления о различных ситуациях, знания об окружающем мире, о себе. Формируется дальнейшее восприятие мира ребенком.

5. Лечебно-психологические сказки – это сказки, которые проецируют в себе жизненные ситуации. Там, где ребенок проживает жизнь вместе с главным персонажем и воспринимает как победы, так и поражения на свой счет. Это дает возможность ребенку посмотреть на себя со стороны, и, возвращаясь в реальность, чувствовать себя более уверенным и защищенным. Дети пытаются применить полученные навыки в жизни, борясь со своими проблемами и страхами.

6. Медитативные сказки – это сказки, которые снимают усталость и напряжение. Если ребенок эмоционально настроен негативно, сеанс сказкотерапии поможет ему успокоиться и найти способ расслабиться.

Материал подготовила воспитатель МБДОУ № 25 Попова Г.Г.