

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
центр развития ребёнка – детский сад № 106



# ПОЗОВЁМ НА ПОМОЩЬ СКАЗКУ

**Брошюра для родителей и педагогов**

**Леонидова Марина Александровна,**  
воспитатель высшей  
квалификационной категории

# Позовём на помощь сказку

Волшебство, чудеса, фантазии... Всё это можно найти в сказках. Дети с замиранием сердца слушают их в ожидании хорошего конца. Всегда найдётся добрый, смелый и сильный герой, на которого бы хотел походить любой мальчик, или красавица героиня, на которую стремятся быть похожими девочки. Порой в своих играх они называют себя их именами, проигрывают сказочные сюжеты с их участием. И сами взрослые порой верят в чудеса. А что же такое сказка? Чем она может помочь ребёнку?

С древних времён люди рассказывают друг другу истории из своей жизни, пересказывают увиденное, услышанное, пережитое, прочитанное. В сказках содержится вся человеческая мудрость, опыт народа, которые передаются из поколения в поколение. Именно из сказок ребёнок узнаёт, что жизнь являет собой активное противоборство двух важных элементов: добра и зла. Причём, добро всегда вознаграждается, а зло – непременно наказывается. Сказка показывает детям различные жизненные сценарии: мягкость и доброту противопоставляя жестокости, великодушие – безжалостности, смелость – трудности и малодушию. Ребёнок узнаёт, что на свете, наряду с радостью, счастьем, дружбой и любовью, существуют страхи, отчаяние, ложь и вина. Но, рассказывая о трудностях, сказка не пугает – она даёт надежду и показывает, что выход есть всегда. Она же показывает способы борьбы: не терять присутствия духа в трудных ситуациях и быть целеустремлённым, не унывать, не бросать друзей в беде, нести ответственность за свои поступки, оставаться несмотря ни на что добрым и отзывчивым человеком...



**Сказкотерапия – это учение и язык одновременно. Учение – потому что сказки, притчи, легенды, мифы хранят информацию о том, как люди ищут, прикасаются, переживают присутствие или отсутствие общечеловеческих ценностей... Язык – потому что увлекательный сюжет легко воспринимается... А значит легко усваиваются и запоминаются основные ценности, и душа человека пропитывается добром.**

### **Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева**

**Отсутствие жёсткой персонификации.** Главный герой в сказке, как правило, является собирательным архетипическим образом, что помогает ребёнку идентифицировать себя с ним. Немаловажно и то, что имена героев используются почти всегда одни и те же (Иванушка, Аленушка, Василиса, Марья). Это делает их почти что нарицательными, что опять же помогает идентификации ребёнка с героем. Подобная неопределённость имен, места действия и сказочных образов психологически помогает ребёнку уйти (отдалиться) от проблемы, которая кажется ему неразрешимой. Но, с другой стороны, эта же неопределённость даёт прекрасную возможность для идентификации себя с героями сказок, тем самым, многократно усиливая потенциал ребёнка;



**Чёткое разграничение зла и добра и неукоснительная победа добра над злом.** В сказке сразу понятно, кто хороший, а кто — плохой. Кроме того, всегда прослеживается четкая закономерность, показывающая, что по делам героям будет и расплата. Конечно, это наивно, но, всё же, по сути своей правильно. Для сказки обязателен хороший конец. Он необходим для того, чтобы дать ребёнку чувство психологической защищенности. Как же славно понимать: что бы ни случилось, что бы ни произошло, все закончится хорошо.

На свете существует очень много сказок. Есть волшебные сказки и сказки о животных, есть бытовые сказки и сказки-притчи, существуют даже докучные сказки (например, сказка про белого бычка).

К сказкам, в данном случае, мы можем отнести и истории героического содержания - предания, легенды, былины, саги, мифы и эпосы.

Для каждого детского возраста особенно увлекательна своя категория сказок.

Маленьким детям (до 5 лет) — наиболее понятны и близки сказки о животных. В этом возрасте дети часто идентифицируют себя именно с животными.

С 5 лет, ребёнок начинает идентифицировать себя с человеческими персонажами и примерно с этого возраста начинает понимать и любить волшебные сказки.

Подростку становятся интересны более реальные истории, являющиеся носителями глубокой жизненной философии: притчи, предания, мифы, легенды, былины, саги и эпосы.



Лет с шести дети начинают интересоваться сказками-страшилками, например, историями про различную нечисть и потусторонний мир. Ничего ужасного в этом нет. Наоборот. В этом возрасте появляются нешуточные страхи — страх смерти (собственной или родных, любимых людей). У некоторых детей этот страх доходит до того, что они даже боятся ложиться спать и закрывать глаза. А читая сказки-страшилки, дети многократно проживают иррациональный страх, постепенно изменяя свое отношение к пугающим событиям. Тем самым страх «прорабатывается» и дети освобождаются от внутреннего напряжения.

# Практическая сказкотерапия: сочиняем психокоррекционную сказку

Со слов Татьяны Зинкевич-Евстигнеевой: «Это сказки, которые в полном смысле «лечат Душу», «заботятся о Душе». За их образами стоят глубинные механизмы бытия, рассуждения о сущностных философских понятиях: Любви, Добре, Гордыне, Смерти, Стиле жизни. Эти сказки исследуют самые сокровенные мотивы поведения человека и раскрывают тайны Бытия».

Если вы все же решили самостоятельно написать психокоррекционную сказку для вашего ребёнка, стоит воспользоваться опытом известного психолога Дорис Бретт, которая широко известна как автор «историй про Энни». Дорис написала их специально для своей 11-летней дочери Аманты.

Они были названы «историями про Энни» только лишь потому, что имя Аманта в английской транскрипции созвучно имени Энни. По словам Дорис Бретт, имя героя сказки должно напоминать имя ребёнка (для которого она пишется), но не быть полностью идентичным ему. Если вашу дочку зовут Кристина, то истории могут быть о Карине. Если сына зовут Гриша, то имя героя историй может быть Миша или Гоша. Для большей убедительности и похожести, придуманные для ребёнка сказки можно начинать словами: «Жила одна девочка, она была очень похожа на тебя...» Девочке нужно рассказывать истории про девочку, а мальчику — о мальчике.

Механизм воздействия психокоррекционной сказки в данном случае следующий. Ребёнок отождествляет себя с героем рассказа. А как может быть иначе, они ведь так похожи! Идентификация продолжается до тех пор, пока повествование не доходит до проблемы, волнующей ребёнка. В этот момент ребёнок становится на позицию отстраненного слушателя, наблюдая за своим сказочным двойником как бы со стороны. Это позволяет ему не чувствовать себя виноватым, не испытывать страха или смущения. Ведь ему рассказывают историю про абсолютно постороннюю персону. Ребёнок будет просто слушать сказку. Но действия сказочного персонажа бессознательно он будет продолжать проецировать на себя. И когда герой сказки найдет выход из трудной ситуации, это станет примером для ребёнка-слушателя —

он поймет, что сможет так же. Понимание этого дает дополнительную мотивацию и силы для преодоления трудностей. Этого-то сказочник и добивается. Сказочный герой наглядно показывает пути решения проблемы, облегчая малышу задачу поиска.

Если ваш ребёнок маленький, ему нужно рассказывать психокоррекционные сказки, наполненные волшебным антуражем — феями, волшебством и чудесами, то есть, перенести действие сказки из мира реального в мир волшебный. Не забывая при этом, что проблемы у сказочных персонажей должны быть точно такими же, как у ребёнка.

Если дочка любит сказки о принцессах и феях, можно рассказать ей о маленькой феечке. Эта феечка должна быть очень похожа на вашу дочку и возрастом, и цветом волос, и даже наличием у неё братьев и сестер. И, конечно же, проблемами. Например, если у дочери нет друзей в школе (и оттого она чувствует себя очень одинокой), то и у феечки в её волшебной школе не должно быть подруг. Но феечка обязательно решает эту проблему, показывая тем самым и девочке: что ей нужно сделать для того, чтобы появились друзья.

Сыну нравятся приключения, но он не любит мыть уши, чистить зубы и убирать свои игрушки. Расскажите ему о космическом корабле, который из-за неаккуратности одного из членов экипажа зарос паутиной и чуть не потерялся в открытом космосе.

Помните, не важно, девочка или мальчик, зайчик или белочка, фея или юнга будут главными героями, главное, сочиняя сказочную историю, нужно не только понять проблему ребёнка, но и посмотреть его глазами. А это совсем непросто. Ведь мы, взрослые, уже давно отвыкли от подобного взгляда на мир, который всюду открывает неведомое и волшебное.



# Как сочинять сказки?

Психокоррекционная сказка должна давать ответы на тревожащие ребёнка вопросы. Поэтому, прежде чем браться за её написание:

**обдумайте проблему, которая беспокоит ребёнка.** Постарайтесь понять, как данная ситуация воспринимается с его точки зрения;

**сформулируйте основную идею рассказа.** Подумайте, что вы хотите донести до ребёнка и какие решения вы собираетесь ему предложить. Эти решения должны быть для него вполне выполнимыми, то есть не быть слишком сложными.

## Правила написания

**Не стоит пользоваться вычурным или чересчур сложным языком.** Язык сказочной истории должен быть понятен для детского восприятия. Сказка будет полезна лишь в случае её доходчивости.

**Не мудрствуйте лукаво: не гонитесь за совершенством и в процессе оттачивания формы не забывайте о содержании.** Даже, если получится так, что ваша сказка будет «хромать» в части стилистики, не отчаивайтесь — красота стиля в терапевтических сказках дело не главное. Очень часто сказки даже бывалых сказкотерпевтов «не ложатся на бумагу», такова уж их особенность. К тому же, дети являются очень благодарными слушателями, которые с удовольствием выслушают интересную сказку, не заостряя внимание на каких-либо её изъянах.

**Можно сочетать реальных и вымышленных персонажей.** Если ребёнок еще довольно мал, то в рассказ желательно вводить персонажей любимых книг или мультфильмов, а также придуманных вами сказочных героев. Это усилит ощущение сказочности.

**Рассказывая о проблемах и недостатках героя (а по сути, вашего ребёнка), не забывайте подчеркнуть его достоинства.**

**Помните о юморе.** Лучше всего, если сказка будет им пронизана насквозь.

**У сказки должен быть счастливый конец.** Это вселит в малыша надежду. Человек, у которого не осталось надежды, всегда проигрывает.

## **Помните**

**Для рассказывания сказки должен быть приведен какой-либо подходящий довод.** Если ребёнок еще довольно мал, то можно ему рассказывать сказки без всяких предисловий и оговорок. Но, чем старше становится человек, тем больше ему требуется обоснование, объясняющее, зачем нужно выслушать ту или иную историю. Можно превратить это в ритуал. В любом случае, сказка ребёнку должна быть рассказана непринужденно и доверительно. Только тогда малыш будет открыт для того, что вы хотите до него донести.

**Рассказывая ребёнку сказку, будьте внимательны к его реакции.** Захвачен ли он содержанием, или ему скучно? На каких моментах он становится особенно внимательным? Эмоциональный отклик ребёнка может многое рассказать чутким и заботливым родителям.

**Не оставляйте без внимания вопросы ребёнка, касающиеся рассказанной истории.** Они помогут вам заглянуть во внутренний мир ребёнка и лучше понять, что его тревожит. Сказочные истории тем и хороши, что дают ребёнку возможность не только самому поразмыслить над возникшей проблемой, но и задать взрослым волнующие или смущающие его вопросы.

**Рассказывая историю, не забывайте время от времени спрашивать у ребёнка о том, что, по его мнению, тревожит или пугает сказочного героя в тот или иной момент.**

**По ходу сказки можно предложить ребёнку проиллюстрировать её.**

Если ребёнок поступил в реальной жизни так же, как поступил в сказке его сказочный аналог, но не достиг желаемых результатов, родителям не стоит опускать руки. Во-первых, выясните, ЧТО конкретно ребёнком было сделано. Это поможет вам понять, почему всё пошло не так, как задумано, и где была допущена ошибка. Во-вторых, обязательно скажите ему, что и у того героя, про которого была рассказана сказка (сказочная история), тоже не всё получалось сразу, но он проявил настойчивость и, в конце концов, победил.

Психокоррекционные сказки должны быть наполнены яркими и красочными деталями. Подробности делают сказку «вкуснее».

Сказкотерапия существует не только для детей, но и для родителей. Часто родители своим поведением усиливают



комплексы ребёнка, не осознавая этого.

Только совместно меняясь, можно добиться успеха. Избегайте вешать на ребёнка ярлыки - если его поведение не соответствует вашим представлениям об идеальном ребёнке.

### Рассказ о сказочных героях

Взрослому необходимо подготовить красивую шкатулку или коробочку, в которую следует вложить изображения различных сказочных героев.

Принеся с собой шкатулку, объявить ребёнку, что это волшебный ларец, в нем живут герои различных сказок! Взрослый открывает шкатулку, выкладывает сказочных персонажей и просит ребёнка выбрать самых любимых из них. Затем ребёнок рассказывает, почему он выбрал того или иного персонажа, описывает его характер, поясняет, что в нем нравится, и есть ли у них с ним что-то общее.

## Сказку рассказывает ребёнок

### Пересказ сказки ребёнком

Иногда случается так, что один и тот же случай из жизни нам рассказывают несколько человек, независимо друг от друга. Обращали ли вы внимание на удивительный факт: сколько человек, столько разных (относительно) историй мы и услышим? Зачастую подобное происходит не оттого, что нас хотят обмануть или ввести в заблуждение, а потому, что в произошедшем каждый рассказчик расставляет акценты по-своему, обращая внимание именно на те детали, которые по какой-либо причине значимы лично для него. Этот принцип в своей работе использует и сказкотерапия, обращая особое внимание на то, как перескажет сказку ребёнок: ЧТО окажется в ней для него важным, а что нет, на чем он заострит свое внимание, а чего даже не заметит, какие подробности добавит, а от каких, наоборот, предпочтет избавиться.

### Ребенок сам сочиняет сказку

Это один из самых эффективных приемов. О чем бы ни говорила сказка, на самом деле, человек расскажет в ней о себе. Просто это будет история, рассказанная языком сказочных символов. Особенно полезен этот прием в ситуации, когда ребёнка что-то мучает, но он ни в какую не хочет говорить, что именно.

## Ребенок рассказывает сказку от лица различных персонажей (смена источника рассказа)

Сначала распределяются роли, причем роли не только одушевленных персонажей, но и неодушевленных предметов (речки, волшебного клубочка или камня у пересечения дорог), ведь в сказке любые предметы могут в любой момент ожить и заговорить.

При таком способе рассказа сказка обрывает множеством интересных подробностей, в которых проявится отношение каждого ребёнка к различным сказочным, а значит и жизненным, ситуациям. Заодно маленькому человечку приходится не как обычно ставить себя в центр сказочного мира, представляя себя главным героем, а органично встраивать своего персонажа (а значит, себя самого) в сказочный мир, где остальные персонажи являются не безликим дополнением к герою, а равноценными участниками действия. Это научит ребёнка смотреть на ситуацию глазами другого и ставить себя на его место, постепенно выработается умение слышать других людей и чувствовать их состояние, понимать причины их поступков.

Нужно быть готовыми к тому, что подобные упражнения для ребенка являются весьма сложными. Ради эксперимента попробуйте сами себе рассказать сказку от лица Бабы-Яги или молочной реки с кисельными берегами. Трудно? А каково ребёнку? Взрослый должен обращать внимание детей на те чувства, которые испытывали герои в той или иной ситуации.

В результате появится много новых сказок, ведь сказка, рассказанная от имени царя, будет совсем не похожа на эту же историю, рассказанную Бабой-Ягой.