

## **Чем полезна сказкотерапия?**

«Маленькие детки - маленькие бедки» - гласит народная мудрость.

Действительно, чем взрослее становятся наши дети, тем больше появляется у них взрослых проблем. Подростающего ребёнка часто одолевают всевозможные страхи, печаль, гнев и раздражение. Что является причиной этого беспокойства, порой не понимают ни сами дети, ни их родители. Что же делать в таком случае? Как помочь своему ребёнку?

Сегодня на вооружении психологов есть множество методов, помогающих решить проблемы ребёнка самым приятным для него способом. Один из главных таких способов сказкотерапия!

Сказкотерапия - метод, позволяющий работать с детьми и взрослыми через сказку.

Сказкотерапия - пожалуй, самый детский метод психологии, и, конечно, один из самых древних. Ведь ещё наши предки, занимаясь воспитанием детей, не спешили наказывать провинившегося ребенка, а рассказывали ему сказку, из которой становился ясным смысл поступка. Сказки служили моральным и нравственным законом, предохраняли детей от напастей, учили их жизни. Зная, как сказка влияет на жизнь человека, можно очень многим помочь своему ребёнку. У него есть любимая сказка, которую он просит почитать вновь и вновь? Значит, эта сказка затрагивает очень важные для ребёнка вопросы. Посоветуйтесь с психологом. Сеансы сказкотерапии помогут вам понять, что привлекает ребенка в сюжете этой сказки, какой из героев нравится ему больше всех, почему он выбирает именно эту сказку. Со временем пристрастие ребенка к той или иной сказке меняется, и это означает, что малыш растет, развивается и ставит перед собой новые жизненные вопросы.

Сказки для сказкотерапии подбираются разные: русские народные и авторские, специально разработанные психокоррекционные и медитативные сказки, и многие другие. Часто психолог предлагает малышу сочинить сказку самостоятельно. Сочинение сказок ребёнком и для ребёнка - основа сказкотерапии. Через сказку можно узнать о таких переживаниях детей, которые они сами толком не осознают, или стесняются обсуждать их со взрослыми.

Сказки просто не могут не влиять на их внутренний мир. Метафоры и образы — это способ воздействия на подсознание. Через них малыш получает больше информации, чем при обычном разговоре. Сказки на людей действуют по-разному, в зависимости от жизненного опыта и индивидуальных особенностей.

Наиболее распространены народные сказки, которые несут в себе жизненно важные для жизни идеи:

Каждому - свое. Дети до пяти лет обычно лучше воспринимают сказки о животных и о взаимоотношениях людей и животных. Они лучше всего передают малышам жизненный опыт. («Лиса и журавль», «Теремок», «Коза-дереза».) Чем младше ребенок, тем проще и короче должна быть сказка, тем больше должно быть повторений («катится, катится колобок», «тянут потянут — вытянуть не могут»).

Бытовые сказки демонстрируют особенности семейной жизни, учат выходить из конфликтных ситуаций, придерживаться здравого смысла. («Золотая рыбка», «Кривая уточка», «Мудрая жена».) Поэтому они могут быть полезны для подростков.

Дети после 6-7 лет обожают волшебные сказки. Они дают ребенку информацию о духовном развитии человека, мудрости жизни. В возрасте 6-12 лет многие дети любят сказки-страшилки. Слушая, пересказывая, сочиняя их, ребенок освобождается от состояния тревожности, каких-то реальных страхов. В этом случае, с психологической точки зрения, происходит самотерапия.

Сказка показывает возможные и желательные формы поведения. Пример Иванушки-дурачка, который сделал вид, что не знает, как садиться на лопату Бабы Яги, показывает, в каких случаях эффективна хитрость. В других ситуациях ребенок, слушая сказку, узнает, что есть моменты, когда нужно быть смелым и использовать прямую агрессию — достать меч и победить дракона, показать свою силу или состоятельность.

Сказка, особенно волшебная, является источником, восстанавливающим душевные силы.

Источник: [podrastu.ru>...skaskoterapiya-dlya-doshkolnikov.html](http://podrastu.ru/skaskoterapiya-dlya-doshkolnikov.html)