

**Аннотация:**

 В методической разработке предоставлены материалы об использовании сказкотерапии с детьми дошкольного возраста, раскрываются вопросы о значении восприятия и переживания сказки для психического развития ребенка, становления его как личности, раскрытия творческого потенциала. В работе подробно описываются сказкотерапевтические методы в работе с детьми, даются рекомендации как правильно определить проблему и выбрать сказку, предлагается план занятия по сказкотерапии.

**Введение**

Сказкотерапия существует и эффективно используется с давних времен. Сказки рассказывают о разнообразии мира, о поступках людей, где реальность дополняется волшебством и чудесами. Они способствуют развитию наблюдательности, способности сочувствовать и сопереживать.

 Сказки отражают содержание культуры, к которой принадлежат и формируют культурный смысл поведения. Сказки предоставляют слушателю или читателю ценную информацию и осмысление жизни людей, обычаев, убеждений и даже их чувства юмора и психологических предпочтений, способствующих пониманию культурных различий. Внутри культуры, внутри семьи создаются свои коллекции детских сказок, которые отражают мораль, транслируют понимание и знания родителей.

 Впервые сказка как психологический метод была определена в школе психоанализа и являлась проективной методикой, которая имеет много общего со свободными ассоциациями или сновидениями. Однако сказка и рассказывание историй, как психотерапия так тесно переплелись с повседневными видами общения взрослого и ребенка, что порой трудно отделить одно от другого. И в этом есть ценность сказки, в ее естественности и доступности. Дети рассказывают истории, чтобы общаться с родителями. друзьями, чтобы косвенно выразить значимое содержание, когда прямое выражение представляет риск или угрозу для ребенка.

 С помощью сказки, рассказывания историй взрослые символически помогают детям справиться с проблемой, выбрать приемлемую альтернативу. Ребенок рассказывает свою историю, а взрослый предлагает ответную, в которой могут быть различные варианты или модели поведения, негативные и позитивные перспективы поступков.

Вовремя рассказанная сказка для ребенка значит столько же, сколько психологическая консультация для взрослого. Отличие только в том, что от ребенка не требуют вслух делать выводы и анализировать, что с ним происходит: работа идет на внутреннем, подсознательном уровне.

Сказкотерапия полезна всем. Есть специальные лечебные сказки не только для маленьких детей, но и для подростков и взрослых. Сказка поможет решить многие психологические проблемы.

**Цель:**

 Максимально способствовать личностному развитию детей и их социальной

 адаптации.

**Задачи:**

 **-** устранить страхи, тревожность, неуверенность в себе, чрезмерные

 сомнения в правильности своих действий;

 - повысить самооценку ребенка, обретение веры в себя;

 - развить способности к естественной коммуникации;

 - развить фантазии и воображения, образного мышления;

 - формировать навыки конструктивного выражения эмоций;

 - развивать речь детей.

**Методы и приемы работы:**

 - придумывание, сочинение сказки;

 - анализ сказки;

 - драматизация;

 - изготовление и использование кукол;

 - медитация на тему сказки;

 - постановка сказки на песке;

 - разные виды рассказывания.

**Формы работы:**

 - словесные;

 - наглядные;

 - практические.

**Актуальность** данной темы заключается в том, что сказки- естественная составляющая в повседневной жизни детей. Через сказки ребенок получает знания о мире, о взаимоотношениях людей, о проблемах и препятствиях, возникающих в жизни.

 Наблюдая за детьми в процессе игры, на занятиях, в свободной деятельности, можно заметить, что там, где не надо мобилизовать свое внимание, память, т. е не непроизвольном уровне, дети раскрепощаются, легко перевоплощаются в любимых и близких по духу героев сказок, любят фантазировать, живо и образно стремятся выразить свою мысль.

|  |  |
| --- | --- |
|  **Содержание** |   стр. |
| Введение |  2 |
| Что такое сказкотерапия |  5 |
| Как правильно выбрать сказку |  5 |
| План занятия с использованием сказкотерапии |  6 |
| Способы проведения сказкотерапии |  8 |
| Типы сказок |  9 |
| Сказки по возрастам |  10 |
| Сборник сказок для сказкотерапии |  11 |
| «Сон колобка» |  11 |
| «Сказка про звонкую речку Радость» |  12 |
| «Рыбка Буль -Буль» |  13 |
| «Зайчик в детском саду» |  13 |
| «Сказка про медвежонка» |  14 |
| «Сказка о вирусах и прививках» |  14 |
| «В темной норе» |  15 |
| «Почему Сережа не боится засыпать сам» |  15 |
| «Сказка о солнышке» |  16 |
| «Мокрая фея» |  17 |
| «Обещание» |  18 |
| «Страшный страх» |  19 |
| «Карандаши» |  20 |
| Литература |  20 |

**Что такое СКАЗКОТЕРАПИЯ?**

 Сказкотерапия – это эффективный метод, который направлен на коррекцию сознания ребенка и редактирование поведения с помощью сказки, который позволяет заглянуть в его маленький мир, обнаружить внутренние конфликты и увидеть скрытые страхи.

 Сказкотерапия призвана помочь ребенку сконцентрироваться на некой проблеме, показать пути ее решения, не давая при этом жестких рекомендаций. В каждой истории проигрывается определенная ситуация, которая возникла в жизни ребенка, персонажи рассказа обладают характеристиками реально существующих людей, а у возникшего конфликта всегда есть логичное разрешение. Сказкотерапия налаживает связи между сказочными событиями и поведением в реальной жизни.

**Секрет успеха сказкотерапии прост и состоит из нескольких пунктов:**

* вся информация преподносится **без нравоучений**, что помогает детям открыто воспринимать информацию;
* сюжет является **метафорой** актуальной детской проблемы;
* в любой сказке есть **жизненный урок**, который помогает ребенку сделать собственные выводы и получить безопасный опыт;
* у большинства сказок **счастливый финал**, в котором свет побеждает тьму. Это положительно влияет на развитие добрых качеств малыша;
* Волшебство в сказке заставляет верить маленького человека в лучшее и позволяет **побыть наедине со своим внутренним миром и фантазиями**.

 **Как правильно выбрать сказку?**

Для сказкотерапии подойдет абсолютно любая сказка, которая будет отвечать сложившейся ситуации. Это могут быть как народные, так и авторские произведения. Очень важно обсуждать с ребенком:

* действия главного героя;
* выводы и результаты, которые последовали после определённого выбора персонажа;
* какова главная мысль истории;
* правильно или неправильно поступила центральная фигура.

**Чтобы подобрать сказку, нужно правильно определить текущую проблему,** например:

1. **Существуют сложности в общении с ровесниками**, тогда лучше выбирать историю о дружбе, в которой главный герой будет веселым и коммуникабельным («[Винни Пух](https://kidrid.ru/audioskazki/vinni-pux-i-vse-vse-vse/)» , «Карлсон» , « Незнайка» , «[Теремок](https://kidrid.ru/audioskazki/terem-teremok/)» и т.д.).
2. **Непослушное и капризное поведение** – положительное воздействие окажут сказки, в которых центральный персонаж обладает скверным характером и получает негативный опыт или наоборот, демонстрирует хорошее поведение (Царевна Несмеяна, «Фантазеры», «Морозко»).
3. **Если малыш не желает делиться какими-то благами**, то отличным вариантом будет произведение о щедрости и жадности («Яблоко» В. Сутеева, «Сказка о рыбаке и рыбке»).
4. **При этапе взросления**, когда ребенок собирается идти в детский сад или школу, лучше будет остановить свой выбор на сказках с путешествиями («[Дюймовочка](https://kidrid.ru/audioskazki/dyujmovochka/)», « [Русалочка](https://kidrid.ru/audioskazki/rusalochka/)», « [Алиса в стране Чудес](https://kidrid.ru/audioskazki/alisa-v-strane-chudes/)», « Маша и медведь»).
5. **В борьбе со страхами** помогут сказки, в которых персонажи справляются со своими сложностями благодаря храбрости («Чиполлино», «Аленький цветочек», «Щелкунчик», « Бременские музыканты»).

 Сказкотерапия используется, как инструмент для:

1. **Развития творческих способностей,** которые в будущем позволяют ребенку находить в разных жизненных ситуациях оптимальные варианты решения. Также помогают взглянуть на события под разным углом, тем самым расширить свой кругозор.
2. **Передачи жизненного опыта** из поколения в поколение. Сказки рассказывались детям во все времена, таким образом предки делились своими знаниями, накопленными ранее. Также метод помогает донести до адресата жизненные ценности и нормы правильного поведения в обществе, поэтому адаптация к социуму проходит намного проще и менее болезненно. Еще одними важнейшими навыками, которые ребенок приобретает при сказкотерапии – это умение ценить дружбу, любовь, прощать обидчика и выстраивать отношения с родителями.
3. **Самопознания.** Детям, вне зависимости от возраста, бывает очень сложно распознать собственные эмоции и переживания. Сказка позволяет ребенку прожить сюжет вместе с главным героем, благодаря чему, он может свободно выражать свои чувства, что способствует устойчивому становлению личности.
4. **Психотерапии.**Применяется врачом специальной направленности, который помогает найти решение из сложной ситуации посредством сказкотерапии, а также активировать защитные механизмы психики, избавить от фобий и комплексов.
5. **Логопедии.**  Сказкотерапия способствует введению звуков в свободную речь, развивает все компоненты памяти, слоговую структуру слова и умение формулировать связные высказывания.

 **План занятия по сказкотерапии**

1. **Создать положительный настрой и подходящую атмосферу**, чтобы детям захотелось работать со сказкой.

**(**Здесь лучше всего подойдут совместные упражнения с коллективом, где ребята смогут почувствовать друг друга, познакомиться получше и немного раскрепоститься);

1. **Вспомнить прошлое занятие сказкотерапии для закрепления положительного результата и прогресса.**

(Взрослый задает вопросы малышам: что они запомнили? Какие выводы сделали? Получилось ли применить полученный опыт в жизни?)

1. **Вовлечь детей в сказку.**

(Для этого повествующий историю просит помочь какому-либо герою в решении его проблемы);

1. **Провести интерактивную игру.**

(Дети смогут применить полученный на текущем занятии опыт);

1. **Задать вопрос** о том, как они могут применить полученные сегодня знания в жизни;
2. **Подвести итог занятия с выводами.** Дополнительным стимулом участия в сказкотерапии будет какое-то поощрение наиболее активных и вовлеченных в процесс детей. Каждый ребенок может завести дневник и получать наклейки в соответствии с результатом занятия.
3. В качестве **заключительного этапа сказкотерапии** будет хорошо вновь использовать коллективные упражнения, например танец – хоровод, или любые другие, направленные на контактирование между участниками занятия.

 **Правила работы со сказками**

Для сказкотерапии подходят все сказки, но все же есть основные принципы при их построении, которые необходимо учитывать:

- Между рассказчиком и ребенком нужно установить контакт, поэтому лицо, жесты, мимика и эмоции должны быть видны и понятны адресату, для этого лучше всего сказку рассказывать, а не читать;

- Сюжет сказки должен быть понятен тому, кому она предназначена, а длительные паузы отсутствовать;

- Если у ребенка вовремя сказкотерапии появились вопросы, то не следует оставлять их без внимания, лучше остановиться и помочь разобраться с ними вместе;

- В момент повествования следует задавать вопросы ребенку, чтобы понимать, как он размышляет;

**-**  Важно максимально четко разделять героев на положительных и отрицательных.

 **Способы проведения сказкотерапии**

1. Классическим вариантом является **рассказывание сказки**, который при обсуждении помогает в безопасной форме подкорректировать поведение детям.
2. Метод **сочинения сказки** включает ребенка в творческий процесс и позволяет видеть ход его мыслей, вследствие чего становится понятно, какая часть внутреннего мира, нуждается в помощи.
3. **Рисование сказки**очень схоже по своей направленности с предыдущим способом, только в данном случае специалист смотрит на то, какие цвета использовались в рисунке, как чадо видит персонажей произведения, а также общее настроение картины.
4. При **постановке сказки**, деткам предлагается как можно лучше показать персонажа, в которого нужно перевоплотиться, продемонстрировать его характер, манеру поведения, походку и прочее. Ведь когда он находится в образе, проявляются его скрытые желания и эмоции, а также проигрываются качества характера, которые нужно усилить. Благодаря жестикуляции и интонации, используемые в процессе ребенком, психолог определяет направление работы.
5. Очень интересным и нестандартным вариантом ведения сказкотерапии является **изготовление кукол**. Такой метод положительно влияет на ребенка и справляется со множеством различных задач:
* Улучшает взаимопонимание внутри семьи;
* Развивает речь;
* Раскрывает творческие способности;
* Налаживает эмоциональную устойчивость;
* Развивает моторику;
* Способствует развитию навыков общения;
* Снимает напряжение.
1. **Метод песочной терапии** помогает создать для детей непринужденную обстановку, в которой они чувствуют себя очень комфортно, ведь игры с песком – это одно из любимых детских занятий. Песок в руках имеет успокаивающее действие и нормализует эмоциональный фон, а нарисовать сказку из песка или играть сказочными персонажами с ним вдвойне интересное времяпрепровождение. Для того чтобы провести серию сказкотерапии данным методом, понадобится ящик с чистым мелким песком и фигурки героев сказки.

 **Типы сказок**

* **Народные** – это самый древний вид сказок, который основан на многовековом опыте наших предков. К ним можно отнести различные мифы, легенды и притчи, в которых содержаться общие представления нации о добре и зле.
* **Художественные** в отличие от народных являются результатом одного человека – автора. В таких историях писатель отдельное место уделяет деталям, описаниям и образам персонажей. Также этот вид сказок имеет собственную классификацию:

- бытовые;

- волшебные;

- о животных;

- страшные.

* **Психокоррекционные** сказки должны быть схожи с проблемой ребенка, но указывать на нее косвенно, а ее сюжет составляется по определенной схеме:
1. В самом начале происходит знакомство с персонажами произведения;
2. У главного героя появляется какая-то резонансная ситуация, похожая на ту, кому адресована сказка;
3. Показывается, как герои ищут способы преодоления проблемы, и в чем ее суть;
4. Далее герой благополучно преодолевает все сложности;
5. Финал коррекционной сказки непременно должен быть позитивным, потому как это дает ребенку ощущение психологической безопасности, и он понимает, что какие бы негативные и сложные обстоятельства не случались в жизни, все непременно будет хорошо;
6. Вывод, который делают персонажи, после чего их жизнь меняется в лучшую сторону.
* **Психотерапевтические** сказки способны решить практически любую проблему, даже когда все остальные психологические методы уже бессильны. Данный вид произведений направлен на решение более серьезных проблем: потерям, находкам, жизни, смерти, любви и так далее. У них не обязательно счастливый финал, однако они очень хорошо стимулируют личностный рост человека.

Типы сказок могут быть совершенно разными, и каждый из них может отвечать на какую-то определенную проблему, поэтому в сказкотерапии очень важно опираться на особенности каждого ребенка.

 **Сказки для каждой возрастной группы**

В любом возрастном периоде, у ребенка существуют свои особенности, которые обязательно нужно учитывать при использовании сказкотерапии:

* **2-3года.**
На этом этапе в жизни детки первый раз отлучаются от родителей, посещая детский сад, поэтому в данном возрасте сказкотерапия помогает избавить от страхов и тревог, снять эмоциональное напряжение и настроить на сон гиперактивных малышей. Также способствует развитию фантазии, внимания и речи;
* **3-5лет.**
В этом возрасте дети начинают чувствовать в себе личность, появляются страхи, кризисы, капризы. Одним из важнейших навыков, становится общение с выстраиванием полноценного диалога. Родителям нужно учитывать, что маленькие люди этой возрастной группы зачастую ассоциируют себя с животными, поэтому сказки с ними будут наиболее интересны, но не менее увлекательными для них являются произведения с участием принцесс, волшебников и фей;
* **5-6 лет.**

Данный период характеризуется появлением первых комплексов, чувства неуверенности в себе, поэтому волшебные истории о трансформациях и прекрасных перевоплощениях вызывают восторг у детей, а взрослым служат отличным помощником в коррекции поведения и мышления;

* **6-10 лет.**

Перед детками в этом возрасте открывается «новый мир» — школа, поэтому необходимо помочь своему чаду пройти адаптацию максимально комфортно, научить ставить и достигать первые цели, а также продолжать закреплять полученные навыки. Новые авторские сказки, которые ранее не были прочитаны (прослушаны), вызовут у ребят неподдельный интерес;

**Подростковый период**

Один из самых непредсказуемых и тяжелых. Человек себя полностью осознает единицей общества с собственным мышлением, и зачастую находится в поисках «внутреннего я». Легче всего воспринимаются истории, притчи и легенды.

 Важно помнить о том, что вовремя рассказанная сказка может помочь справиться маленькому человеку с серьезной проблемой, поэтому будьте внимательней к своим детям, проводите больше времени вместе, ведь всем нужны забота и тепло! Время, проведенное в кругу семьи, стало бесценным ресурсом, а сказки помогают взрослым и детям решить вопрос с нехваткой совместного времяпрепровождения.

 **Сборник сказок для сказкотерапии с детьми дошкольного возраста**

**Терапевтический эффект -**привыкание ко сну в детском саду**.**

**Возраст детей: 2-5 лет.**

**Сказка для сказкотерапии для детей дошкольного возраста:**

**«СОН КОЛОБКА»**

Жил у бабушки и дедушки Колобок. Он был послушным, а потому никуда не убегал от них. Каждое утро Колобок катился по дорожке в детский сад. Там он играл с друзьями, веселился, пел всем свою любимую песенку о себе, а когда вечером он возвращался назад к бабушке и дедушке, то всегда говорил им, что интересного произошло с ним сегодня в саду. Все нравилось Колобку в детском саду, кроме одного - он не мог лечь в обед в саду спать: плакал, капризничал, долго не мог заснуть, даже пробовал скатываться с кроватки и пытался покатиться из садика домой к бабушке и дедушке. Но однажды его воспитательница - Лисичка, вовремя успела остановить его на пороге детского сада и принести его обратно в группу. Она положила Колобка назад в удобную кроватку, укрыла его теплым одеялом и спросила.

- Почему ты, Колобок, не любишь спать в саду?

- Потому что это так грустно, лежать в кроватке с закрытыми глазами и ничего не видеть. Это так не интересно!

- А ты не просто лежи, а попробуй заснуть, чтобы увидеть интересные сны! - Ласково сказала Лисичка.

- Сны? Я не знаю, что такое сны. Они мне никогда не снятся.

- Ложись удобно и я научу тебя видеть сны ... - сказала Лисичка.

Тогда воспитательница Лисичка посоветовала Колобку не просто лежать в кроватке с закрытыми глазками, а расслабиться, почувствовать какая теплая и удобная у него кроватка и попробовать помечтать о чем-то приятном.

Колобок закрыл глазки и попытался сделать все так, как ему сказала Лисичка. И произошло чудо - он заснул и увидел хороший сон. Ему приснился веселый зайчик, который прыгал с ним, потом Волк играл с ним в игру «Догони меня» - и им было очень весело, потом Мишка танцевал с ним под радостную, веселую музыку. А еще Колобку приснилась его воспитательница Лисичка, в его сне она была такая же добрая и приветливая, как на яву. Она играла с ним в прятки. А потом Колобок со всеми животными: зайчиком, волком, мишкой и воспитательницей Лисичкой взялись за ручки и по кругу заплясали веселый хоровод. Вот такой хороший сон увидел Колобок.

Когда он проснулся - у него был веселый и бодрый настрой. Он сразу рассказал воспитательнице и всем зверям в саду свой увлекательный сон.

С тех пор, Колобок с нетерпением ждал обеда в детском саду, чтобы увидеть новый интересный сон.

**Терапевтический эффект**– для часто болеющих детей. Помогает создать нужный психологический настрой для скорейшего выздоровления.

**Возраст детей: 2- 5 лет**

 **Сказка для сказкотерапии для детей дошкольного возраста:**

 **«Сказка про звонкую речку Радость»**

Жила-была речка. Звали ее Радость. Она была очень доброй, жизнерадостной речкой. На ее берегах всегда росло много разных трав и цветов, к ней каждый день прибегали поиграть белочки и прилетали красивые бабочки и стрекозы. В ее чистой журчащей воде плескались золотые рыбки и маленькие розовые крабики.

И так они все и жили весело и игриво, пока однажды к ним случайно неизвестно откуда появилась ряска и грязь. Она заполонила постепенно всю речку. И от этой ряски и грязи ручейку стало труднее бежать. Все меньше свежей чистой водички попадало в нашу речку, и все сложнее ручейку было дышать. Речка перестала бежать так звонко и весело. Вода в ней заполнялась илом и водорослями, а рыбки вообще уплыли, т.к. им стало нечего есть. Речка загрустила… И хоть ручеек не сдавался, и работал день и ночь, он не мог сам победить это болото.

Белочки и бабочки побежали просить о помощи всех лесных жителей, может, кто-то знает, как помочь нашей Речке и вернуть ей былую свежесть и радость, помочь ручейку дышать легко и полно снова.

И вот, наконец, Мудрая сова сказала им, что надо делать.

Только Ветер может победить эту ряску. Надо раздуть весь ил, грязь и щепки, и тогда ручеек смоет это, и Речка снова сможет наполняться свежей водой.

Услыхал это ветер и сразу примчался на помощь, ведь они с Радостью были хорошими друзьями. Не раз он прилетал поиграть сюда в прятки или пошелестеть листвой. И вот он сразу принялся за работу. Он дул все сильнее и сильнее, потом набирался сил и снова дул, что есть мочи. Так провел он целый день, дуя как можно сильнее, как можно дольше — и ряска уходила, ил рассеивался, щепки уплывали далеко-далеко. И в конце концов, вода так расчистилась, что ручеек смог сдвинуть эту грязь со своего горла, и потекла снова чистая свежая водичка!

Речка очистилась и снова зажурчала всеми звуками музыки, вода стала прозрачной, прохладной, звонкой. И сразу же вернулись домой золотые рыбки и розовые крабики, засверкали своими крылышками стрекозы и бабочки, и все стало как прежде. Речка Радость снова могла веселиться с друзьями, течь куда ей захочется. Ей стало легко и свободно.

Только речка помнила, как тяжело ей было болеть и быть болотом, стоять без движения, полной ила. Поэтому она попросила своего друга Ветра навещать ее каждый день утром и вечером, дуть хотя бы 15 минуточек, так, на всякий случай, чтоб больше никакая грязь и ряска не смогли помешать ручейку свободно дышать и делиться водичкой с нашей речкой Радостью. И так ветер дул, а речка радушно благодарила его своим звонким журчанием, и ил больше никогда не появлялся рядом с ней.

**Терапевтический эффект - осложненная адаптации ребенка к условиям детского сада.**

**Возраст детей: 2-5 лет.**

**Сказка для сказкотерапии для детей дошкольного возраста:**

**«РЫБКА БУЛЬ-БУЛЬ»**

Жила в море маленькая рыбка-Буль-буль. Каждое утро она приплывала в морской детский сад, но ей было очень грустно, она часто плакала, потому что не хотела ни с кем подружиться, ей было совсем не интересно в морском саду и все, что она делала - это плакала и ждала, когда же приплывет мама и заберет ее домой.

В этом саду была воспитательница, но она была не обычная рыбка, а золотая. Ее так и звали - воспитательница Золотая рыбка. И вот, однажды, она сказала я маленькой рыбка Буль-буль:

- Я помогу тебе, я волшебная Золотая рыбка и сделаю так, чтобы ты больше не плакала в детском саду, чтобы тебе не было грустно. Махнула Золотая рыбка-воспитательница своим хвостиком - и произошло чудо - рыбка Буль-буль перестала плакать, она подружилась с другими маленькими рыбками в группе и они вместе играли, смеялись и резвились в морском саду. Буль-буль даже было странно - почему же она раньше не замечала, какие дружелюбные рыбки с ней рядом в детском саду и как весело и интересно проводить с ними время!

 С тех пор Буль-буль с удовольствием каждое утро плыла в садик, ведь знала, что там ее ждут ее друзья.

**Терапевтический эффект - позитивный настрой на посещение детского сада,**

**Возраст детей: 2-5 лет.**

**Сказка для сказкотерапии для детей дошкольного возраста:**

 **«ЗАЙЧИК В ДЕТСКОМ САДУ»**

В сказочном лесу жила мама Зайчиха и была она самая счастливая на свете, ведь у нее родился маленький зайчонок. Она назвала его Пушистик. Мама очень любила своего зайчика, ни на минуту не отходила от него, гуляла, играла с ним, кормила его вкусной капустой, яблочком, а когда он начинал плакать, мама вместо пустышки давала ему морковь и зайчонок успокаивался.

Прошло время и Пушистик подрос. Мама решила отвести его в лесной детский сад, в который ходили все маленькие звери этого леса. И вот, однажды, мама привела своего зайчика в детский сад. Пушистик расплакался, ему было страшно и грустно без мамы, он не хотел там оставаться. К нашему зайчику подошла воспитательница, рыженькая Белочка. Она была хорошая и очень любила всех маленьких лесных зверьков. Белочка взяла его на ручки и нежно прижала его к своей пушистой, меховой шубке. Воспитательница пожалела, успокоила зайчика и познакомила его с другими зверушками, которые ходили в детский сад. Она познакомила его с маленькой веселой лисичкой, добрым мишкой, дружелюбным ежиком и другими зверушками.

Все зверушки очень обрадовались, что в их лесном саду появился новенький - зайчик. Они начали играть вместе с ним в игры, гуляли на зеленой лужайке, потом поели, отдохнули в кроватках. И вот за зайчонком пришла мама, чтобы забрать его домой. Как же она обрадовалась, когда увидела, что ее зайчик не плачет, а весело играет в саду! Пушистик всю дорогу домой рассказывал маме, с кем он познакомился в саду, и как интересно и весело ему было играть с новыми друзьями. Мама гордилась своим зайчиком и радовалась тому, что Пушистик понял, что плакать в детском саду не стоит, потому что там совсем не страшно, а наоборот весело и интересно.

**Терапевтический эффект - история для детей, которым предстоит начать ходить в детский сад.**

**Возраст детей: 2-5 лет.**

**Сказка для сказкотерапии для детей дошкольного возраста:**

 **«Сказка про медвежонка»**

 Жил-был медвежонок по имени Потап. Были у него папа-медведь и мама-медведиха. Жили они дружно, весело. Мама-медведиха много играла с Потапом, кормила его, гуляла с ним. Папа-медведь строил с ним дома из кубиков и рассказывал разные интересные истории. Медвежонок Потап всегда был с родителями, а они были с ним. Они чувствовали себя единым целым, как цветочек с его лепестками, стебельком и листиками.

Потап рос, становился больше. Теперь он многое умел делать сам: кушать, возить машинку, одевать обувь. Тогда родители приняли решение, что Потап уже достаточно взрослый, чтобы ходить на занятия к мудрой Сове.

И вот, в один прекрасный день, мама-медведиха повела Потапа к Сове на занятия. Идти туда было не долго, но весело, потому что мама рассказывала много интересного по дороге: где птички вьют гнезда, почему трава растет вверх, куда бегут муравьи.

Когда они пришли к Сове, Потап понял, что теперь нужно будет расстаться с мамой. Пусть и ненадолго, но ее рядом не будет. Потапу стало очень грустно. Но в это время он услышал смех в группе. Ему стало интересно: кто и почему так смеется? Смело Потап взял за руку Сову и пошел к другим детям.

Вечером мама-медведиха вернулась, чтобы забрать Потапа. Он с радостью подбежал к маме и обнял ее. Ему так много хотелось рассказать ей: и как они играли, и как пели песни, и как Сова рассказывала про лесных жителей, и еще много чего интересного.

Теперь Потапу было весело расставаться с мамой и папой. Он знал, что они всегда вернутся и можно будет им рассказать о новых впечатлениях. Они же не ходят к мудрой Сове!

**Терапевтический эффект –снижение у ребенка страха врачей и уколов.**

**Сказка для сказкотерапии для детей дошкольного возраста:**

**«О ВИРУСАХ И ПРИВИВКАХ»**

Случилось это очень давно. В большом теплом болоте поселилось Чудовище. Не было от него людям покоя. Пошли люди к Ивану-богатырю просить помощи. И пошел Иван-богатырь, и сражался с чудовищем. Три дня и три ночи они дрались. Наконец Иван-богатырь победил.

Чтобы отомстить людям, Чудовище, умирая, выплюнуло целые полчища маленьких, сгорбленных, агрессивных пришельцев – вирусов. Они расползлись по всему миру, проникли в организмы взрослых, детей, животных и вызвали очень тяжелое и опасное заболевание - грипп.

Многие люди и животные тяжело болели от гриппа, поскольку не знали, как себя защитить, как уберечься. Это случилось в древности, но, к сожалению, эти злые вирусы очень устойчивы и живучи.

Живут они и сейчас - в организме больных людей, на книгах, игрушках, посуде и других вещах, которыми пользовался больной.

Со слюной микробы попадают на тротуар или на землю. Когда слюна высыхает, вирусы становятся легкими как перышки, поднимаются с пылью в воздух и проникают в организм человека при дыхании.

Поселяются вирусы чаще всего в легких, там им тепло и уютно. Они начинают усиленно питаться и размножаться. Эти злые вирусы желают, чтобы все заболели.

Но хочу тебя успокоить, болеют не все! Те, кто заботится о своем здоровье и всегда соблюдает правила гигиены, а в особенности, всегда моет руки, могут не бояться - грипп им не страшен.

А люди придумали для лечения этих страшных вирусов лекарство-прививку, которую делают врачи. Эта прививка убивает все эти полчища злых вирусов и люди перестают болеть от гриппа.

**Терапевтический эффект – снижение у ребенка страха темноты.**

**Возраст детей: 4-6 лет**

**Сказка для сказкотерапии для детей дошкольного возраста:**

**«В ТЕМНОЙ НОРЕ»**

Два друга, Цыпленок и Утенок, пошли гулять в лес. По дороге они встретили Лисичку. Она пригласила друзей к себе в гости, в свою нору, пообещав угостить их вкусными сладостями. Когда малыши пришли к Лисичке, она открыла дверцу в свою норку и предложила им зайти первыми.

Только переступили порог Цыпленок и Утенок, как Лисичка быстро закрыла дверь на замок и засмеялась: «Ха-ха-ха! Как ловко я вас обманула. Побегу я теперь за дровами, разожгу огонь, нагрею воды и брошу в нее вас, малышей. Вот уже вкусный супчик у меня будет».

Цыпленок и Утенок, оказавшись в темноте и услышав насмешки Лисички, поняли, что попались. Цыпленок расплакался и стал громко звать свою маму, ведь ему было очень страшно в темноте.

А Утенок, хотя тоже очень боялся темноты, не плакал, он думал. И вот, наконец, придумал! Утенок предложил цыпленку вырыть подземный ход. Они начали со всех сил разгребать лапками землю. Вскоре в небольшую щель проник лучик света, щель становилась все больше, и вот друзья уже были на свободе.

- Вот видишь, Цыпленок, - сказал маленький Утенок. - Если бы мы сидели и просто плакали от того, что нам страшно сидеть в темноте - Лисичка бы нас уже съела. Надо всегда помнить, что мы сильнее и умнее наших страхов, а потому легко сможем с ними справиться! Цыпленок и Утенок обнялись и радостные побежали домой.

Пришла Лисичка с дровами, открыла дверь, заглянула в норку и замерла на месте от удивления ... В норке никого не было.

**Терапевтический эффект –снижение у ребенка тревожности по поводу страха** **темноты.**

**Сказка для сказкотерапии для детей дошкольного возраста:**

**«ПОЧЕМУ СЕРЕЖА НЕ БОИТСЯ ЗАСЫПАТЬ САМ?»**

Маленький Сережа лежал под одеялом и весь дрожал. На улице было темно. И в комнате у Сережи тоже было темно. Мама положила его спать, а сама спала в своей комнате. А Сережа никак не мог заснуть. Ему казалось, что в комнате кто-то есть. Мальчик казалось, что он слышал, как в углу что-то шуршит. И ему становилось еще страшнее и даже маму позвать он тоже боялся.

Вдруг прямо на Сережину подушку приземлилась яркая небесная звезда.

- Сережа, не дрожи, - шепотом сказала она.

- Я не могу не дрожать, мне страшно, - прошептал Сережа.

- А ты не бойся так - сказала звезда и осветила своим мерцанием всю комнату. - Смотри, ни в углу, ни под шкафом никого нет!

- А кто это шуршал?

- Никто не шуршал, это к тебе проник страх, но его очень легко прогнать.

- Как? Научи меня, - попросил яркую звезду мальчик.

- Есть одна песенка. Только становится тебе страшно, сразу же начинай ее петь! - Так сказала звезда и запела:

Живет в лесу темном страшный маленький страх,

Живет он у болота в темных кустах.

И из леса не показывается страшный маленький страх,

Пугается страх света - сидит в своих кустах.

А еще боится смеха страшный маленький страх,

Как только рассмеешься ты, исчезает страх в кустах!

Сначала Сережа слушал песенку звезды, а затем и сам спел с ней. Именно тогда страх исчез из Сережиной комнаты, и мальчик сладко заснул.

С тех пор Сережа не боится засыпать в комнате без мамы. А если вдруг к нему снова придет страх, поможет волшебная песенка!

**Терапевтический эффект - показать ребенку другую сторону чрезмерной капризности и вредности.**

**Сказка для сказкотерапии для детей дошкольного возраста:**

**«СКАЗКА О СОЛНЫШКЕ»**

В далекой-далекой галактике, за много миллионов световых лет от нас живет семья Солнышек. Большое Солнышко - папа, меньшее Солнышко - мама, небольшое Солнышко - сынок и крошечное Солнышко - дочь. Все они живут дружной семьей. Вместе читают, придумывают странные истории.

Каждый из них с самого рождения имеет свою работу, которую выполняет постоянно без перерывов и отпусков - они освещают и греют планеты, которые вращаются вокруг каждого. И все бы ничего, да Солнышко-сынок славился своей капризностью: ​​капризничает, говорит «не хочу», «не буду» ...

А у тебя такое бывает?

Мама с папой не знают, что делать, как растолковать сыну, что такое поведение не подобает Солнышку, потому что быть Солнышком - это большая честь, но в то же время и большая ответственность-ведь от тебя зависит жизнь на планетах. Там, где есть ответственность, нет места вредности.

Капризничал Солнышко-сынок и сегодня:

- Не хочу светить справа, не хочу стоять на одном месте так долго, не хочу так рано вставать ... Возьму и не буду светить на планету Кипрана, где обитают живые существа. Отвернусь!

И отвернулся Солнышко-сынок от кипрян, и стало там темно-темно. Все жители испугались. Что же с ними будет дальше? Если солнышко не светит, то не растут растения, овощи и фрукты, а когда нет урожая, то нечего и кушать. А без пищи, как известно всем, живое существо умирает. Начали плакать маленькие детки - кипряне, потому что, они очень боялись темноты-казалось, что на них нападут монстры или что-то страшное. Но они не знали, что на самом деле почти все монстры тоже боятся темноты.

Кипряне не стали ждать смерти, собрали всех на совещание и начали рассуждать о том, как им дальше жить и что делать, чтобы Солнышко-сынок снова светило на их планету. Странные существа эти кипряне. На подбородке у них были выпуклые глаза, нос дышал и нюхал на животе, а рот разговаривал и ел на спине. И решить проблему они думали так: надо снять на видеокамеру просьбу к Солнышку. Для этого взяли последние фонари, собрали детей и все вместе рассказали Солнышку-сыну, как им без него тяжело жить. Дети, плача, рассказали о своих страхах. Затем, самые смелые запустили ракету и полетели к Солнышку. Летели несколько дней, чтобы передать просьбу.

Солнышко-сынок просмотрел запись (он любил смотреть мультфильмы), но эта запись оказалась печальной. Солнышку стало стыдно за свое поведение и капризы. Он даже расплакался вместе с детьми - кипрянами, которые так боялись темноты.

С тех пор Солнышко-сынок светил на все планеты в своей системе и не капризничал, а слушался папу и маму.

Какой молодец Солнышко-сынок!

А ты тоже не капризничаешь и слушаешься родителей?

**Терапевтический эффект - научить детей перед сном ходить в туалет.**

## Сказка для сказкотерапии для детей дошкольного возраста:

## «МОКРАЯ   ФЕЯ»

В одной волшебной стране под странным названием Нетландия жил мальчик Рома. Когда он ложился спать, в его сны прилетала поиграть Мокрая Фея. С ней было так весело! Вместе они могли улететь на другую планету, попутешествовать к Ниагарскому водопаду или просто посидеть у реки Кубань, спустив ноги в воду. Во сне можно было заказать разные времена года. И Рома часто заказывал лето. И Мокрая Фея тоже любила лето.

Звали Фею Мокрой, потому что она была похожа на улитку и оставляла после себя мокрый след. И, конечно, ей нравилась вода. Купаться она любила больше, чем другие развлечения.

Когда же Рома просыпался, то постель всегда была мокрой. И взрослые почему-то думали, что это сам малыш не доходит до туалета и делает лужу в постели. И действительно, так оно все и выглядело, и тут ничего не поделаешь. Но Рома был сообразительным мальчиком и решил в следующий раз, когда прилетит Мокрая Фея, поговорить с ней о мокрых следах. Так и сделал. И вот что он услышал от нее:

- Мне жаль, что из-за меня у тебя «мокрые» неприятности. Извини, но я так люблю играться с тобой во сне! Что же нам делать?

Рома ей ответил:

- Давай мы отныне будем играть в ванной комнате, где можно играть с водой.

- Давай, - сказала Мокрая Фея и добавила, - и еще, прежде чем ложиться спать, ты, Рома, а не забывай сходить в туалет. А когда в течение нашего путешествия захочешь в туалет, то только скажи, и мы вернемся домой, а потом продолжим игры.

- Хорошо - ответил Рома.

И вы, детки, к кому во сне прилетает Мокрая Фея, помните: перед сном обязательно сходите в туалет.

А как приснится, что хотите в туалет, проснитесь, проверьте (ущипните себя), чтобы понять, что это не сон.

Встаньте с кровати, дойдите до туалета, найдите унитаз и тогда ... делайте свое мокрое дело.

**Терапевтический эффект - научить детей придерживаться своих обещаний и выполнять обязанности**

## Сказка для сказкотерапии для детей дошкольного возраста:

## «ОБЕЩАНИЕ»

В соседнем дворе живет Артем. Он хороший и приветливый мальчик, ежедневно ходит в детский сад. Любит есть леденцы, качаться на качелях, съезжать с горок, ездить на самокате, велосипеде и еще много чего интересного, одним словом, все, что любишь делать и ты.

Случилось так, что Артем заболел и остался с папой дома. Очень кашлял, у него была высокая температура. За несколько дней, принимая лекарства, парень почти выздоровел. Папа оставался с сынишкой все время, потому что работал дома за компьютером. Маме приходилось каждый день ходить на работу.

Дома у Артема было много разных игрушек, в трех мешках. Когда наступало время играть, или наведывались друзья, Артем доставал из мешков игрушки и играл. Но после игры нужно было все складывать на места. Так учили мальчика мама и папа. И Артемке не всегда хотелось складывать игрушки, пожалуй, так же, как и тебе ...

В последний день своей болезни Артем с самого утра играл игрушками. Прежде чем идти на работу и оставить дома сына с папой, мама напомнила ему не забыть перед обеденным сном спрятать игрушки в мешки. Сын пообещал выполнить просьбу. Но когда наступил обед, папа был очень занят работой, поэтому Артем поел сам и, забыв об обещании, лег спать, игрушки остались лежать разбросанными по полу.

Проснувшись, мальчик побежал к игрушкам. И как же он удивился, как разочаровался, когда не нашел ни одной. Артем даже начал плакать. Побежал к отцу и рассказал, что произошло. Папа успокоил сына, предложил подумать над этим. Они долго думали, разговаривали и пришли к выводу - игрушки ушли от Артема, ведь тот не выполнил своего обещания.

Надо вернуть игрушки! Но как это сделать? Папа предложил в интернете найти сайт «потерянные вещи» и пересмотреть перечень, чтобы отыскать игрушки. Так и сделали. Нашли игрушки, которые убежали от мальчика. Артем одновременно обрадовался, что игрушки нашлись, и загрустил из-за того, что не сдержал своего слова. Возник вопрос: «Как же их теперь вернуть домой?».

- Давай напишем письмо «потерянным вещям». В нем надо извиниться перед игрушками и пообещать выполнять свои обещания, - предложил папа. - Ты готов?

- Да! - ответил Артем.

- В тот же день папа с сыном отправили электронное письмо. И уже вечером раздался звонок в двери. Когда папа открыл, то увидели, что на пороге лежали все игрушки. Как обрадовался Артем!

- А ты бы обрадовался?

- С тех пор Артем без напоминания собирал игрушки на место и помнил, что обещания надо соблюдать.

- И вы, дети, тоже помните это правило!

**Терапевтический эффект – Снизить детскую тревожность по поводу страха темноты.**

## Сказка для сказкотерапии для детей дошкольного возраста:

## «СТРАШНЫЙ   СТРАХ»

В темном лесу жил маленький Страх Страшный. И такой он был интересный - боялся всего сам. Треснет ветвь, а он, аж подпрыгивает. Но каждую ночь он должен был ходить в город и пугать детей - работа у него такая была, и он ее вежливо выполнял. Пока добирался, весь потел и дрожал, как лист на ветру, так ему было страшно.

Других пугал Страх для того, чтобы не испугали его. Но он не знал, что другие и не собирались его пугать. Поэтому продолжал свое дело, ответственно относился к работе. Побеждая пугливость, страх каждый вечер ходил в город.

В городе высились большие, высокие здания, в каждом из которых было по 100 квартир. И каждую квартиру, где жили дети, надо было обойти и напугать малышей воем, мерцанием света или просто черной темнотой. Все детки начинали бояться. Прятались под одеялом, бежали друг к другу в кроватки, включали свет или просили родителей с ними спать. Представляли себе различные ужасы, монстров, чудовищ, людоедов.

В одной из квартир жила смелая девочка Аня. Ей надоело бояться и скрываться от страха. Хотя Аня и была смелой, но все же ей было не по себе. И решила она однажды узнать, что это за страх такой всех пугает. Взяла с собой фонарик и палку, чтобы проучить того, кто всем детям по вечерам не дает покоя. Оделась в темный плащ, в сапожки и вышла в подъезд. Через некоторое время увидела странного человечка. А может и не человечка, а гномика. Тот стоял посреди двора так, чтобы было удобно работать и захватить побольше окон детских комнат.

Аня заметила, что Страх выглядел странно, весь дрожал и постоянно бормотал что-то себе под нос. У него были короткие и сухенькие ручки, кривоватые ножки, на голове большая меховая шапка, хотя на улице была весна. Такой вид вызвал у Ани сожаление к этому старому дедушке, а не страх или ужас. Даже захотелось познакомиться со стариком.

Аня, как воспитанная девочка, сделала шаг из темноты навстречу и поздоровалась:

- Добрый вечер, дедушка!

-Здравствуйте - испуганно ответил Страх Страшный и сел на землю, ноги отказались его держать.

- А что вы здесь делаете в такое позднее время? - спросила Аня.

- Я ... я ... я ... работаю ... - запинаясь, ответил Страх.

- Давайте познакомимся, - смело продолжила Аня.

У Страха в голове мелькнула мысль о том, что, наконец, у него появится друг или просто человек, с которым можно будет поговорить и поделиться своими мыслями. Говорили они весь вечер, пили чай с печеньем дома у Ани. Страх Страшный рассказал о своей нелегкой жизни, работе.

Аня внимательно слушала и думала:

- Надо же как, если бы я продолжала бояться и не осмелилась бы на отчаянный шаг, то до сих пор дрожала бы в своей кроватке под одеялом. А так я встретила Страх, познакомилась с ним и подружилась. Узнала, что сам Страх не такой уж и страшный, а даже приятный.

А сколько он знает интересных историй о лесных жителях!

В ту ночь и много ночей спустя дети спали спокойно. Страх Страшный теперь работал сказочником. Ему очень нравилась его работа. Детки ждали его и внимательно слушали истории о приключениях, а потом спокойно засыпали.

А страхи живут рядом с тобой?

Попробуй познакомиться с ними.

**Терапевтический эффект - показать ребенку, что каждый человек уникален, поэтому необходимо беречь себя, любить и воспринимать таким, какой ты есть.**

## Сказка для сказкотерапии для детей дошкольного возраста:

## «КАРАНДАШИ»

Жили в небольшой коробке шестеро карандашей. Все дружили между собой и работали бок о бок. Больше всего работал Черный карандаш. Чуть меньше - карандаши других цветов: Красный, Синий, Зеленый, Желтый. Среди них был карандаш белого цвета, вот именно с ним и произошло происшествие.

Его использовали меньше, чем другие, а чаще и вовсе не вытаскивали из коробки. Белый карандаш каждый раз расстраивался. Думал:

- Я никому не нужен... Меня никто не любит, плохой у меня характер, никто не обращает на меня внимания. Мои друзья работают ежедневно, а я жду. Я ненужный карандаш, - и плакал так, что коробка стала мокрой.

Но однажды в офис, где жили карандаши, привезли черную бумагу. До сих пор писали и рисовали на белом, поэтому брали цветные карандаши. С тех пор Белый карандаш стал очень нужным - только им было удобно писать на черной бумаге. В офисе начался переполох, потому что не могли найти Белый карандаш. А когда нашли, то уже пользовались только им.

Рад был карандаш белого цвета. Он старался ровно вести линию, шел быстро и мягко. Всегда был готов работать и днем, и ночью. Друзья радовались за него. Поддерживали всегда, а сейчас особенно, видели, что он счастлив, и им было приятно. Раскрывался талант и способности Белого.

Шли дни, и работал только Белый карандаш. Остальные карандаши отдохнули, и им уже стало скучно. А Белый начал очень уставать, да так, что даже вечерами ему не хватало сил поговорить с друзьями в коробке. И именно в этот момент вдруг все карандаши поняли друг друга. Белый понял, что терять надежду не надо, потому что рано или поздно выпадет возможность доказать свои способности и талант. А его друзья поняли, как было грустно Белому карандашу, когда тот сидел и ничего не делал.

С тех пор Черный, Белый, Желтый, Красный, Синий и Зеленый карандаши еще больше сдружились и поддерживали друг друга в трудные часы. Не забывали сказать приятное слово, напомнить о хороших качествах друг друга. И сами думали, как бы им поработать или отдохнуть. Каждый из них знал, что он незаменим и очень нужен своим друзьям и себе самому.

Вывод: Будь собой!

**Список литературы**

1. Белобрыкина, О.А. Речь и общение. Ярославль, 2008г. – 157-158 с.

2. Бурно, М.Е. Терапия творческим самовыражением. Екатеринбург,

 2009г.- 128 с.

3.Вачков, И.В. Сказкотерапия. Развитие самосознания через психологическую сказку. М., 2001г.

4. Доценко, Е.Л. Семантическое пространство психотехнической сказки.

Журнал практического психолога. 2009г. № 10-11

5. Ермолаева, М.В. Восприятие и переживание сказки - путь от смысла житейского к смыслу жизненному. Мир психологии. – 2008г. № 3- с. 54-60.