

Сказкотерапия

Что скрывают сказки?

Рекомендации педагога-психолога

Сказки могут помочь получить ответы на многие вопросы, помогут понять наших непонятных детей и изучить самих себя.

Уже само название этой техники отзывается в нас теплыми воспоминаниями из детства. Сказки – это не только чтение перед сном книжек, но и мощный инструмент для общения с ребенком.

Многие мамы слышали о сказкотерапии, возможно многие уже и пробовали. Сейчас в доступе огромное количество книг на эту тему.

Работа со сказкой делится на несколько направлений:

- 1) Чтение народных сказок;
- 2) Чтение популярных сказок;
- 3) Сочинение сказок родителями;
- 4) Сочинение сказок самим ребенком.

Сказкотерапию можно назвать самым безопасным способом работы с детьми дошкольного возраста. Но сказку применяют и в работе с подростками и со взрослыми.

Какие проблемы можно решить с помощью сказкотерапии?

- 1) агрессивность, приступы агрессии;
- 2) тревожность, плаксивость;
- 3) страхи разных категорий;
- 4) конфликты с родителями;
- 5) обиды;
- 6) поведенческие проблемы;
- 7) непонимание и непринятие себя;
- 8) отсутствие ценностей, мотивации, сил.

Как работает сказка?

Для начала сказку можно использовать в качестве диагностики проблемы, которая выявляется после осмысления сказки. Те самые «цепляющие» моменты и являются проблемным местом. Сказка может помочь с выбором, с принятием определенного решения, помогает взглянуть на проблему с разных сторон и заглянуть в будущее. Главный инструмент сказки – это осмысление.

Сказка может иметь разное содержание и структуру. Но несмотря на это, она направлена на выстраивание порядка во внутреннем мире ребенка, узнавание нового и осуществление желаемых изменений.

Почему сказки так хорошо работают на детях?

Дети воспринимают сказку на подсознательном и сознательном уровне. Они верят в вымышленность персонажей, сопереживают и проживают с героем все ситуации, отождествляют себя с ним, но всё равно думают, что это сказка не о них. В то же время подсознание принимает нужную программу изменений и перестраивает систему ценностей, позиций и взглядов.

Со сказкой можно работать индивидуально или в небольшой группе, что дает возможность обсудить и услышать разные взгляды на одну и ту же ситуацию.

Родители могут использовать готовые сказки и прорабатывать их с ребенком используя определенную структуру:

- 1) Сказка должна иметь проблему, схожую с ребенком;
- 2) Если ребенок не воспринимает и не хочет слушать эту сказку – оставляйте её;
- 3) Сказка должна иметь паузы и возможности выборы решений;
- 4) Любая сказка должна сопровождаться уточняющими вопросами;
- 5) В конце сказки следует обсудить сюжет и поведение героев;
- 6) Для маленьких деток лучше использовать готовые фигурки героев или нарисовать их на бумаге;
- 7) В дальнейшем можно использовать героев в разговоре при повторе проблемы (например, если сказка была направлена на разрешение конфликтных ситуаций, а ребенок опять пытается отобрать игрушку во дворе)

В любом случае, если вы хотите глубже ознакомиться с темой сказкотерапии, рекомендую прочитать соответствующую литературу на эту тему или получить консультацию психолога.