## *Терапевтические сказки. Сказкотерапия для детей.*

У психологов существует много способов для лечения детских комплексов и страхов, но один из самых любимых форм работы является сказкотерапия. Именно при помощи сказки дети в игровой манере могут избавиться от страхов, побороть боязнь, стать уверенным и самостоятельным.
Решить проблемы и справиться с возникшими жизненными трудностями помогут терапевтические сказки. Они гораздо результативнее всяческих уговоров взрослых. Хорошая сказка на самом деле творит настоящее чудо.
Так откуда же появляются детские страхи? Может, вылезают темной ночью из ящика с игрушками или из стенного шкафа? Дети часто фантазируют и придумывают их подобным образом. В темной детской комнате страх может притаиться везде. И под одеялом, и под кроваткой, и за батареей. Существует много способов борьбы со страхами, но сегодня мы рассмотрим те сказки, которые каждый педагог или родитель может прочитать или рассказать малышам.

***Как Кенгуреныш стал самостоятельным — терапевтическая сказка*Возраст:** 2-5 лет.
**Направленность:** Страх расставания с мамой. Переживания, тревога, связанные с одиночеством.
**Ключевая фраза:**«Не уходи. Я боюсь один».

Жила-была большая мама-Кенгуру. И однажды она стала самой счастливой Кенгуру на свете, потому что у нее родился маленький Кенгуреныш. Поначалу Кенгуреныш был очень слабеньким, и мама носила его в своей сумочке на животе. Там, в этой маминой сумочке, Кенгуренышу было очень уютно и совсем не страшно. Когда Кенгуреныш хотел пить, мама поила его вкусным молоком, а когда хотел поесть, мама-Кенгуру кормила его кашкой с ложечки. Потом Кенгуреныш засыпал, и мама могла в это время убираться в доме или готовить еду.
Но иногда маленький Кенгуреныш просыпался и не видел рядом мамы. Тогда он начинал очень громко плакать и кричать до тех пор, пока мама не приходила к нему и не клала его опять в свою сумочку. Однажды, когда Кенгуреныш вновь заплакал, мама попыталась положить его в свою сумочку; но в сумочке оказалось очень тесно и ножки Кенгуреныша не помещались. Кенгуреныш испугался и заплакал еще сильнее: он очень боялся, что теперь мама уйдет и оставит его одного. Тогда Кенгуреныш изо всех сил сжался, поджал коленки и пролез в сумочку.
Вечером они с мамой пошли в гости. В гостях были еще Дети, они играли и веселились, звали Кенгуреныша к себе, но он боялся уходить от мамы и поэтому, хотя ему и хотелось пойти поиграть со всеми, он все-таки просидел все время в маминой сумочке. Весь вечер к ним с мамой подходили взрослые Дяди и тети и спрашивали, почему такой большой Кенгуреныш боится оставить маму и пойти играть с другими ребятами. Тогда Кенгуреныш совсем испугался и спрятался в сумочку так, что даже головы не было видно.
День за днем в маминой сумочке становилось все теснее и неудобнее. Кенгуренышу очень хотелось побегать по зеленой полянке возле дома, построить куличики из песка, поиграть с соседскими мальчишками и девчонками, но так страшно было уходить от мамы, поэтому большая мама-Кенгуру не могла оставить Кенгуреныша и сидела с ним все время. Однажды утром мама-Кенгуру ушла в магазин. Кенгуреныш проснулся, увидел, что он один, и заплакал. Так он плакал и плакал, а мама все не приходила.
Вдруг в окно Кенгуреныш увидел соседских мальчиков, которые играли в салки. Они бегали, догоняли друг друга и смеялись. Им было очень весело. Кенгуреныш перестал плакать и решил, что он тоже сможет сам, без мамы умыться, одеться и пойти к ребятам. Так он и сделал. Ребята с радостью приняли его к себе в игру, и он бегал и прыгал вместе со всеми. А вскоре пришла мама и похвалила его, что он такой смелый и самостоятельный.
Теперь мама может каждое утро ходить на работу и в магазин — ведь Кенгуреныш уже совсем не боится оставаться один, без мамы. Он знает, что днем мама должна быть на работе, а вечером она обязательно придет домой, к своему любимому Кенгуренышу.
**Вопросы для обсуждения**
Чего боялся Кенгуренок? Ты боялся того же? Почему теперь Кенгуренок не боится оставаться один, без мамы?

# *Сон Колобка — терапевтическая сказка.*

**Терапевтический эффект** — привыкание ко сну в детском саду.
**Возраст детей:** 2-5 лет.

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 удобнее 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 и 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.

# *Зайчик в детском саду — терапевтическая сказка для детей 2-5 лет*

**Терапевтический эффект** — позитивный настрой на посещение детского сада, адаптация ребенка к детскому 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 сочную морковку 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.

***Маленькая история о грозе — терапевтическая сказка для детей***

**Возраст детей:** 2-5 лет
**Терапевтический эффект**: снижение у ребенка страха природных явлений (грома и молнии).

Высоко в небе, на большой дождевой туче жил маленький дождик. Он был очень озорной и непоседливый. С утра до вечера он поливал людей из своей маленькой леечки. Ему было так весело, когда мокрые прохожие бежали от него. И только одна маленькая девочка, увидев в окно, что на улице начинается дождик, выбегала из своего домика и весело прыгала по лужам. «Ах, так, — подумал дождик. — Вот сейчас тебя напугаю!» Он взял огромный таз и начал изо всех сил бить в него.
Девочка сначала очень испугалась. Никогда в жизни она не слышала такого ужасного шума. Она спряталась под крыльцо, подняла голову и увидела, что на большой дождевой туче сидит, свесив ножки, маленький озорной дождик. Девочке стало очень весело. Она пела веселую песенку о дождике. Песенка была такая хорошая, что дождю совсем расхотелось стучать в свой медный таз. И даже поливать из леечки. Выглянуло солнышко. Расцвели яркие цветы. И все вокруг улыбнулись.

***Рыбка Буль-буль — терапевтическая сказка Сказкотерапия для детей 2-5 лет***
**Терапевтический эффект** — осложненная адаптации ребенка к условиям детского сада.
**Возраст детей**: 2-5 лет.

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 рыбке 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

# *Сказка про соску — терапевтическая сказка.*

**Проблема:** — отучение от соски
(Мальчика можно заменить на девочку, а игрушку-мишку на любимую игрушку Вашего ребенка, которую он может брать в кровать. Это должна быть мягкая игрушка, а не машинка или резиновая игрушка-пищалка, которая ночью может поранить или напугать малыша. )

Жила-была соска. Сначала она долго жила у маленького мальчика. Он ее очень любил. Они вместе спали, играли и гуляли. Потом мальчик подрос и перестал брать соску на прогулку. Но он все равно очень ее любил. Каждый раз, когда мальчик собирался спать, он обязательно брал соску с собой.
Однажды соске приснился сон. Далеко-далеко, в зеленом лесу в маленькой теплой норке жил крохотный пушистый зайчонок. У него были длинные ушки и пушистый хвостик. И была у этого зайчика беда: не было у него соски. Уж так он мучился по ночам, крутился с боку на бок, но никак не мог заснуть. Заболел зайчик, кушать перестал. Только одно могло его спасти – сосочка.
Проснулась соска утром и решила: надо идти спасать зайчонка. Пошла она к мальчику и рассказала ему эту историю.
— Ну, как, отпустишь ты меня? Ты ведь уже совсем большой, ты и без меня можешь спать, а зайчонок еще совсем маленький. Он не может. Заболел совсем. Лежит в норке. Мордочка у него от слез вся мокрая. Надо ему помочь!
— Конечно, отпущу! – закричал мальчик. – Я уже большой, не то, что этот зайчонок. Маленьким надо помогать. А как ты туда доберешься?
— О, этот лес очень-очень далеко. Сначала надо плыть по речке, потом долго идти по тропинке до большого дуба, потом через березовую рощу, мимо огромного серого камня, до елового леса. Там живет этот зайчик.

— А как же узнаю, что ты добралась до зайчика?
— Я тебе письмо напишу и с сорокой передам.
— Я ведь читать не умею, — расстроился мальчик.
— Ну и что, не переживай, тебе его мама прочитает, — успокоила его соска. – У меня к тебе просьба. Видишь, там на полке сидит медвежонок. Ему очень страшно и холодно по ночам одному. Возьми его к себе спать: и тебе не скучно будет, и ему не страшно.
— Конечно, — обрадовался мальчик. — Обязательно возьму.
Как решили, так и сделали. Теперь соска живет в лесу у зайчонка, а мальчик спит с медвежонком. Они подружились и теперь вместе смотрят сны.