**СКАЗКОТЕРАПИЯ**

Сказкотерапия – это давний способ социализации, передачи знаний и жизненного опыта от одного индивидуума другому; расширение воображения слушателя; психологической помощь при казалось бы неразрешимой жизненной ситуации.

Сущность сказкотерапии заключается в психологической развитости, решении внутренних проблем человека. При анализе той или иной сказки человек мысленно представляет сюжет в современном свете, анализирует сказочные ситуации, героев. Таким образом, он мысленно приходит к пониманию и решению реальных жизненных обстоятельств. В сказках заложены неизменные ценности человеческой цивилизации, культуры, суть нравов всего общества, формировавшееся из поколения в поколение. Поэтому главное ее воздействие на человека происходит на духовном, моральном уровне: развитие, осознание себя и своего жизненного пути.

**Виды сказкотерапии**

Сказки делятся на четыре вида. Рассмотрим сказкотерапевтические методы для дошкольников более подробно.

***Дидактические***

Также их называют обучающими. Их активно применяют при поднесении детям учебно-познавательной информации. Ребенок легче воспринимает знания через образы, символы.

***Психокоррекционные***

Часто используются взрослыми для влияния на поведение ребенка. Так, при негативном поведении малыша с помощью психокоррекционных сказок можно постепенно изменить поведение ребенка, изменив его собственный взгляд на свое поведение, научить понимать окружающий мир.

***Психотерапевтические***

Ее цель – создать в воображении картину окружающей среды. В таких сказках герои переживают различные реальные события, ситуации. Анализируя поведение действующих героев человек начинает осознавать поведение реальных людей со стороны. Ребенок же учится понимать других людей, их характер и человеческие качества.

***Медитативные***

Направлены на избавление человека от тревожного, напряженного состояния, погружение в приятные мысли, мечты и ощущения. В таких сказках есть только хорошие, добрые герои, полностью отсутствует негатив, что позволяет погрузить человека в положительный настрой. Их также используют, чтобы помочь клиенту с помощью его анализа сказки, придумывания дальнейшего сценария, найти решение действительных жизненных проблем.

Сказкотерапия как метод коррекции психологического уровня является очень эффективным и применимым специалистами в различных областях – как в работе, связанной с детьми, подростками, так и при взаимодействии со взрослыми людьми, для решения внутренней психологической проблемы. Эффективность заключается в восприятии сказок всеми поколениями без исключения. Ведь с самого детства, из поколения в поколение, взрослые рассказывают детям выдуманные истории. Многие малыши часто просят рассказать одну и ту же несколько раз подряд, потому что ее они воспринимают наиболее реально и ярко.

Сказкотерапия является самым легким, воспринимаемым способом повлиять на поведенческую модель человека, его внутренний мир, мышление. В сказкотерапии используются различные литературные жанры, как народные (мифы, анекдоты, притчи), так и более современные (фэнтези, детективы).

В зависимости от психологической проблемы каждому клиенту подбирается соответствующий жанр истории. Основа любой сказки – метафора. Термин определяет применение слов и фраз в переносном смысле, основанных на внешнем сходстве или сравнении.

**Функции сказок**

В сказкотерапии выделяют следующие функции:

• воздействие;

• символичность.

Воздействие сказки направляется на два психологических направления – сознание и подсознание индивидуума. Цель – донести до индивидуума жизненно важные явления, ценности, помочь установить цель, донести внутренний мир автора (авторская сказка).

Символичность сказки заключается в донесении информации:

• об устройстве мира, его создании;

• самореализации в жизни мужчин и женщин;

• о жизненных препятствиях и их преодолении;

• о человеческих ценностях;

• отношения с окружающим обществом (дружба, любовь);

• отношения между поколениями;

• прощение.

**Способ воздействия с помощью сказкотерапии**

Сказкотерапевт предлагает несколько вариантов работы со сказкой. В любом случае происходит терапевтическое воздействие на сознание клиента. Основная возрастная категория воздействия – дети и подростки. Как правило, терапевт действует по определенному плану:

• рассказывание сказки специалистом для создания положительного настроения клиента перед дальнейшими действиями;

• сказкотерапевтическая диагностика (обсуждение рассказанной терапевтом истории, детальное рассмотрение рассказа);

• самостоятельное сочинение сказки самим клиентом;

• подготовка к воплощению сказки в реальность (изготовление кукол для мини-театра). Создание кукол – героев, – помогает осознать внутреннюю проблему;

• воплощение сказки в реальное действие. Это может быть как актерское отыгрывание (удобно для группового занятия), так и инсценирование при помощи кукольного театра.

**Виды сказок**

Сказки делятся на различные виды – одни имеют напряженный сюжет, другие действуют умиротворяющие, третьи показывают со стороны жизненные ситуации.

Сказкотерапия для детей предполагает решение тех или иных психологических проблем ребенка. Делятся они на несколько разновидностей:

• сказки, помогающие побороть внутренние страхи (врачей, темноты, собак и т. д.);

• успокаивающие для детей с гиперактивностью;

• сказки, призванные на умиротворение агрессии. Актуальны не только в работе с дошкольниками, но и с подростками;

• сказки для решения расстройств поведения, при которых проявляются физические проблемы: пропажа аппетита, недержание и другие;

• сказки для малышей, переживающих внутрисемейные глобальные изменения – развод родителей, появление нового члена семьи, желание найти другую семью; • сказки для детей, переживших разлуку/потерю важного человека в их жизни, домашнего любимца.

Погружаясь в данный вопрос, я искала уже готовые сказки. Мне очень понравились приведённые ниже сказки, успокаивающие для детей с гиперактивностью.

**Котёнок Мур-мур**

В одной семье жил маленький котенок Мур-Мур. Имя ему было выбрано неслучайно, каж­дый раз, когда хозяева гладили его по пушистой спинке, он громко мурлы­кал: «Мур, мур, мур». Это был славный котенок, но, как все маленькие дети, он был озорным, непослушным и неуклюжим. То запрыгнет на стол и опрокинет вазу с цветами, то наступит лапкой в свою тарелочку и разольет молоко, то разбежится и ударится головой о стену.

Хозяева очень любили котенка. А сам Мур-Мур больше всех любил маленького сына своих хозяев. Ему нравилось, что маль­чик весь день мог вместе с ним бегать, прыгать и кувыркаться. Мур-Мур считал его настоящим другом и даже ложился спать с ним в одной комнате.

Но как только дом погружался в ночь, и предметы исчезали в темноте, маленький котенок просыпался. Он не мог спокойно спать ночью, он боялся, что может произойти что-то страшное. Как отважный разведчик, Мур-Мур выходил из комнаты мальчика и начинал бродить между стульями и ножками стола, загляды­вать за шкаф и холодильник, обнюхивать каждый угол. Котенок честно охранял сон своих хозяев.

Под утро, когда начинало светать, усталый котенок шел в комнату к мальчику, но почему-то всегда оказывался в спальне его родителей. Он запрыгивал к ним на кровать, и они, конечно же, сразу просыпались. Хозяевам не нравилось, что Мур-Мур приходит в их комнату и мешает спать, но они не ругали котенка, не прого­няли его в другую комнату. Просто они очень сильно огорчались и говорили друг другу: «Как было б здорово, если бы Мур-Мур до утра спал в комнате сына, а мы могли бы выспаться».

Однажды сынишка узнал, что происходит по ночам и как его родители мечтают выспаться. Тогда он взял котенка к себе в комнату и объяснил ему, что...

Психолог: Что сынишка сказал котенку? Тимур: Он сказал: «Не надо ходить к родителям и мешать им спать».

Психолог: Котенок все понял и радостно муркнул. С тех пор по ночам он спокойно спит в комнате мальчика.

**Догадливый комарик**

В одной квартире жил комарик. Утром и днем он сидел на шторе и следил за происходящими во дворе событиями или сладко спал. Вечером, когда вся семья собиралась за ужином, он незаметно подлетал к вазочке с медом или вареньем и лакомился вкусным угощением.

А ночью, когда хозяева ложились спать, комарик залетал в их спальню и начинал кружить по комнате. Он весело жужжал про все события, которые видел утром и днем. Комарик думал, что хозяевам интересно его слушать и даже не догадывался, что они хотят спать.

Однажды ночью хозяин не выдержал, включил свет, скру­тил газету в трубочку и начал гоняться за комариком. Вначале комарик подумал, что хозяин решил с ним поиграть, и начал радостно летать вокруг его головы. Но уже через минуту он понял — с ним не шутят. Догадливый комарик незаметно вылетел из спальни и с тех пор навсегда забыл туда дорогу.

Ребенок часто не может выразить дословно свои мысли и желания. На почве невысказанности появляются капризы – «не хочу в детский сад», «не буду есть эту кашу», «не хочу ложиться спать» и другие. Это очень раздражает, особенно молодых родителей. Создается впечатление, что ребенок намеренно делает все не так, как нужно. В таких ситуациях родители начинают упрекать ребенка, отчитывать. Но нравоучения не помогают ребенку увидеть себя со стороны, понять свои ошибки. Поэтому все замечания взрослых оказываются бесполезными, не достигающими главной цели – повлиять на свое чадо, исправить поведение в лучшую сторону.

С помощью сказки можно отразить реальную ситуацию в глазах ребенка. Слушая рассказ, маленький человечек как бы примеривает на себя роль главного героя, переживает его эмоции и чувства. В то же время он понимает, что это только вымышленный герой, но подсознательно старается ему подражать. Таким образом при сочинении собственной сказки можно вместе с ребенком обдумать несколько вариантов действий главного героя в различных ситуациях и к чему они могут привести, выбрать, какое решение будет более правильным. Так у детей формируется видение хорошего и плохого поступка человека, он учится думать наперед, предполагать ход жизненных событий при совершении определенных действий. Например, художественные сказки ярко показывают малышам различные черты характера: для хвастунишек подойдет сказка «Заяц-хвастун», а при отсутствии чувства ответственности можно прочесть «Приключения Незнайки».

После прочтения малышу сказки можно разобрать поведение главных героев и последствия их поступков. Поразмыслив, ребенок найдет схожесть своих поступков и главных героев, сделает выводы и будет стараться исправиться. Выслушав рассуждения чада, родители смогут лучше понять его характер, взгляд на окружающий мир, причину тех или иных поступков, и правильно на них отреагируют в следующий раз. Так два разных поколения смогут понять друг друга, сблизиться духовно.