

СЛУЧАЙ В ЛЕСУ

Возраст: 3-6 лет.

Направленность: Неуверенность в себе. Тревожность. Страх самостоятельных действий.

Ключевая фраза: «У меня не выйдет!»

В одном лесу жил маленький Зайчонок. Больше всего на свете ему хотелось быть сильным, смелым и сделать что-нибудь доброе, полезное для окружающих. Но на деле у него никогда ничего не получалось. Он всего боялся и не верил в себя. Поэтому все в лесу прозвали его «Зайчишка-трусишка». От этого ему становилось грустно, обидно, и он часто плакал, когда оставался один. Был у него один-единственный друг - Барсучонок. И вот, как-то раз они вдвоем отправились играть к реке. Больше всего им нравилось догонять друг друга, бегая через небольшой деревянный мостик. Первым догонял Зайчонок. Не когда Барсучонок пробегал по мосту, одна доска вдруг сломалась и он упал в реку. Барсучонок не умел плавать и стал барахтаться в воде, прося о помощи. А Зайчонок, хотя и умел немного плавать, но очень испугался. Он бегал по берегу звал на помощь, надеясь, что кто-нибудь услышит и спасет Барсучонка. Но никого поблизости не было. И тогда Зайчонок понял, что только он может спасти своего друга. Он сказал себе: «Я ничего не боюсь, я умею плавать и спасу Барсучонка!» Не думая об опасности, он бросился в воду и поплыл, а потом, вытащил своего друга на берег. Барсучонок был спасен! Когда они вернулись домой и рассказали про случай на реке, никто сначала не мог поверить, что Зайчонок спас своего друга. Когда же звери убедились в этом, то стали хвалить Зайчонка, говорить, какой он смелый и добрый, а потом устроили большой веселый праздник в его честь. Этот день для Зайчонка стал самым счастливым. Все гордились им и он сам гордился собой, потому что поверил в свои силы, в то, что способен делать доброе и полезное. Он на всю жизнь запомнил одно очень важное и полезное правило: «Верь в себя и всегда и во всем полагайся только на свои силы!» И с тех пор больше никто и никогда не дразнил его трусишкой!

Вопросы для обсуждения: Почему Зайчонку было плохо и грустно? Какое правило запомнил Зайчонок? Согласен ли ты с ним?

ПРО ЕЖИКА ВИТЮ

Возраст: 4-7 лет.

Направленность: Трудности в общении со сверстниками. Чувство неполноценности.

Ключевая фраза: «Я плохой. Со мной никто не будет дружить!»

В одном лесу под старой сосной жил в своей маленькой норке ежик Витя. Он был маленьким серым ежиком с кривыми лапками и множеством колючек на спинке. Вите очень плохо жилось в этом лесу. Никто из зверей не хотел дружить с ним.

- Посмотри, какой у меня красивый и пушистый хвост. Разве я могу дружить с такой серой колючкой как ты? - говорила Вите лиса.

- Ты слишком маленький, я случайно могу раздавить тебя одной левой, - бурчал медведь.

- Ты такой неуклюжий, ни попрыгаешь с тобой, ни побегаешь, - пищал зайка.

- У тебя же нет ни голоса, ни слуха. Лягушки на болоте - и те поют лучше тебя, - курлыкал ему прямо в ухо соловей.

Бедному ежику было очень обидно слышать такие слова. Витя подолгу сидел на берегу старого лесного пруда и смотрел на свое отражение в воде. «Ну почему я такой маленький, такой колючий, неуклюжий, почему у меня нет музыкального слуха?» - плакал он. Маленькие слезы ежика градом лились в пруд, но никому было даже пожалеть бедняжку. Витя так грустил и переживал из-за того, что никто не хотел с ним дружить, что чуть было не заболел. Однажды утром Витя как обычно отправился на лесную поляну поискать грибов и ягод себе на завтрак. Ежик медленно брел по дорожке, погруженный в свои печальные мысли, как вдруг мимо него промчалась лиса и чуть было не сбила его с ног. Витя огляделся вокруг и увидел, что за лисой гонится охотник с ружьем. Ежику было очень страшно. «Охотник такой большой, а я такой маленький», - подумал он. Но несмотря на страх Витя, ни минуты не раздумывая, свернулся клубочком и бросился охотнику под ноги. Охотник споткнулся об острые колючки ежика и упал. Пока охотник поднимался на ноги, лиса уже успела убежать, а ежик поспешил спрятаться под куст. Там, дрожа от страха, Витя дождался пока охотник уйдет. Только под вечер, сильно хромя, ежик побрел к своей норке. Спасая лису, он повредил себе лапку, и теперь ему было очень трудно идти, потому что она сильно болела. Когда ежик наконец добрался до старой сосны, там его ждала лиса.

- Спасибо тебе, ежик. Ты очень смелый. Все в лесу испугались охотника и спрятались в свои норки. Никто не решился помочь мне, а ты не испугался и спас меня. Ты настоящий друг, - сказала лиса. С тех пор ежик и лиса стали лучшими друзьями. Лиса заботилась о нем и приносила Вите лекарственные травы, грибы и ягоды, пока у него болела лапка и ему трудно было ходить. Ежик быстро поправлялся, ведь теперь он был не одинок, теперь у него был настоящий друг. Ведь настоящий друг - это не тот, у кого красивый хвост, великолепный голос или быстрые ноги. Настоящий друг - это тот, кто не бросит в беде и не отойдет в сторону, если тебе нужна помощь.

Вопросы для обсуждения: За что было обидно ежику, почему он плакал? Что изменило жизнь ежика? Кто такой настоящий друг по мнению ежика? А как считаешь ты?

Практические рекомендации для родителей детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата

СКАЗКОТЕРАПИЯ



МАДОУ «МАЯЧОК» ДС №146

Материал подготовила Майкова Е.А., педагог-психолог

Как лечат при помощи сказки?

Сказкотерапия - это направление практической психологии, метод, использующий сказку для решения задач в области воспитания, образования, коррекции поведения, профилактики психологических отклонений, психологической и психотерапевтической помощи.

Часто к сказкотерапии обращаются с тяжёлыми чувствами у ребёнка (грусть, тоска, страх, обида, чувство вины, стыд). С помощью сказкотерапии можно также выработать или улучшить социальные навыки или примириться со страхами.

Сказки помогают немного отдалиться от реальных проблем и говорить как бы не про себя, а про выдуманного персонажа. С помощью создаваемой дистанции можно многое понять, потому что на языке метафор комфортно говорить даже о самых неудобных чувствах.

Родитель может получить много информации о ребёнке: узнать, о чем он думает, кто его обидел. А выдуманные сюжеты дают ощущение безопасности: даже если история глубоко трогает ребёнка, потому что он сталкивается с похожей проблемой, у него есть возможность абстрагироваться: «Все страшное происходит с лисичкой, а не со мной».

С какими проблемами помогает справиться сказка?

- ⇒ снятие эмоционального напряжения;
- ⇒ формирование у детей адекватной самооценки, умения принятия своих отрицательных сторон, формирование желания нравиться себе и другим людям;
- ⇒ развитие мышления и воображения в процессе сочинения сказок;
- ⇒ развитие у ребёнка чувства уверенности в себе, в собственных силах;
- ⇒ Выбрать правильное решение в сложной ситуации;
- ⇒ развитие коммуникативных умений и навыков в общении со сверстниками и взрослыми.

Подходит ли сказкотерапия детям с нарушениями ОДА?

Сказкотерапия - это один из самых эффективных методов работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья, которые испытывают затруднения в физической, эмоциональной или поведенческой сфере. Этот метод является всеохватывающим и открытым для понимания детей.

Метод сказкотерапии позволяет решать проблемы эмоционально-волевого контроля поведения. Он знакомит детей с книгами, приобщает к литературе, а также мотивирует детей к творчеству, через совместное сочинение сказок.

При сказкотерапии используются следующие действия:

- ◆ Чтение или пересказывание сказки;
- ◆ Обсуждение существующей сказки;
- ◆ Изготовление кукол или игрушек;
- ◆ Придумывание собственного рассказа/сказки;
- ◆ Рисование, лепка, аппликация сказочных событий или персонажей;
- ◆ Инсценировка или театральная постановка по мотивам сказки.

Правила работы со сказками:

- * Рассказ должен быть эмоциональным;
- * Ребенок, слушая, должен видеть выражение лица рассказчика, его эмоции и жесты;
- * Рассказывать сказку нужно ровным, певучим голосом, используя повторы;
- * Сказка не должна содержать слишком длинные паузы;
- * Рассказ должен подразумевать вероятность нескольких вариантов решений и ответов на вопросы;
- * Актуальные проблемы шифруются в тексте при помощи образов и метафор;
- * Во время чтения необходимо следить за поведением и эмоциями слушателя и уметь верно их истолковать;
- * Для детей до 5 лет желательно использовать в качестве главных героев животных;

- * В сказке всегда должен быть позитивный конец;
- * Придумайте героя-помощника или волшебный предмет, который поможет решить все проблемы ребёнка.

Сюжет сказки может строиться по следующему принципу:

«**Жили-были**». Начало сказки и знакомство с главным героем.

«**И вот однажды**». Особенное обстоятельство, которое как бы запускает действие. Здесь герой сталкивается с проблемой.

«**Из-за этого**». В этой части нужно рассказать о том, как ребенок ведет себя привычным способом.

«**И тогда**». Здесь нужно показать, как можно решить проблему, как можно поступить по-другому или сделать что-то иначе. Здесь герою может на пути встретиться помощник, который поможет персонажу разрешить его трудности.

«**Пир на весь мир**». Герой справляется со своей проблемой, и сказка заканчивается финалом.

«**Мораль**». Желательно добавлять в сказки для детей старше 5 лет. Самое главное не стоит терять ребенка после прочтения сказки и спрашивать его всё ли он понял. Нужно дать ему время, чтобы он осознал всё, что произошло в сказке. Через время малыш сам вернется к разговору о сказке и возможно, попросит прочитать ее еще не один раз.

