

Педагогический коллектив МБОУ СОШ №10 имени С. И. Холодова
рекомендует родителям учащихся сайт популярной психологии для
родителей: «Терапевтические сказки»

- Вы хотите получше узнать своего ребенка?*
- Вы хотите стать ребенку ближе, сделать так, чтобы у вас получалось лучше понимать друг друга?*
- Вам кажется, что у вашего ребенка психологические проблемы и трудности?*
- Вам хочется развлечь своего ребенка так, чтобы это приносило пользу?*
- Вам нужно помочь ребенку справиться с естественными возрастными трудностями?*

Тогда терапевтические сказки для Вас! Читайте их ребенку вслух. Даже если ребенок прекрасно читает, важно, чтобы это делали вы. В этом случае содержание сказки как бы автоматически одобряется вами и разрешается для обсуждения.

Читая ребенку сказку, необходимо внимательно смотреть за тем, как он слушает. Если беспокойный обычно ребенок замер – это говорит об актуальности темы сказки. Если спокойный ребенок начинает вертеться – значит, либо тема абсолютно незначимая, либо сказка по форме трудна для понимания. Может быть еще третий вариант: тема "болезненная" настолько, что даже упоминание о ней совершенно в ином контексте приводит к отторжению. Однако здесь за невниманием ребенка легко разглядеть высочайшее внутреннее напряжение, связанное с любыми разговорами на данную тему.

В процессе чтения можно просить ребенка высказывать свое мнение относительно течения сказки. Может быть, он что-то добавит (например: на что еще обиделся мишка), что-то наоборот изменит, выскажет свое мнение по поводу действий героев и сюжета.

Вне зависимости от активности ребенка во время чтения, закончив, необходимо обсудить сказку. Здесь уже ваши возможности безграничны, – спрашивайте все, что вам придет в голову, делитесь своими мыслями и чувствами с ребенком. В качестве основы для обсуждения можно использовать примерные вопросы, приведенные после каждой истории. Однако необходимо соблюдать два основных правила.

Во-первых, ребенок должен иметь возможность сказать все, что он думает. Это значит, что вы не оцениваете ни единого слова из того, что он говорит. Вы вообще не употребляете выражения "правильно", "неправильно", "верно", "неверно", а говорите только "мне кажется", "на его месте я бы..." и т. п. Ребенок должен четко знать, что ни одно из его высказываний не будет подлежать осуждению.

Во-вторых, подталкивая ребенка на обсуждение истории, высказывая свое мнение, нужно по возможности отдавать "бразды правления" в этом разговоре ребенку. Как только он хочет что-то сказать, – заканчивайте и слушайте его. Лучше всего если он будет сам задавать вам вопросы, а вы будете искренне на

них отвечать.

Однако не стоит "затягивать" обсуждение. Если ребенок устал – это значит, что длительная эмоциональная активность такого рода для него сложна или сама тема отбирает очень много сил. Мы, взрослые, можем устать от получаса тяжелых переживаний больше, чем от дня работы. Поэтому лучше вернуться к обсуждению через день, чем сформировать у ребенка отвращение к подобным занятиям. Ведь основной принцип свободного диалога – удовлетворение желаний обеих сторон, то есть как ваших, так и ребенка.

Раздел подготовлен по книге: "Лабиринт души: Терапевтические сказки". Под ред. Хухлаевой О.В., Хухлаева О.Е.

Терапевтические сказки: Светлячок

Возраст: 11-17 лет.

Направленность: Чувство неполноценности. Ощущение собственной "незначительности". Страх неудачи, неуверенность.

Ключевая фраза: "Я "не такой", я никому не нужен".

На краю леса под пыльным листом подорожника жил да был Жучок. Был он такой маленький, что его никто никогда не замечал. Бывало, идет он с утра по тропинке к озеру - умыться и чистить зубы - и видит: навстречу госпожа Гусеница.

- С добрым утром, госпожа Гусеница! - Жучок вежливо приподнимает берет. - Как Ваш ревматизм? Не пошаливает ли печень?

Но Гусеница, даже ухом не поведя, важно проплывает мимо.

"Ну, что ж!- вздыхает Жучок,- я действительно очень назойлив. До меня ли таким важным дамам!". Жучок поправляет рюкзак с полотенцем и зубной щеткой и идет дальше. Видит,- летит Бабочка.

- Доброе утро, сеньорита! - жучок раскланивается и шаркает по очереди всеми ножками.- Какая сегодня чудесная погода, не правда ли? Так и хочется, знаете ли, взять и полететь! Скажите, пожалуйста, легко ли летать?

Но Бабочка уже далеко - она слишком занята собой и своими любимыми маргаритками и даже не слышала его слов.

"Да,- грустно думает жучок,- опять не заметили!" Что уж говорить о сердитых и вечно занятых пчелах и шмелях, которые так грозно жужжали при приветствии жучка, что у того еще долго после такой встречи дрожали колени и колотилось сердце... После каждой такой прогулки Жучок возвращался домой грустный и подавленный. Все чаще приходили к нему мысли о том, как все несправедливо на этом свете устроено - и угораздило же его родиться таким маленьким, серым и

неприметным!

Начались дожди. Солнца давно не было видно, под ногами все время хлюпало, лист подорожника начал протекать - в конце концов Жучок простудился и заболел. Увы, никто не приходил навестить его, лишь иногда под лист подорожника заглядывали страшные дождевые червяки, но уж с кем Жучок не хотел водиться, так это с дождевыми червями. По их словам выходило, что чем дольше будет идти дождь - тем лучше, а неприятности, которые дождь доставлял всем местным жителям, их как будто даже радовали.

Но все когда-нибудь кончается. Кончился дождь, снова засветило солнце. Так радовался солнцу Жучок, что забыл про свои горести и болезни и однажды ранним утром снова отправился на прогулку. Проходя по знакомой тропинке, он неожиданно увидел около старого пня необычайно большое скопление народа. "Ого!" - подумал Жучок и начал пробираться поближе. То, что он был маленьким и незаметным, наконец-то помогло ему - очень быстро он оказался у самого подножия громадного пня. Около него стоял Сверчок - в одной руке он держал ведро с клеем, а в другой - большую кисть. За его спиной красовалась афиша следующего содержания: "ВСЕМ! ВСЕМ! ВСЕМ! Сегодня в два часа ночи на Большой Лесной Поляне состоится единственный концерт Великого и Неповторимого скрипача-виртуоза Мистера Цикадо! Такого Вы больше не услышите! Мы ждем Вас, Друзья!". Столпившиеся изумленно читали объявление и покачивали головами. Чтобы их лес посещала заезжая знаменитость - о таком они слышали впервые!

- Скажите, неужели все это правда? - спросила, наконец, у Сверчка Гусеница.

- Истинная правда, мадам! - ответил, поклонившись, Сверчок.

"Ой, ой, ой..." - подумал Жучок.

- Скажите, а какой он из себя, этот Мистер Цикадо? - спросила Стрекоза.

О! Он очень любезный и обходительный человек, и талантливый музыкант! - добродушно отвечал Сверчок, поправляя очки.

"Мне очень хочется..." - подумал Жучок.

- А танцы будут? - томно повела ресницами Бабочка.- Я так люблю танцевать!

До самого утра!

"Мне просто необходимо..." - подумал Жучок.

- А всем можно прийти? - прошептала одна Пчелка.

- Конечно, всем! - удивился Сверчок.- Тут же написано!

"...туда попасть!" - решил Жучок.

- Ну и ты приходи! - Сверчок похлопал Жучка по плечу. Тот присел от неожиданности - НА НЕГО В ПЕРВЫЙ РАЗ ОБРАТИЛИ ВНИМАНИЕ!

- И... Я? - только и смог пролепетать наш Жучок.

- Ну, конечно. Будет весело! - и Сверчок, перекинув кисть за плечо, пошел прочь.

Домой бежал Жучок в радостном волнении - ЕГО ЗАМЕТИЛИ!!! Одно омрачало его радость - никто не захотел принять его в свою компанию, а поход через ночной лес - не самая приятная и спокойная прогулка для маленького Жучка. Так легко заплутать, сбиться с дороги. Да мало ли что может случиться в темном лесу! Конечно, Жучок принял самое верное решение - выйти засветло, чтобы успеть пройти по лесу до темноты. Но даже самые верные решения и их осуществление -

вещи разные. Устав от всех волнений дня, наш Жучок... просто-напросто проспал. И когда он проснулся, протер глаза и приподнял край листа подорожника - сумерки уже сгущались. От отчаяния он схватился за голову - как же можно было так бессовестно проспать, когда его лично, лично пригласили на концерт! Спешно собравшись, Жучок выскочил из дома и побежал по тропинке в лес. В первый раз Жучок был в лесу ночью. Сказать по правде, он вообще в первый раз оказался ночью на улице. А если быть совсем честным, то ночью, даже лежа в постели, он старался не открывать глаз. Не то чтобы он был трусом, наш Жучок - нет, он попросту, не любил ночь что ли. Да и что порядочному Жучку делать ночью на улице?

Но теперь у него была цель - ему просто необходимо попасть на концерт. Ведь он обещал Сверчку и тот уже давно ждет его и, наверное, спрашивает у всех: "А не видали ли Вы здесь маленького, но очень смелого Жучка? Жаль, а ведь он обещал мне прийти!" Долго ли продолжалось его ночное путешествие и много ли опасностей встретилось на его пути - доподлинно нам не известно. Известно лишь, что когда в конец обессилевший, уставший и заблудившийся Жучок забрался на листок ландыша, лег на спину и стал смотреть на звезды, в голову его лезли самые невеселые мысли. "Да, я просто неудачник, - думал он.- Все веселятся сейчас, а я лежу здесь, замерзаю и не могу найти дорогу на поляну. Если бы в лесу было чуть-чуть посветлее!.. Хорошо бы одна из этих звездочек спустилась пониже - стало бы светлее, и я нашел бы тогда дорогу... - глаза его потихоньку слипались.- Хорошо бы... хорошо бы я сам был такой звездочкой... Я умел бы светиться и летать, и вмиг оказался бы на Большой поляне..." И так понравилась ему мысль о том, что он - звездочка, что он стал улыбаться во сне... И вдруг ему показалось, что где-то недалеко раздались звуки чудесной музыки... Жучок миготнул глазами. "Что это,- подумал он.- Стало гораздо светлей!.. Неужели утро?". Нет, звезды по-прежнему светились на своем месте. Снова донеслась музыка. "Ну, конечно! Большая поляна совсем недалеко!". Жучок даже подпрыгнул от радости на своем листике, подпрыгнул - и... полетел. Он летел на звук скрипки, и темнота расступалась перед ним, и было совсем не страшно, а наоборот - светло и весело.

- Ну что ж,- сказал Жучок сам себе,- так и должно было быть. Я очень сильно этого захотел - и вот теперь я - звездочка. Я умею летать и... - он оглядел себя,- ...да, да! И светиться я тоже умею! Значит, я - звездочка. Хотя, признаться, я даже жалею, что я теперь не Жучок: мне так было хорошо под моим листом подорожника, я так любил гулять по тропинке к прозрачному озеру! Теперь я буду жить на небе - так положено нам, звездам. Нелегко будет к этому привыкнуть...

Занятый такими мыслями, наш бывший Жучок не заметил, как вылетел прямо на Большую поляну. Сначала у нашего Жучка (будем пока называть его так) просто закружилась голова от всего происходящего: играла музыка, в воздухе носились танцующие пары, на эстраде правил бал сам маэстро Цикадо - он умудрялся одновременно играть на скрипке, дирижировать оркестром кузнечиков и посылать дамам воздушные поцелуи.

- Смотрите, Светлячок! - вдруг сказал кто-то за его спиной.- Не думала, что в нашем лесу есть светлячки! Жучок завертел головой, стараясь разглядеть, о ком говорят. Вдруг откуда-то сверху спустилась Бабочка - та самая Бабочка, которая

никогда не обращала на него внимания.

- Здравствуйте, Жучок-светлячок! -ласково пропела она.- Странно, мы раньше Вас никогда не видели. Что же Вы не танцуете?

"Вот здорово,- думал Жучок-светлячок, кружась в танце с Бабочкой,- что я остался Жучком, а не стал звездочкой. И какое у меня теперь красивое имя - Светлячок!". Наступало утро. Бал постепенно затихал. Бабочка уже давно куда-то упорхнула, но Светлячок не стал ее искать. Он опустился на скамейку и оглядел себя. "При свете дня моего света совсем не видно,- подумал он.- Неужели меня опять никто не будет замечать?". И тут кто-то сзади похлопал его по плечу. Светлячок обернулся- это был Сверчок, и с ним - большая веселая компания.

- Привет, малыш! - улыбнулся Сверчок.- Я рад, что ты все-таки добрался! Пошли с нами - веселье продолжается!- Остальная компания приветливо замахала лапками.

"Хорошо, конечно, уметь летать и светиться, хорошо называться таким красивым именем - но еще приятнее находиться среди друзей, которым ты нравишься даже обыкновенным маленьким Жучком" - так думал наш герой, засыпая в своей уютной постели под листом подорожника. А завтра Сверчок обещал прийти..." - проваливаясь в сон, успел подумать он.

ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ

Какая самая главная неприятность была в жизни Жучка?

Что он больше всего хотел? Что он при этом чувствовал?

Что помогло Жучку добраться до поляны? При желании можно добиться всего, чего ты хочешь согласен ли ты с этим?

В твоей жизни были моменты, схожие с этой историей?

Сайт популярной психологии для родителей: «Терапевтические сказки»
(<http://www.detiseti.ru/modules/myarticles/topic/16/>)