

«Читаем детям перед сном»

Читаем детям перед сном,
Как потерялись дом и гном,
Как покатился колобок,
От бабы прямо на восток,
Как в зоопарке крокодил,
Во вторник к мышке заходил,
Как ветер по морю гуляет,
И сам кораблик подгоняет.
Читайте детям перед сном,
И будет счастьем полон дом!

«Несколько страниц любимой книги, прочитанных на ночь, лучше
любого телевизора!».

У большинства людей детство ассоциируется с игрушками, песочницей и, конечно же, **сказкой**. Мы с удовольствием читаем детям перед сном маленькие истории, покупаем новые книжки, разыгрываем сюжеты любимых сказок.

Наблюдая за ребенком, за его игрой, поведением, общением, мы получаем большое количество информации о нем. Но **нередко трудно почувствовать его внутренний мир, его чувства и переживания**. Спросите напрямую, что он чувствует – не ответит. И не только потому, что скрывает что-то. Ребенок еще не владеет в достаточной мере речью, чтобы рассуждать о своих чувствах и переживаниях, а уж тем более объяснять причины своих импульсов. Это не под силу и каждому взрослому.

В таких случаях можно использовать сказку. Сказки любят и понимают все дети. Да и можно ли представить ребенка, который никогда не слушал сказок? Ведь именно на них выросли мы сами, наши родители, бабушки с дедушками.

Что же сказка дает людям? По большому счету, сюжет сказки – вымысел. Но при этом в ней заложены извечные истины и человеческие ценности, на которые сказка ненавязчиво намекает ребенку.

Сказки воспитывают в ребенке хорошие человеческие качества. Переживая эмоции героев, ребенок учиться различать эмоции и чувства. В дальнейшем это пригодится ему во взрослой жизни. Малыш учится понимать и различать, что хорошо, а что плохо, где добро, а где зло.

Ребенок должен видеть, что вокруг него огромный мир, полный интересного и неизведанного. Каждый выполняет свою роль. На примерах героев сказки малыш знакомится с моделями взаимоотношений между людьми, а, значит, в будущем будет готов построить их сам.

Если вовремя рассказать ребенку правильную сказку, эффект будет таким же, как у взрослого, прошедшую психологическую консультацию у опытного психолога. Главное отличие лишь в том, что ребенку не придется вслух анализировать и делать соответствующие выводы о том, что происходит в его жизни. Работа будет проходить на подсознательном уровне ребенка.

Если вы решили самостоятельно провести сказкотерапию, вы должны соблюдать **ряд условий**, без чего добиться необходимого эффекта будет крайне сложно.

Огромное значение имеет непосредственное общение между ребенком и взрослым, поэтому крайне важно, чтобы у взрослого было **определенное эмоциональное отношение** к содержанию своего рассказа. Взрослый должен передавать настоящие чувства, подлинные эмоции.

Во время рассказа необходимо, чтобы **ребенок имел возможность наблюдать мимику и жесты рассказчика**, выражение глаз, иметь визуальный контакт со взрослым. Нельзя, чтобы во время рассказа возникали длительные паузы. Также стоит обратить внимание на создание сказочной ситуации.

Ребенок не должен чувствовать, что вы пытаетесь у него что-то выведать. Нужно выбрать удобный момент. Если в вашей семье принято рассказывать сказки, ребенок сам может попросить вас об этом.

Никак **не комментируете ответы малыша**. Постарайтесь их подробно запомнить, потом записать и подумать о значении. Не нужно рассказывать ребенку сразу все сказки. Сами запутаетесь и ребенок устанет.

Рассказывая сказку, взрослый должен описывать ситуацию, в которой содержится актуальная проблема ребенка, которая будет зашифрована в сказочной метаморфозе, в образном ряде сказки. Но сюжет сказки не должен быть очень похож. Он должен лишь косвенно касаться реальной ситуации.

Обращайте внимание на то, **как ребенок слушает сказку**. Если он волнуется, прерывает рассказ, неожиданно бледнеет или краснеет, или отказывается отвечать на вопрос – все это признаки остроты проблемы.

Маленькие дети лучше понимают сказки о животных, а также рассказы о взаимоотношениях людей с животными. Они легко отождествляют себя с животными, а свои поступки с их поступками.

Для школьников-подростков подойдут новеллистические сказки с бытовой направленностью, а также притчи и басни, которые помогают справиться с различными конфликтами в обычной жизни.

Для решения детских проблем можно использовать как русские, так и зарубежные сказки известных авторов или народные сказки.

Для девочек подходят сказки, в которых главный герой – женщина или девочка. Например, «Крошечка-Хаврошечка», «Снегурочка», «Золушка», «Спящая красавица» и др. Несмотря на то, что во многих сказках улавливается женский путь и решение проблемы, действующим лицом

выбранных сказок для мальчиков, должен быть мужчина, например, сказка «Царевна-лягушка», «Иван Царевич и серый волк».

Для решения психологической проблемы нужно выбирать различные **сказки с лечебным эффектом**:

1. Проблемы в семье (скандалы, развод родителей, жестокое отношение): «Морозко», «Крошечка-Хаврошечка», «Сестрица Аленушка и братец Иванушка», «Снегурочка», «Аленький цветочек», «Золушка».
2. Стресс, невроз, детские истерики, кризис: «Спящая красавица», «Госпожа Метелица», «Царевна-Лягушка», «Серая шейка».
3. Низкая самооценка, вхождение приемного ребенка в новую семью: «Мальчик-с-пальчик», «Гадкий утенок».
4. Преодоление страха: «Красная Шапочка», «Гуси-лебеди», «Волк и семеро козлят», «Баба-Яга».
5. Нежелание убирать за собой личные вещи и игрушки, отказ от содержания их в чистоте: «Федорино горе».
6. Жадность, нежелание делиться и помогать другим: «Мешок яблок».
7. Отказ или страх перед прививками, уколами: «Про бегемота, который боялся прививок».
8. Отказ от умывания, нежелание чистить зубы: «Мойдодыр».

Каждый родитель в состоянии самостоятельно сочинить по-настоящему «эффективную» сказочную историю. Главное соблюдать последовательность действий.

Вначале необходимо подумать, что волнует вашего ребенка, постараться посмотреть на неприятную ситуацию его глазами. Возможно, у малыша есть любимая сказка, которую он просит почитать ему через день? Значит, именно она затрагивает очень важные для него вопросы.

Начните сказку с подробного описания главного героя (или героини). Постарайтесь сделать так, что бы он сразу стал близок и симпатичен ребенку. До 5 лет детям проще ассоциировать себя с животными или любимыми игрушками.

Затем главный герой сказки должен попасть в ситуацию, похожую на ту, что представляет проблему для ребенка.

Следующий этап – главный герой приключения должен найти выход. Позитивный финал – главный инструмент сказкотерапии.

После необходимо поговорить с ребенком, объяснить и дополнить выводы из сказки. Иногда удачная сказка производит на ребенка такое впечатление, что ему нужно помолчать и побыть наедине с собой.

Совместная игра и чтение любимых сказок – одни из лучших вариантов домашнего времяпровождения родителей с ребенком. Общайтесь с детьми, старайтесь говорить с ними на языке, который им понятен и на

котором они лучше отзываются – на языке детской фантазии и воображения. Именно сказки, волнуя ум, сердце и воображение детей, помогают им разобраться в сложных жизненных ситуациях, обостряют чуткость к плохому и хорошему, побуждают самостоятельно **находить правильные ответы на сложные вопросы.**