

## Сказкотерапия

Каждый родитель хочет видеть своего ребенка здоровым и успешным в жизни, мечтает воспитать порядочного человека, и всегда думается о той части детей, которые остались не у дел. Повышенная агрессивность, чрезмерная плаксивость, плохая успеваемость, страхи - все это лишь симптомы и сигналы, говорящие о том, что с душой ребенка не все в порядке. Нельзя привязываться к этим симптомам. Это как с больным органом: если заболела, например, печень, то лечат только ее. Но через какое-то время, скорее всего, болезнь возвращается, потому что не была устранена причина заболевания.

А как быть с другими детьми - не агрессивными и не плаксивыми? Они не мешают учителям, их проблемы не бросаются в глаза. Разве не нужно работать с этой категорией детей? Необходимо работать не с конкретным симптомом, а с личностью в целом.

Глобальная причина проявления всех симптомов — это внутренняя дисгармония. Поэтому все мероприятия помощи человеку должны быть направлены на гармонизацию внутреннего мира личности. Гармоничный человек — Созидатель, дисгармоничный — Разрушитель. И потому задача сказкотерапии - помочь Созидателю одержать внутреннюю победу над Разрушителем.

Сказкотерапевт использует в своей работе сказки, мифы, легенды. Метафорический язык позволяет ему говорить с ребятами о любой проблеме. Психолог, работающий по методу сказкотерапии, как правило, сам сочиняет сказки для своих слушателей. Это психологический классный час. Его можно планировать вместо классного часа или во время группы продленного дня. Эта форма работы:

- способствует сплочению коллектива;
- закладывает нравственные ориентиры;
- позволяет работать на ценностном уровне;
- стимулирует способность к размышлению;
- развивает ребенка относительно себя самого;
- проводит профилактику;
- работает на перспективу;
- позволяет работать с большим количеством людей одновременно;
- помогает снять остроту проблемы, а порой полностью решить ее за одну встречу с психологом;
- не требует длительной подготовки;
- имеет доступную форму подачи информации; дает возможность работать с разной возрастной категорией.

## **Занятие для школьников с проявлениями агрессивности («Сказка про обыкновенного мальчика, с которым произошла необыкновенная история»)**

Проведение описанного ниже мероприятия даст возможность обратиться к детям с неконтролируемыми агрессивными реакциями и показать им приемлемые способы разрядки накопившейся отрицательной энергии.

### ***Вводный комментарий***

Дорогие ребята! Сегодня мы с вами отправимся в увлекательно сказочное путешествие. А попасть в сказку поможет нам вот этот замечательный волшебный попугай. Психолог надевает пальчиковую куклу-попугая. Приготовьте, ребята, левую ладошку, попугай прилетит к каждому из вас и поцелует нежно в ладошку. Так он сообщает нам, что всех очень любит, независимо от цвета кожи, цвета волос, глаз, он любит каждого из вас независимо от оценок, стоящих в ваши тетрадах и дневниках, он любит вас просто за то, что вы есть.

Итак, мы с вами попали в сказочную страну и сейчас послушаем удивительную историю.

### **«СКАЗКА ПРО ОБЫКНОВЕННОГО МАЛЬЧИКА, С КОТОРЫМ ПРОИЗОШЛА НЕОБЫКНОВЕННАЯ ИСТОРИЯ»**

Жил-был на свете мальчик. Мальчик как мальчик, самый обыкновенный. Но очень уж любил этот мальчик смеяться над другими, а иногда при случае и стукнуть мог. Больше всех доставалось тому, кто был послабее и за себя постоять не мог.

Увидит мальчик полненькую девочку и орет на всю улицу:

- Жиромясокомбинат! Жиромясокомбинат!

И хохочет во все горло. А бывало, что еще и швырнет снежком или камешком.

А девчонка бедная готова сквозь асфальт провалиться. Увидит мальчик кого-нибудь из ребят в очках, кричит:

- Очкарик! Очкарик! У кого четыре глаза, тот похож на водолаза!

И заливается смехом.

Однажды его соседка по парте случайно получила двойку. Уж как мальчик радовался, как ликовал! Кривил в усмешке губы и шептал презрительно соседке:

- Двоечница!

А та взглянула на него строго своими огромными серыми глазами и спокойно ответила:

- На месте всех кого обидишь, однажды сам себя увидишь!

Мальчик, конечно, не поверил, но смеяться ему почему-то расхотелось.

Однажды с ним произошла совершенно необыкновенная история. Как-то пришел он из школы домой, бросил в угол портфель, включил музыку и развалился в своем любимом кресле. Вдруг чувствует, что с телом его что-то неладное творится. Будто и не тело вовсе, а тесто сдобное дрожжевое вместо него поднимается, расплывается во все стороны до невероятных размеров, аж в кресле сидеть тесно стало. Подбежал мальчик к зеркалу, глянул, а оттуда на

него толстяк смотрит. Таких толстых ему еще видеть не приходилось. А когда понял мальчик, что в зеркале его отражение, что это он сам так жиром заплыл, от обиды и страха слезы на глазах выступили. Взял он с полки книгу «Полезные советы», решил почитать, может там написано про такой случай, который с ним приключился. А прочитать-то не может, с глазами что-то неладное творится, буквы сливаются, слова не различить. Пришлось бабушкины очки надеть. Но ничего в книге о чудесах, которые с ним приключились, мальчик не нашел. Погоревал- погоревал — да делать нечего. Надо за уроки приниматься. Открыл дневник, а там... От такого количества двоек даже бабушкины очки на лоб полезли:

- Откуда столько двоек? Ведь меня сегодня не спрашивали. Ладно, уж толстым стал, очки носить приходится, но столько двоек – это слишком! И мальчик горько зарыдал. Теперь он вспомнил слова соседки по парте «На месте тех, кого обидишь, однажды сам себя увидишь!» Мальчик искренне раскаивался в своих неблагоприятных поступках, мысленно просил прощения у тех, кого он когда-то обидел. А слезы все текли и текли.

Вдруг раздался звон колокольчиков, и сквозь балконную дверь выплыло розовое облако, которое затем превратилось в прекрасную фею. Мальчик так удивился, что перестал плакать. Странно, но фея почему-то напоминала соседку по парте. Может быть оттого, что у нее были тоже огромные серые глаза. Но еще больше мальчик удивился, когда фея заговорила маминым голосом:

- Знаю, мой мальчик, от чего ты печален. Знаю обо всем, что с тобой приключилось. Чему же научила тебя эта история?

- Я больше никогда не буду обижать других, смеяться над ними. Потому что это гадко и подло.

- Неужели, мой мальчик, чтобы понять это, тебе обязательно нужно было побывать на месте обиженных тобой ребят? Ну что ж, лучше поздно понять, чем никогда. Я подарю тебе на память волшебную ромашку. Если вдруг вздумаешь кого-нибудь еще обидеть, посмотри в середину цветка и увидишь как в зеркале всю историю, которая сегодня с тобой приключилась.

Фея дотронулась до мальчика волшебной палочкой и розовым облачком выпорхнула через балконную дверь.

Очнулся мальчик. Подушка вся от слез мокрая, рядом книга «Полезные советы» и бабушкины очки лежат. Подбежал к зеркалу. Мальчик как мальчик, самый обыкновенный. Книгу раскрыл, все прекрасно без очков прочесть может, в дневнике двоек как не бывало. «Приснилось», - подумал он. Глядь, а на подоконнике стоит горшочек с волшебной ромашкой.

С тех пор мальчик никого не обижает, а другим, кто этим занимается, говорит:

— На месте всех кого обидишь, однажды сам себя увидишь!

### ***Вопросы для обсуждения***

1. Что произошло с мальчиком?
2. Почему это случилось именно с ним?
3. Про какие случаи из вашей жизни напомнила вам эта история?
4. Кого обижали хоть раз в жизни?

5. А кто сам обижал других?

6. Чему учит сказка?

### ***Заключительный комментарий***

Да, сказка учит жить в мире с другими, не причинять вреда окружающим, помнить о том, что и добро и зло возвращаются. Поступайте с другими всегда так, как вы хотели бы, чтобы поступали с вами, дабы не увидеть однажды себя на месте обиженных вами людей.

Представьте себе, что каждый из вас король своей страны по имени Душа. В этой стране живут всевозможные слуги - чувства: радость, злость, ненависть, любовь, страх, грусть, гнев и другие. Что произойдет, если вдруг слуги перестанут слушаться короля? А настоящего короля слуги всегда слушаются. Как же стать настоящим королем своим слугам? Тут на помощь приходят специальные психологические упражнения, с помощью которых можно снять напряжение, избавиться от избытка отрицательной энергии, не причинив при этом вред другим.

### ***Психотерапевтические задания***

«Храм тишины». Примите максимально удобную позу. Глубоко вдохните и выдохните. На счет семь закройте глаза.

Вообразите себя гуляющим на окраине многолюдного и шумного города... Постарайтесь ощутить, как ваши ноги ступают по мостовой... Обратите внимание на других прохожих, на выражение их лиц, на их фигуры... Заметьте, что некоторые из них выглядят встревоженными, другие спокойны и радостны... Обратите внимание на транспорт, на его скорость, шум... Гудят автомобили, визжат тормоза... Может быть, вы слышите и другие звуки? Обратите внимание на витрины магазинов, булочную, цветочный магазин... Может быть, вы увидели в толпе знакомое лицо? Вы подойдете и поздороваетесь с этим человеком? Или пройдете мимо?... Остановитесь и подумайте, что вы чувствуете на этой шумной улице?

Теперь поверните за угол и прогуляйтесь по более спокойной улице. Пройдя немного, вы заметите большое здание, отличающееся по архитектуре от других. Большая вывеска его гласит: «Храм тишины». Вы понимаете, что этот храм — место, где не слышны никакие звуки, где никогда не было произнесено ни единого слова. Вы подходите и трогаете тяжелые резные деревянные двери. Вы открываете их, входите и сразу же оказываетесь в полной и глубокой тишине...

Когда вы захотите покинуть это здание, толкните деревянные двери и выйдите на улицу. Как вы теперь себя чувствуете? Запомните дорогу, которая ведет к «Храму тишины», чтобы вы могли, когда захотите, вновь вернуться туда!

На счет семь медленно отрываем глаза. Глубоко вдохните, выдохните.

Поделитесь своими впечатлениями, ощущениями. Изменилось ли ваше состояние?

