

Содержание

О книге Оксаны Степановой	
«Сказки-подсказки для детей и их родителей»	4
Введение	7
Глава 1. Сказки-подсказки для детей	11
Дружная команда	12
Неразлучные друзья	15
Сказка о волшебных превращениях Зины-Капризины	19
Девочка Людочка и колдунья Лень	22
Сказка о ежике Забияке	25
История о Морской Звездочке и потерянной ракушке	29
Жадный Андрюша	32
Сказка про Страшульку и мальчика Сашульку	35
Чужая игрушка	38
Глава 2. Практические советы и рекомендации для родителей	41
Маленький жадина	42
Детское воровство	43
«Ребята, давайте жить дружно!»	44
«Не хочу, не буду...»	45
Страхи и пути их преодоления в раннем детском возрасте	46
Определяем тип темперамента ребенка	50
Пять тактик семейного воспитания	52
Волшебные рекомендации по созданию сказки	54
Глава 3. Сказки-подсказки для взрослых	55
Встреча с мечтой	57
Обретение мудрости	59
Сказка про озорство	62
Разговор с сердцем	65
Мозаика	67
Соловей и ежик	71
Майя	74
Сказка о Небесной Фее	77
Детские мечты	80
Вместо послесловия	82
Приложение. Психологические игры для детей и родителей	84
Раскраски (на отдельных листах)	

Дороже, чем дети, найдется ль у нас достояние?
Они за благие деяния – даяния...

Индийский афоризм

ВВЕДЕНИЕ

Работа над этой книгой стала для меня источником радости и вдохновения. На мой взгляд, когда человек занимается любимым делом и может поделиться плодами своего труда с другими, это всегда доставляет ему огромное удовольствие. Прежде всего я бы хотела поблагодарить всех родителей и детей, моих клиентов, которые доверили мне как специалисту сопровождать их на пути, именуемом процессом воспитания. Мне очень нравится это замечательное слово, оно несет в себе такое глубокое значение. Только вслушайтесь в его звучание: воспитание — «в-ось-питание»¹.

Да, это очень важно — напитать душу ребенка любовью. Я благодарна всем клиентам за уникальную возможность быть причастной к их переживаниям, за их готовность к совместному творчеству со своими детьми, за энтузиазм и поддержку, которые помогли мне написать эту книгу.

Отправной точкой для ее создания стали мои размышления о том, что работа с обратившимися к психологу родителями обычно ведется в формате консультаций, в то время как для ребенка та же проблема требует решения совсем в другом формате.

И в этой книге я разместила материалы таким образом, чтобы читатели смогли почувствовать разницу в подходе к работе с детьми и взрослыми над одним и тем же запросом. Для мам и пап я изложила информацию так, как делала бы это на консультации, сочетая теоретические выкладки и практические рекомендации; а также приготовила специальные сказки, которые помогли бы им наполнить созидательной энергией своего Внутреннего ребенка. А для детворы вся работа «упакована» в чудесные волшебные сказки на те же важные темы, с интересными заданиями в конце каждой истории.

Мне кажется, что детей можно назвать своего рода «инопланетянами» на нашей взрослой планете. Они видят мир особенным образом. Мне часто приходится наблюдать ситуации, когда взрослые хотят помочь своему ребенку, но не знают, как это сделать. Многим известно, что долгие нотации, крики или уговоры не дают нужных результатов. Бывает так, что родители не могут найти подходящих слов или просто выразить свои чувства. Представьте себе состояние

¹ По словам Ш.А. Амонашвили, воспитание — это «питание духовной оси».



ребенка, которому кажется, что в целом мире его никто не понимает и он оставлен один на один со своей проблемой. Поэтому так важно не только слышать ребенка, но и понимать его истинные мотивы и потребности.

Мне очень нравится, что моя профессия помогает мне быть «переводчиком» со «взрослого» языка на «детский» и наоборот. А еще меня радует, что в процессе взаимодействия на занятиях дети и взрослые начинают лучше понимать и себя, и друг друга, а со временем — говорить на одном языке, языке взаимопонимания. И помогают им в этом волшебные сказки.

Я хотела бы немного приоткрыть завесу тайны и рассказать вам, как происходит встреча взрослых и детей со сказкотерапией.

Родители, записываясь на консультацию, примерно представляют, как она будет проходить. Все верно: я беседую с ними исходя из запроса, с которым они приходят. Обязательно напоминаю им о закономерностях возрастного развития детей, даю рекомендации. Затем мы разбираем возможные варианты эффективного решения сложившейся ситуации. Однако после консультации взрослые часто признаются, что перед консультацией их в большей степени интересовало, как будет проходить мое общение с ребенком. Многие из них испытывали волнение по этому поводу.

Как правило, с детьми все складывается наилучшим образом. Слово «диагностика» на самом деле больше пугает взрослых. Диагностика проводится в игровой форме и доставляет детям большое удовольствие. В своей практике я использую проективные техники и методы Комплексной сказкотерапии². Большой популярностью у детей и взрослых пользуются песочная терапия, куклотерапия.

После первых встреч между мной и ребенком устанавливаются доверительные отношения, а потом...

...А потом начинается волшебство встречи со сказкой!

Ведь именно здесь, в мире фантазии, ребенок чувствует себя «как рыба в воде». Все дело в том, что фантазия является для детей наилучшим способом анализа окружающего мира. Это их язык, который взрослые просто позабыли. А вот на совместных детско-родительских занятиях случаются чудеса! Взрослые начинают вспоминать целительную силу сказочного слова. Ведь в сказке ребенок может увидеть похожую на свою проблемную ситуацию сказочного героя и встретить возможности ее разрешения, при этом без назиданий и жестких инструкций.

Все сказочные истории, которые вы найдете в первой главе этой книги, были написаны мной для детей, чьи родители обращались ко мне с различными запросами психологического характера. Все это и легло в основу девяти авторских сказок, представленных в данной книге.

С какими вопросами и проблемами помогут поработать волшебные сказки-подсказки?

- Познание себя, своих особенностей.
- Регуляция эмоционально-волевой сферы.
- Трудности, связанные с общением (с родителями и сверстниками).

² Авторство метода Комплексной сказкотерапии принадлежит Татьяне Дмитриевне Зинкевич-Евстигнеевой, доктору психологических наук, директору Международного института сказкотерапии.



- Страхи и тревожные состояния.
- Несоблюдение социально-нравственных норм поведения (ложь, воровство).
- Формирование самооценки (работа с переживаниями по поводу чувства неполноценности).

Как работать со сказкой?

Родители часто спрашивают меня о том, как работать со сказкой. Это хороший вопрос. Самое главное, на мой взгляд, — это особый душевный настрой, с которым вы будете читать сказочную историю. Позвольте себе посвятить 25–30 минут времени душевному общению со своим ребенком.

- Старайтесь читать сказку неторопливо, выразительно, эмоционально окрашивая речь героев. При этом наблюдайте за реакцией ребенка (напряжен, внимательно слушает, замер, двигательльно расторможен).
- Желательно после прочтения обсудить сказку. Можно пользоваться вопросами, которые даны после каждой истории. Попросите ребенка высказать все, что он чувствует, думает. Уточните, что взволновало его больше всего.
- Важное напоминание! Помните о принципе безоценочности. Будет чудесно, если вы откажетесь от выражений «неправильно», «неверно» и будете использовать такие речевые обороты, как: «Позволь, я поделюсь с тобой своим мнением...», «На мой взгляд...»
- Замечательно, если после беседы ребенок нарисует картинку к сказке. Предложите ему изобразить самый яркий для него эпизод.

Если же ваш малыш предпочитает лепку, предложите ему вылепить из пластилина понравившегося сказочного героя. Если вы знакомы с песочной терапией, проиграйте сказку в песочнице, используя подходящие фигурки. Такая творческая деятельность позволит ребенку лучше прочувствовать историю и будет способствовать релаксации.

Но самое важное: прочитав эту книгу, вы сами сможете придумывать сказки вместе с ребенком. Совместное творчество поможет вам заметно улучшить ваше взаимопонимание с ребенком.

А закончить свое введение мне хотелось бы словами известного психолога и психотерапевта Дорис Бретт³:

«Нам, взрослым, следует помнить, что если мы хотим научить ребенка чему-либо или передать ему какую-то важную мысль, нужно это делать так, чтобы это было узнаваемо, удобоваримо и понятно. Общаясь с детьми, старайтесь говорить с ними на языке, который им понятен и на который они лучше отзываются, — на языке детской фантазии и воображения».

Удачи вам и взаимопонимания!

³ Бретт Д. «Жила-была девочка, похожая на тебя...». Психотерапевтические истории для детей. М.: НФ Класс, 1996. С. 12.



