

Лидия Огурцова

Подарок из прошлого

Сказочная терапия для начинающих



16+

Лидия Викторовна Огурцова

Подарок из прошлого.

Сказочная терапия

для начинающих

*http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=42120667
SelfPub; 2019*

Аннотация

Сказкотерапия – одно из самых молодых направлений в современной научной практике. На страницах этой книги мы поговорим о том, как формируется ребёнок и каким образом волшебные истории, прочитанные нами в детстве, влияют на нашу судьбу. Вы узнаете, как любимая сказка может стать сценарием взрослой жизни, исполнению которого будут подчинены все дальнейшие поступки. Мы поговорим о наших детях, их тревогах, обидах и страхах, а также о том, как с помощью стихотворения или придуманной сказки можно изменить поведение ребёнка. Рисунок на обложке Н. Кириленко.

Содержание

Жили-были...	4
Глава 1. Трудно ли быть ребёнком?	6
Конец ознакомительного фрагмента.	21

Жили-были...

Первое знакомство малыша с миром происходит с помощью сказки. Будто из цветных стеклышек калейдоскопа, складывает воображение ребенка удивительный сказочный мир, где всё меняется по мановению волшебной палочки, где птицы и звери говорят человеческими голосами, где добро всегда побеждает зло. Он очень хрупок этот мир – мир раннего детства. Наши детские переживания и атмосфера, в которой мы растём, сильно влияют на то, как в дальнейшем мы будем реагировать на перемены в своей жизни.

Сказкотерапия – одно из самых молодых направлений в современной научной практике. Такие известные психологи, как З. Фрейд, К. Г. Юнг, М.Л. фон Франц, Б. Беттельхейм, В. Пропп и другие, занимались анализом сказок.

Процесс познания скрытого смысла сказок и мифов не прекращается и по сей день. Современные психологи используют сказку как инструмент психодиагностики, как средство для коррекции при становлении личности. Психологи считают, что благодаря волшебным сказкам в бессознательное человека собирается жизненная мудрость о духовном развитии человечества.

В основе сказки лежит метафора, которая, как зеркало, отражает скрытый, не осознаваемый нами мир. Работа со сказкой позволяет человеку глубже разобраться в себе, ак-

тивизировать внутренние ресурсы.

Хотя в сказках отсутствуют прямые рекомендации и нравоучения, дети с их помощью легко усваивают новые знания о моделях приемлемого общественного поведения.

Для взрослого сказка – это ещё и терапия особой сказочной средой, в которой может проявиться потенциал его личности, её нереализованные стороны.

На страницах этой книги мы поговорим о том, как формируется наш внутренний ребёнок и каким образом волшебные истории, прочитанные нами в детстве, влияют на нашу судьбу.

Вы узнаете, как любимая сказка может стать сценарием взрослой жизни, исполнению которого будут подчинены все наши дальнейшие поступки.

Мы поговорим о наших детях, их тревогах, обидах и страхах, а также о том, как с помощью стихотворения или придуманной нами сказки можно изменить поведение ребёнка.

А ещё мы попадём в сказку – обязательно с хорошим концом. И, уже самостоятельно придумывая её продолжение, вы сможете находить выход из сложных жизненных ситуаций и программировать себя на радостную и благополучную жизнь.

Глава 1. Трудно ли быть ребёнком?

Каждый человек уникален и неповторим. Его уникальность начинает развиваться в том нежном возрасте, когда душевный мир ещё очень пластичен.

Сознание маленького ребенка – чистый лист, на который окружающая его действительность, как прилежный художник, наносит свои первые мазки.

Как формируется мышление ребёнка, как влияют на его формирование литературные произведения?

Согласно теории когнитивного развития, ребёнок в возрасте до 2-х лет исследует мир наощупь: при помощи сосания, кусания, хватания и т.д. В этот период у него развивается *наглядно-действенное мышление*. Каждую мысль ребёнка, образно говоря, можно видеть в его действиях.

Играя с ребёнком, укладывая его спать, мама или бабушка читают малышу сказку, в которой действие часто повторяется: «тянут-потянут», «катится колобок, катится», «полетели-полетели» и т. д. Незамысловатый сюжет и чётко обрисованные герои сказочных историй доступны для понимания ребёнка.

В сказках или стихотворениях для этого возраста должно присутствовать достаточно информации о героях, а также элементов для подражания: «мяу-мяу, кис-кис, ко-ко-ко». Повторяя за взрослым, малыш учится говорить.

Котик

Маленький котик,
Пушистый животик,
Мягкие лапки,
Зелёные глазки,
Ушки торчком,
Хвостик крючком,
Мяу-мяу, кис-кис-кис,
Ну-ка, котик, брысь!

Петушок

Спозаранку ПЕТУШОК
Чистит хвост и гребешок,
Прочищает горлышко,
Ищет лапкой зёрнышко.
Любит Петя всех будить,
«Кукареку» выводить:
– Ку-ка-рррре-ку!
Ку-ка-ррррей!
Просыпайтесь поскорей!

Далее «маленький ученый», исследуя мир, опирается в познании на образы. У детей начинает развиваться речь, они учатся формировать понятия и подражать взрослым. Основной объём знаний усваивается ими через ощущения. Ребё-

нок воспринимает действительность не рассудком, а всем своим существом – с помощью органов чувств. По оттенкам голоса, прикосновению руки ребёнок улавливает мысли и настроения близких ему людей. В период с **2-х до 6-ти лет** у него развивается *наглядно-образное мышление*.

Часто взрослый, читая или рассказывая сказку, может услышать просьбу ребёнка: «А покажи!». Дети дошкольного возраста ещё не способны мыслить абстрактно, поэтому тексты сказок и стихов, рассчитанных на эту возрастную группу, должны иметь хорошие иллюстрации.

Начиная с **3-х лет**, дети играют в ролевые игры. Они легко перевоплощаются в сказочных героев и, следуя сюжету любимой сказки, подсознательно планируют свою будущую жизнь, моделируют взаимоотношения с окружающими.

Примерно в возрасте **4-х лет** дети сами выдумывают разные истории, у них появляются страхи, они просят разрешения засыпать с включённым светом. Многие родители, обеспокоенные чрезмерными фантазиями детей, не знают, как поступить, – и в результате выбирают неверный путь, наказывая своих малышей. Вы, наверное, слышали от знакомых: «Сын постоянно что-то выдумывает», «Внучка стала обманывать, говорит то, чего не было, придумывает, стыдно перед людьми».

Что же такое фантазия ребёнка? Часто это способ выхода обиды и агрессии, форма психологической защиты. Фантазии ребёнка помогают понять страхи и мысли, которые

он скрывает. Это может быть обида и злость на родителей, ревность по отношению к младшему брату (сестре). Фантазия приходит человеку на помощь в детском и даже подростковом возрасте, давая возможность пережить периоды утраты чего-либо. Фантазии помогают ребёнку перенести разрыв отношений с друзьями, мысли об утрате родительской любви. Фантазия – один из способов научиться моделям поведения в реальном мире, но, прежде всего, фантазия – это источник творчества.

В этот же период у ребёнка формируется инстанция совести – то, что психологи называют супер-ЭГО. Он уже знает, «что такое хорошо, а что такое плохо», он любит и понимает «правильные» стихи и сказки.

Ёж

Крошка ЁЖ гулял ночами
На полянке сам, без мамы,
Щеголяя в новых брючках,
В модных остреньких колючках.
Он шуршал среди листвы,
Не боялся он совы.
Ну а утром он легко
Пил на завтрак молоко.

Дракон

В старой сказке жил ДРАКОН,

Всех любил пугать в ней он,
Но однажды тёмной ночью
Сон увидел страшный очень.
С той поры ему не спится:
Наш Дракон всего боится!

В возрасте 6-7 лет у ребёнка начинают формироваться два новых для него вида мышления: **словесно-логическое и абстрактное**. Закономерно, что дальнейшие успехи в школе зависят от развития этих типов мышления.

По достижении школьного возраста в ребёнке происходит процесс углубления внутренней жизни. Чувство, пробуждённое в душе ребёнка рассказом, сказкой, стихотворением помогает соединить услышанное с самим собой. Это рождает в детской душе способность к внутреннему сопереживанию.

В этот период своего развития детям часто кажется, что их не понимают взрослые. Вытесняя обиды и страхи, дети нередко болеют, компенсируя тем самым недостаток внимания родителей к своим проблемам в повседневной жизни.

Сформировавшееся к школьному возрасту **словесно-логическое мышление** позволяет классифицировать объекты, определять признаки предметов, логически оперировать понятиями. В младших классах дети ещё плохо понимают смысл метафор, пословиц, басен, подтекст произведений, ребёнок плохо владеет абстрактными понятиями, которые

невозможно воспринять при помощи органов чувств (например, уравнение, площадь и т. д.). Большинство детей правильно определяют переносный смысл пословиц только в 2-3 случаях из 10. Многие тексты стихов, в силу несформированного абстрактного мышления, будут просто заучены ребёнком наизусть без понимания смысла.

Близки и понятны детям стихи и сказки о животных и о детях того же возраста, что они сами. Дети не просто любят такие стихи, но и сочиняют их сами.

Любознательный

Я упал два раза в речку,
Сам не знаю, почему.
Первый раз, когда кузнечик
Прыгнул в воду, – я к нему.
А второй – когда лягушек
Стал у берега считать,
То по самую макушку
В речку я нырнул опять.
Очень я люблю природу,
Всё хочу о ней узнать.
Правда, если падать в воду,
В школу можно опоздать!

Слезинки

Почему мне плачется?

Где слезинки спрячутся?
Может, в кончике иголки?
Может, в ранце у Егорки?
В озере на самом дне
Или в папином ремне?
Целый день мне плачется.
Где слезинки спрячутся?

К переходному возрасту мир фантазии иссыкает. Подросток вдруг оказывается в повседневной действительности, у него созревает способность к самостоятельному мышлению. Пробуждается критика – первый плод самостоятельности.

К 12 годам у ребёнка развивается *абстрактное мышление*. Он познаёт законы и правила, ставит для себя цели, строит планы на будущее. Он становится способен к анализу конкретных и абстрактных действий, начинает рассуждать по аналогии и метафорически.

Только после переходного периода подросток готов к тому, чтобы познавать окружающий мир, исходя из сил собственного мышления. Он понимает стихи с переносным смыслом и ценит юмор.

Об изъянах

Я вас прошу: при обезьянах
Не говорите об изъянах,
А то окажется изъян

Не у одних лишь обезьян! (Л. КОНДРАШЕНКО)

Обычно мы выбираем книги для чтения, не задумываясь о том, какую информацию они несут, но ребёнок впитывает её неосознанно. В сказочных образах он видит, как в зеркале, себя.

Анализируя восприятие школьниками поэтических текстов, я обнаружила, что дети часто идентифицируют себя с героями и ситуацией, которая отражает их собственные душевные переживания, поэтому стихи, написанные от лица ребёнка, оказывают на детей психотерапевтическое воздействие.

Исследование, проведённое среди детей **11-12 лет**, показало, что дети свободно идут на контакт с психологом и легко обсуждают свои проблемы после прочтения стихотворений, в которых отражена аналогичная их жизненной ситуации тема. Они проникаются доверием к человеку, готовому говорить с ними об их проблемах, а это немаловажно при работе с подростками.

Вот некоторые слова школьников, сказанные ими при обсуждении стихотворений:

Марина М.: *«Мне очень понравились Ваши стихи. В них описывается жизнь детей – и это очень приятно. В одном стихотворении точно описывается отношение взрослых к детям. Это мне понравилось, потому, что мне казалось, что взрослые не понимают детей, а оказалось, что некото-*

рые взрослые понимают...»

Сергея В.: *«Мне понравилось стихотворение о том, как мальчик прыгал по лужам и думал, что его никто не любит, а потом, когда заболел, его все полюбили...»*

Корректируем поведение

Психологам известно, что ребёнку гораздо проще рассказывать о своих проблемах, проговаривая их от имени третьего лица. Этому третьему лицу (герою стихотворения) проще давать советы и легче их выслушивать от других людей.

Я хочу предложить вам несколько своих текстов, которые вы можете использовать в общении с ребёнком для разрешения конфликтных ситуаций, излечения детских комплексов и страхов.

Начиная работу с детьми, попросите их представить себя художниками и нарисовать свою семью. Это даст вам дополнительную информацию об отношениях ребёнка к членам своей семьи. Далее, прочитав стихотворение, поговорите с ребёнком о дружбе, зависти, любви. Попросите ответить на вопросы и дать совет герою выбранного стихотворения:

Я большая

У меня сто тысяч бед:

Диму любят – меня нет!

Обо мне все забывают,

Книжки на ночь не читают —

Говорят, что я большая,
Что давно всё понимаю.
Но не знаю я ответ:
Меня любят или нет?

Задайте вопросы: Почему девочка решила, что её не любят? Могла бы девочка помочь в воспитании братика? Что бы вы посоветовали девочке?

Мне нужен друг

Никто со мной не дружит,
А друг мне очень нужен!
Пусть я один конфеты съел,
Но ведь никто их не хотел?
А тайну всем я рассказал –
Так каждый в классе тайну знал!
Твердят: секреты не люблю –
Я просто правду говорю!
А Славку бросил потому,
Что страшно мне, а не ему.
Вам стыдно с ябедой дружить?
А как же мне без друга жить...

Задайте вопросы: Почему мы все хотим, чтобы у нас были друзья? Каким, по вашему мнению, должен быть настоящий друг? Почему с героем стихотворения не хотят дру-

жить? Скажите, что ему нужно делать? А разве вы никогда не совершали таких поступков: не жаловались, всегда делились яблоками, конфетами, строго хранили чужие тайны?

Зависть

Не живу без слёз и дня:

Что-то мучает меня.

Целый день мне нет покоя,

Настроение плохое.

Мне б игрушки, как у Пашки,

Рюкзачок, как у Наташки,

А ещё велосипед –

У меня такого нет!

Ой, завидую другим:

Почему всё им да им?

Задайте вопросы: Скажите, а почему у героя каждый день плохое настроение? Чему он завидует? А вы бывали в такой ситуации? Что бы вы посоветовали герою?

Петя и его Лень

В 3-А смеются дети:

У доски страдает Петя —

Он опять всё позабыл,

Мел в его руке застыл.

Перепутал в умноженье,

Не решил пример сложенья,
Смотрит грустно в потолок:
«Ох, скорее бы звонок!»
Почему смеются дети?
Ведь совсем не глупый Петя.
Потому что дружит лень
С Петей уж не первый день!

Задайте вопросы: А вам известны такие случаи, как тот, что произошёл с Петей? Как часто мы говорим, что нам лень что-то делать? А что всегда делать хочется? Почему? А как сделать так, чтобы неинтересное стало интересным?

Ах, любовь...

Я влюбился в первый раз,
Не свожу с неё я глаз.
Сердце выскочить готово —
Может, сердце нездорово?
Пистолет ей подарил,
О машинах говорил,
Для неё принес я стул,
За косичку потянул.
Может, я не очень сильный
Или, может, некрасивый?
На неё смотрю, смотрю...
Я два дня её люблю.

Я решил на ней жениться —
Как мне этого добиться?

Задайте вопросы: Мальчики, а какими, по вашему мнению, должны быть девочки? Девочки, а какие мальчики могут вам понравиться? Всегда ли дёрганье за косички – проявление симпатии? Или это просто невоспитанность?

Нечего надеть

Мне грустно в зеркало глядеть:

Опять мне нечего надеть!

Все шкафчики проверила,

Все платья перемерила.

Коротенькое в клеточку?

Такое есть у Светочки.

И джинсовые юбочки

У Зои есть и Любочки.

А розовое платьице

Мне очень-очень нравится,

Но в нём на дне рождения

Была я в воскресенье.

Мне грустно в зеркало глядеть:

Опять мне нечего надеть!

Задайте вопросы: Ребята, скажите, из-за чего расстроилась девочка? А как вы думаете, ей действительно нечего

надеть? А почему она тогда так говорит? А бывает так, что у человека много красивых вещей, но они все какие-то неаккуратные? Что значит поговорка: встречаются по одежке, а провозжают по уму?

Драка

Я без шишек и царапин
Не могу прожить и дня.
У меня характер папин –
Лезет драка из меня.
Пять минут сидел я тихо,
Рисовал людей, дома.
Только драка, свистнув лихо,
Снова вылезла сама!

Задайте вопросы: Что можно посоветовать, чтобы избежать драки, герою стихотворения? А всегда ли драки нужно избегать? А бывают случаи, когда драться можно и нужно? Что можно посоветовать мальчику, чтобы драка сидела себе тихонько и не вылезала?

Вопросы к следующим стихотворениям придумайте сами.

Капризная Катя

– Катенька, помой посуду, —
Попросила дочку мама.

– Ах, не буду я, не буду, —

Катя хныкала упрямо.

– Кофточку надень, малышка,

Чтоб не подхватить простуду!

А в ответ из спальни слышно:

– Ах, не буду я, не буду!

Что за диво, что за чудо?

Каждый день один ответ:

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.