

Наталья Романова

Терапевтические

и

медитативные

сказки для детей



Наталья Романова

**Терапевтические  
и медитативные сказки для детей**

«Издательские решения»

**Романова Н.**

Терапевтические и медитативные сказки для детей /  
Н. Романова — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-00-506760-9

Терапевтические и медитативные сказки помогают ребенку осознавать и принимать в героях сказок себя и свои страхи, стыд, вину, долг, оценку себя другими, гнев, агрессию и находить пути решения. Просто читайте их детям без обсуждения о прочитанном, если ребенок этого не хочет. Дайте ему самому прожить этот опыт. И вы увидите, как сказки меняют сознание ребенка в лучшую сторону.

ISBN 978-5-00-506760-9

© Романова Н.  
© Издательские решения

## Содержание

Введение	6
Разочарование	8
Сравнение	11
Конец ознакомительного фрагмента.	12

# **Терапевтические и медитативные сказки для детей**

**Наталья Романова**

© Наталья Романова, 2019

ISBN 978-5-0050-6760-9

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

## Введение

В нашем современном и быстро меняющемся мире большое значение в развитии детей отводится занятиям, познанию и усвоению нового. Возникли новые направления и новые методики. Они действуют сейчас. Через 10 лет эти же инструменты будут неэффективными.

В основе любых психологических занятий с детьми лежат два базовых понятия – игра и творчество. Игры усложняются, появляются новые материалы для творчества и фантазии, для выражения себя в этом мире, принятия.

Есть еще один инструмент – сказкотерапия – уникальный, простой, по своей сути, лечащий душу ребенка. Терапевтические и медитативные сказки помогают ребенку осознавать и принимать в героях сказок себя и свои страхи, стыд, вину, долг, оценку себя другими, гнев, агрессию и находить пути решения.

Просто читайте их детям без обсуждения о прочитанном, если ребенок этого не хочет. Дайте ему самому прожить этот опыт. И вы увидите, как сказки меняют сознание ребенка в лучшую сторону. В них заложен глубинный смысл и переживание ситуации здесь и сейчас. Не мешайте малышу своими комментариями, он разберется. Просто читайте...



## Разочарование

Светлячок горько плакал. Он знал, что никто его уже не утешит. Он был страшно разочарован.

– Почему ты плачешь? – спросил Улитёнок.

– Я думал, что выполняю очень важную работу. Но это не так. Я не нужен больше Нашему Лесу, потому что не приношу пользы, – ответил Светлячок.

– Ничего не понимаю. Расскажи всё с самого начала, – попросил Улитёнок.

Светлячок вздохнул и начал свой рассказ:

– В Нашем Лесу вечером для всех жителей я зажигал звёзды своим фонариком. Звёзды горели всю ночь, освещали дорожки, цветы, паутинки, а утром звёзды гасли сами собой. Как я думал, я выполнял очень важную работу, и меня за это любили. Но вчера я забыл свой фонарик у пруда. И когда пришло время зажигать звёзды, я его не нашёл. Я так испугался, что в Нашем лесу будет темно, что жители не найдут дорогу к себе домой. И в этом буду виноват я. Но ничего такого не случилось. Звёзды сами по себе зажглись и также горели до утра. Выходит, что я никогда и не зажигал звёзды? Что моя работа была никому не нужна? Что я сам не нужен Нашему Лесу?

Улитёнок помолчал и потом сказал:

– Я всегда считал, что это ты зажигаешь вечером звёзды. Но раз это не так, неужели ты думаешь, что мы не будем тебя любить? Когда ты вечером летишь со своим фонариком, от твоего огонька становится тепло и радостно.



Мы любим твой свет.

– Я ценен сам по себе? А не потому что я выполняю свою работу? Старался для Нашего Леса, чтобы жителям было светло? – удивился Светлячок.

– Конечно. Ты такой как есть: уникальный. И если вечером я не увижу тебя с фонариком, мне будет грустно.

Светлячок улыбнулся и ответил:

– Я буду зажигать свой фонарик просто так. Потому что я уникальный. И это будет единственная причина.

## Сравнение

Светлячок любил по-долгу беседовать с бабочками. Они умные, интересные собеседники, рассказывают весёлые истории. И ещё: бабочки такие красивые, похожи на разноцветные искорки.

– Как много ты видела, какие удивительные места посетила! – воскликнул Светлячок. – А я дальше Нашего Леса нигде и не был.

– Не беда, – сказала Бабочка. – Возьми и решишь на путешествие. И сам всё увидишь: прекрасные цветы, шумные ручьи, деревья, которые тянутся прямо в небо.

– Тебе легко говорить. Я не смогу. Я не такой как ты. У тебя большие и сильные крылья, ты умная, много знаешь. И ты такая прекрасная, что все цветы меркнут в сравнении с тобой. Вот если бы я имел такие крылышки, как у тебя, я бы точно полетел посмотреть, что там за Нашим Лесом, – возразил Светлячок. – Как бы я хотел быть похожим на тебя!

## **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.