

Терапевтические

сказки

про садик



Как Оля полюбила садик

Не пойду в детсад, - сказала Оля.

Оленька, деточка, мне нужно идти на работу, - просила её мама.
- Если я не буду работать, у нас не будет денег, а если не будет денег, нам нечего будет есть.

Но Оля вертела головой и продолжала капризничать.

С кухни прибежал кот Мурзик, прыгнул к Оле на колени и сказал:
«Мяу, хочу вкусного молока и рыбку».

Гав-гав, - раздался звонкий лай пуделя Артемона. - вечно этот кот выпрашивает еду, я, может, тоже хочу вкусную косточку, но жду, когда меня покормят.

Ну, вот и животным нужна еда, - сказала мама. - И черепашка ждёт сочную капусту.

Оля посмотрела на животных и задумалась.

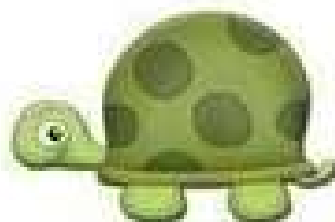
- Не так уж и плохо в детском саду: на Новый год подарки дарили, и дед Мороз приходил, построили большую горку с ребятами и катались. Скоро 8 марта, и Анна Вячеславовна говорила, что будет утренник. Придут мамы и бабушки, а мы будем с ребятами петь, и танцевать, и читать стихи, будем дарить открытки, которые сами смастерили, и мама купит мне платье и красивый бант.

Мама вышла в прихожую. Оля, одетая в шубку и сапожки, ждала маму.

- Идём в детский сад, - сказала она маме. - Я пошутила.

С тех пор Оля всегда ходила в детсад и не капризничала.

Там было всегда весело и много друзей, а когда возвращалась домой, её радостно встречали кот, пес и черепашка. У них всегда была еда. А Оле мама к утреннику купила очень красивое платье и бант.



Сказка о подсолнечном семечке

Возраст: 3-5 лет.

Направленность: Тревога и беспокойства, связанные с отрывом от матери и владениям в детский коллектив (детский сад). Страх самостоятельности, общая боязливость.

Ключевая фраза: «Не уходи. Я боюсь!»

В огороде на высоком подсолнухе жила большая семья семечек. Они жили дружно и весело. Однажды, дело было в конце лета, их разбудили страшные звуки. Это был голос Ветра. Он шлептел все громче и громче. «Пора! Пора!! Пора!!!» — звал Ветер.

Семечки вдруг поняли, что им действительно пора покидать корзинку родного подсолнуха. Они заторопились и стали прощаться друг с другом. Одних забирали птицы, другие улетали вместе с ветром, а самые нетерпеливые сами выпрыгивали из корзинки.

Те, кто остался, с увлечением обсуждали предстоящее путешествие и то неизвестное, что ожидало их. Они знали, что их ждет какое-то необычайное превращение.

Только одно семечко грустило. Ему не хотелось покидать родную корзинку, которую все лето грело солнышко и в которой было так уютно.

«Куда вы торопитесь? Вы никогда раньше не покидали дома и не знаете, что там, снаружи! Я никуда не собираюсь уходить! Я останусь здесь!» — говорило оно.

Братья и сестры смеялись над семечком, говорили: «Ты трус! Как можно отказаться от такого путешествия?». И с каждым днем в корзинке их оставалось все меньше и меньше.

И вот, наконец, пришел день, когда семечко осталось в корзинке одно-единственное.

Никто над ним больше не смеялся, никто не называл его трусом, но и никто не звал его вместе с собой. Семечку вдруг стало так одиноко! Ах! Ну почему оно не покинуло корзинку со своими братьями и сестрами! «Может я и правда трус?» — думало семечко.

Пошел дождь. А тут еще и похолодало, и ветер стал злым и уже не шептал, а свистел: «Торопись-с-с-с-с!».

Подсолнух гнулся до земли под порывами ветра. Семечку стало страшно оставаться в корзинке, которая, казалось, вот-вот оторвется от стебля и покажется неизвестно куда.

«Что будет со мной? Куда унесет меня Ветер? Неужели я больше никогда не увижу своих братьев и сестер? — спрашивало оно себя. — Я хочу быть вместе с ними. Я не хочу оставаться здесь один. Неужели я не смогу преодолеть свой страх?»

И тут семечко решилось. «Будь, что будет!» — и, собравшись с силами, прыгнуло вниз.

Ветер подхватил его, чтобы оно не ушиблось, и бережно опустил на мягкую землю. Земля была теплой, где-то наверху Ветер уже завывал, но откуда его шум казался колыбельной песней. Здесь было безопасно. Здесь было так же уютно, как когда-то в корзине подсолнуха, и семечко, утомленное и измученное, незаметно для себя уснуло. Проснулось семечко ранней весной. Проснулось и не узнало самого себя. Теперь это было уже не семечко, а нежный зеленый росток, который тянулся к ласковому солнцу. А вокруг было множество таких же ростков, в которые превратились все братья и сестры-семечки.

Они все были рады встретиться снова, а особенно они рады видеть самому семечку.

И теперь уже никто не называл его трусом. Все говорили ему: «Ты молодец! Ты оказался таким смелым! Ведь ты остался один, и никому было тебя поддерживать».

Все гордились им. И семечко было очень счастливым.

Вопросы для обсуждения

Чего боялось семечко?

Что решило сделать семечко?

Правильно ли оно поступило или нет?

Чтобы произошло, если бы семечко продолжало бояться?



Сказка про Грустинку

Жила-была девочка Маша. Сначала она была совсем малышкой, а потом росла-росла и подросла. Да так подросла, что можно теперь ей было в садик идти с ребятками играть. Мама и папа так обрадовались, что Маша большая. Устроили праздник. Мама торт испекла, и Маша даже сама свечки задувала.

На следующий день Машуля в первый раз в садик пошла, и так ей там понравилось, что даже уходить не хотела. Играла с игрушками, кушала кашу-екушавицу. А еще у неё там дружок появился – Семён, такой весёлый мальчишка с кудряшками.

Целыми днями они вместе играли. Семён садился на одном конце кровати и толкал Маше большой грузовик. Маша ловила его, накружала в кузов кубики и отправляла к Семёну, а он строил большую башню. Весело им было вместе. Даже засыпать было нескучно, потому что кроватки стояли рядышком, и они вместе закрывали глазки и спали.

И вот в один осенний дождливый день, когда листья стали совсем жёлтыми, ветер принёс в детский садик Грустинку. Она была такая маленькая, серенькая, как пылинка, улетела в форточку и спряталась в кармашек к Маше.

И тут Машу как подменили. Стало ей грустно, она почему-то расстроилась, маму потеряла и давай плакать. Все ребятки и воспитательница её успокаивали, успокаивали... А слёзки сами собой всё равно каплют, так кап-кап-кап... И всё Маша знает, что мама скоро придёт, просто ходит на работу, потом купит вкусный йогурт и прибежит за Машей. Знает это Маша, а всё равно почему-то грустно – хочется, чтобы мама прямо сейчас пришла... А это всё грустная Грустинка сидит в кармашке и Машу расстраивает, плакать заставляет.

Семён Машу пытался развеселить: и в каравай предлагал покормить, куклу ей в коляске прикатил — а Маша всё равно грустная. И тут Семён увидел, что у Машули глазки совсем мокрые. И решил ей помочь:

— Дай, — говорит, — я твой платочек достану, и слёзки вытрем, не плачь! Вытащил Семёна Машин платочек, вместе с ним Грустинка из кармашка и вытряхнулась, и опять в форточку улетела. А Маша тут же улыбнулась, а потом засмеялась и стала снова весёлая. А Семёна и другие ребятки, конечно, очень обрадовались, что Грустинка совсем улетела, и все вместе побежали мультики смотреть.

С тех пор Маша всегда свой кармашек проверяет, не застряла ли там Грустинка и никогда в садике больше не грустит.



Уважаемые родители!

Поступления вашего ребенка в детский сад – очень важный для вас и вашего малыша этап. И он сопряжен с возможным появлением детских страхов (одиночества, общения, новых знакомств, отрыва от привычной жизни, и т.д.)

Лучший способ борьбы с детскими страхами – терапевтические сказки. Мы подготовили для вас терапевтические сказки, которые вы можете читать ребенку перед сном.

В сказках отражены наиболее часто встречающиеся проблемы, сопряженные с началом дошкольной жизни.

И помните:

- **Уважайте страх своего ребенка.** Если ребенок боится, то на это существуют причины. Ваш ребенок, так же, как и вы, имеет право испытывать те чувства, которые он испытывает.

Не говорите: «Ничего страшного! Не бойся, это пройдет!»

Вашему ребенку необходима ваша поддержка, ему надо осознавать, что родители серьезно относятся к его чувствам.

- **Бойтесь вместе.** Предложите бояться вместе с ним. Поверьте, страх поделенный на два становится меньше в два раза. Возможно в процессе «бояния» ваш ребенок раскроет вам причины своего страха.

Только не переусердствуйте и не называйте ещё большие страхи на малыша.

Не заостряйте внимание на страхе ребенка без причины.

- **Поиграйте в страх.** Предложите ребенку стать страхом и поугаать вас. Это также может помочь вам выяснить причину. Любую болезнь легче вылечить, когда мы знаем её причину, то же относится и к страху.

- **Творите волшебство.** Испеките волшебное печенье, которое придаёт храбрости, или придумайте заклинание, которое отпугивает «барабашек». Если ребенок, например, боится говорить прилюдно, запаситесь заколдованной иррушкой, которую надо держать в кулачке, произнося речь в присутствии большого количества людей.

- **Расскажите ребенку терапевтическую сказку.** Пусть герой этой сказки борется с тем же самым страхом, который есть у вашего ребенка, и побеждает его.

Удачи!



Как Кенгуреныш стал самостоятельным

Возраст: 2-5 лет.

Направленность: Страх расставания с мамой. Переживания, тревога, связанные с одиночеством.

Ключевая фраза: «Не уходи. Я боюсь один».

Жила-была большая мама-Кенгуру. И однажды она стала самой счастливой Кенгуру на свете, потому что у нее родился маленький Кенгуреныш. Сначала Кенгуреныш был очень слабеньким, и мама носила его в своей сумочке на животе.

Там, в этой маминой сумочке, Кенгуренышу было очень уютно и совсем не страшно. Когда Кенгуреныш хотел пить, мама поила его вкусным молоком, а когда хотел есть, мама-Кенгуру кормила его кашкой с ложечки. Потом Кенгуреныш засыпал, и мама могла в это время убираться в доме или готовить еду.

Но иногда маленький Кенгуреныш просыпался и не видел рядом мамы. Тогда он начинал очень громко плакать и кричать до тех пор, пока мама не приходила к нему и не клала его опять в свою сумочку. Однажды, когда Кенгуреныш вновь заплакал, мама попыталась положить его в свою сумочку, но в сумочке оказалось очень тесно и ножки Кенгуреныша не помещались. Кенгуреныш испугался и заплакал еще сильнее: он очень боялся, что теперь мама уйдет и оставит его одного. Тогда Кенгуреныш изо всех сил сжался, поджал колени и пролез в сумочку.

Вечером они с мамой пошли в гости. В гостях были еще дети, они играли и веселились, звали Кенгуреныша к себе, но он боялся уходить от мамы и поэтому, хотя ему и хотелось пойти поиграть со всеми, он все-таки просидел все время в маминой сумочке. Весь вечер к ним с мамой подходили взрослые дяди и тети и спрашивали, почему такой большой Кенгуреныш боится оставить маму и пойти играть с другими ребятами. Тогда Кенгуреныш совсем испугался и спрятался в сумочку так, что даже головы не было видно.

День за днем в маминой сумочке становилось все теснее и неудобнее. Кенгуренышу очень хотелось побегать по зеленой полянке возле дома, построить куличики из песка, поиграть с соседскими мальчишками и девочками, но так страшно было уходить от мамы, поэтому большая мама-Кенгуру не могла оставить Кенгуреныша и сидела с ним все время.

Однажды утром мама-Кенгуру ушла в магазин. Кенгуреныш проснулся, увидел, что он один, и заплакал. Так он плакал и плакал, а мама все не приходила. Вдруг в окно Кенгуреныш увидел соседских мальчиков, которые играли в салки. Они бегали, догоняли друг друга и смеялись. Им было очень весело. Кенгуреныш перестал плакать и решил, что он тоже сможет сам, без мамы умыться, одеться и пойти к ребятам. Так он и сделал. Ребята с радостью приняли его к себе в игру, и он бегал и прыгал вместе со всеми. А вскоре пришла мама и похвалила его, что он такой смелый и самостоятельный.

Теперь мама может каждое утро ходить на работу и в магазин — ведь Кенгуреныш уже совсем не боится оставаться один, без мамы.

Он знает, что днем мама должна быть на работе, а вечером она обязательно придет домой, к своему любимому Кенгуренышу.

Вопросы для обсуждения

Чего боялся Кенгуренок? Ты боялся того же?

Почему теперь Кенгуренок не боится оставаться один, без мамы?



Белочка-Припевочка

Возраст: 3-6 лет.

Направленность: Независимость.

Ключевая фраза: «Помогите, я сама не умею!»

В одном самом обыкновенном лесу, на одной из зеленых елей жила была самая обычная белочья семья: мама, папа и дочка — Белочка-Припевочка. На соседних елях также жили белки. Ночью все спали, а днем собирали орехи, потому что очень их любили.

Мама и папа учили Белочку-Припевочку, как доставать орешки из еловых шишек. Но каждый раз Белочка просила помочь ей: «Мамочка, я никак не могу справиться с этой шишкой. Помоги мне, пожалуйста!», Мама доставала орешки, Белочка ела их, благодарила маму и прыгала дальше. «Папочка, у меня никак не получается достать орешки из этой шишки!», «Белочка! — говорил ей папа, — ты уже не маленькая и должна делать все сама». «Но у меня не получается!» — плакала Белочка. И папа помогал ей. Так Припевочка прыгала, вылезала, а когда ей хотелось съесть орешек, она звала на помощь маму, папу, тетю, дядю, бабушку или еще кого-нибудь.

Проходило время. Белочка росла. Все ее друзья уже хорошо собирали орехи и даже умели делать запасы на зиму. А Белочка всегда нуждалась в помощи. Она боялась сделать что-то сама, ей казалось, что она ничего не умеет. У взрослых уже не было достаточно времени, чтобы помочь Белочке. Друзья стали звать ее неумехой. Все бельчата веселились и играли, а Припевочка стала печальной и задумчивой. «Я ничего не умею и ничегошеньки не могу сделать сама», — грустила она.

Однажды прыгали ершовосеки и срубили зеленый ельник. Пришлось всем белкам и бельчатам отправиться на поиски нового дома. Они разошлись в разные стороны и договорились встретиться вечером и рассказать друг другу о своих находках.

Белочка-Припевочка тоже отправилась в дальний путь. Страшно и неприятно было ей прыгать по веткам в одиночестве. Потом стало весело, и Белочка была очень довольна, пока совсем не устала и не захотела есть. Но как же ей достать орехи? Никого рядом, не от кого ждать помощи.

Прыгает Белочка, ищет орехи — нет их и нет. День уже близится к концу, наступает вечер. Села Белочка на ветку и горько плачет. Вдруг смотрит, а на веточке шишка. Сорвала ее Припевочка. Вспомнила, как ее учили орешки доставать.

Попробовала — не получается. Еще раз — опять неудача. Но Белочка не отступила.

Она перестала плакать. Подумала немножко: «Попробую-ка я свой способ орешки доставать!». Скажано — сделано. Поддалась шишка. Достала Белочка орешки.

Посла, развеселилась. Селась, а вокруг большой ельник.

На еловых лапах шишек видимо-невидимо. Перетрягнула Белочка на другую елку, сорвала шишку — там орешки, другую сорвала — и та полная. Обрадовалась Белочка, собрала немного орешков в утенок, запомнила место и поспешила на назначенную встречу с ветки на ветку, с ветки на ветку. Прибежала, видит ее родные и друзья сидят грустные. Не нашли они орешки, устали, проголодались. Рассказала им Припевочка про ельник. Достала орешки из утенка, накормила. Обрадовались мама и папа, улыбнулись друзья и родные, стали Белочку хвалить: «Как же мы тебя неумехой звали — всех обогнала, всем силы придала и новый дом нашла! Ай, да Белочка! Ай, да Припевочка!».

На следующее утро белки пришли на то место, о котором рассказала Припевочка. И действительно, орехов там оказалось очень много.

Устроили праздник-новоселье. Орешки ели, да Белочку-Припевочку хвалили, песни пели и каровод водили.

Вопросы для обсуждения

Почему так получилось, что Припевочку стали звать неумехой?

Что помогло Припевочке достать орешки из шишки?

