Обучение Сказкотерапии с нуля

Здравствуйте, меня зовут Екатерина. Я психолог, веду блог о детской психологии и Сказкотерапии в инстаграмме - konosrvich_o_detyah. Чек - лист "Обучение Сказкотерапии с нуля" поможет сочинить терапевтическую сказку самостоятельно, с помощью которой Вы сможете скорректировать нежелательное поведение ребенка, избавить его от страхов и фобий, развить творческие способности.

Сказкотерапия и ее основные преимущества.

- [ ] Сказкотерапия - это лечение сказкой.
- [ ] У детей преобладает абстрактное мышление, другими словами они более восприимчивы к информации передаваемой через яркие образы.
- [ ] Сказка знакомит детей с реальностью, объясняя, что такое "хорошо", а что такое "плохо".
- [ ] Чаще всего взрослые способы решения проблем детям не подходят. Вот тут на помощь и приходит помогающая сказка. Попадая в сказку дети легко воспринимают "сказочные законы", правила поведения, которые от родителей звучат как нравоучения.
- [ ] Сказки дарят детям надежду, помогают понять, что из любой ситуации есть выход.
- [ ] Чем дольше ребенок верит в волшебство, тем оптимистичнее его взгляды на жизнь. Сказка не уводит от реальности, а приводит к ней. В

сказке дети познают жизнь, становятся мудрее, учатся преодолевать различные трудности, общаться, заботиться, сочувствовать.

- ☐ Сказкотерапия помогает незаметно преодолеть возрастные кризисы, не нося в душе накопившуюся печаль, раздражение, гнев, обиду и другой негатив.
- ☐ Развивает воображение и эмоциональную сферу ребенка.
- ☐ В результате сказкотерапии ребенок чувствует Вашу поддержку, которая ему так необходима.

Важные нюансы.

- ☐ Сказка должна соответствовать возрасту.
- ☐ Начинать читать художественные сказки можно даже пока ребенок еще в животике, а вот использовать терапевтическую сказку с 3 лет. Именно с этого возраста ребенок способен понять сюжет, проанализировать сказку, сделать выводы.
- ☐ С 3 до 5 лет - детям более близки и понятны сказки о животных или где животные взаимодействуют с человеком.
- ☐ С 5 лет ребенок сопоставляет себя преимущественно с человеческими персонажами (принцы, царевны, солдаты), ему интересны истории о людях познающих мир.
- ☐ С 6 лет дети предпочитают волшебные сказки - о феях, волшебниках.
- ☐ Подросткам больше подойдут притчи или бытовые сказки.
- ☐ Не называйте героя сказки именем ребенка. Ребенок не должен воспринимать это как навязанное действие, он лишь может сам

провести параллели с персонажем.

- Если имя должно отличаться, то пол, возраст и характер должны совпадать.

- Чтобы закрепить эффект сказки, желательно прочитать ее несколько раз. Если ребенок просит рассказывать одну и ту же сказку много раз, не отказывайте ему - это говорит о том, что сюжет важен для него.

- Не раскладывайте по полочкам мораль сказки, пусть ребенок самостоятельно сделает выводы, что хорошо, а что плохо.

- Передача содержания должна быть не монотонной, а выражать эмоции героев.

- Используйте юмор. Сказки, в которых есть место шуткам воспринимаются легче и лучше запоминаются.

- Читать сказку должен взрослый, которому ребенок целиком и полностью доверяет. Важен телесный контакт - посадите ребенка на колени, обнимите,ребенок должен чувствовать себя в безопасности, ведь он будет встречаться с тем, что его волнует.

Алгоритм написания Сказки.

- Самый простой способ - найти в интернете готовую сказку с Вашей проблемой и переделать ее под себя. Но я хочу рассказать Вам как написать сказку самостоятельно.

- 1. Начало Сказки. Жили - были или жил - был в одном прекрасном царстве, королевстве, городе, семье. Однажды и озвучиваем событие.

- 2. Указываем возраст и пол героя, помним, что они должны совпадать в

возрастом и полом ребенка. Если это животное, то достаточно указать маленький, большой и уточнить - ходит в садик, школу.

- ☐ 3.Выбираем главного героя, им может стать любимая детская игрушка, животное, царевна, волшебник - ориентируемся на возраст и интересы ребенка.

- ☐ 4. Описываем жизнь главного героя, черты характера - они должны быть схожи с характером ребенка.

- ☐ 5. Переходим к проблемной ситуации, в которую попал наш герой, и из которой он ищет выход. Проблема героя и ребенка должны быть схожи, а вот ситуации могут быть разными.

Например, проблема одиночества - может быть как в ситуации отсутствия друзей, так и в ситуации - родители не обращают внимания после рождения братика или сестренки.

- ☐ 6. Описываем реакцию героя на происходящие события. Сначала герой сказки привычным (неправильным) образом реагирует на ситуацию, поэтому мы указываем на негативные последствия, к которым приводит такое поведение.

- ☐ 7. Создаем образы друзей и помощников, а так же врагов или препятствий на пути к цели.

- ☐ 8. Теперь в сказке должны появиться различные варианты, чтобы разобраться и найти выход. Выход или верное решение могут помочь найти другие персонажи, таким образом мы переходим к кульминации, где герой сам или при помощи друзей преодолевает трудности.

- [ ] 9. Развязка сказки - герой приходит к пониманию, что раньше поступал неправильно, признает свои ошибки и выбирает единственный правильный путь.

- [ ] 10. Герой сказки получает вознаграждение. Например, преодоление своих внутренних страхов, барьеров или изменение поведения, исправление ранее сделанных ошибок.

- [ ] 11. Заключительный шаг - Вопросы к сказке. О чем эта сказка? Чему она нас учит? Почему герой поступил именно так? Чего он хотел на самом деле? Как герой решает проблему, какой способ решения или поведения выбирает? Какие эмоции вызывает герой?

- [ ] Чтобы узнать какие помогающие сказки нужны именно Вашему ребёнку пройдите небольшой тест. Выберете один ответ, который наиболее типичен для вашего ребёнка в указанной ситуации.

- [ ] 1. По отношению к другим детям ваш ребёнок:

- [ ] А) Порой бывает агрессивен — может ударить соседа по песочнице или отобрать понравившуюся игрушку.

- [ ] Б) Довольно стеснителен, никогда не знакомится с другими детьми сам.

- [ ] В) Не стесняется, но вообще не интересуется другими детьми, предпочитает общаться с уже знакомыми людьми.

- [ ] Г) Очень дружелюбен, но не всегда может постоять за себя (например, если в детской компании есть задира).

- [ ] 2. В гостях ребенок:

- ☐ А) Ведёт себя очень уверенно — берёт без спроса чужие вещи или может потребовать в подарок понравившийся предмет.
- ☐ Б) Не отходит от мамы, стесняется общаться с хозяевами.
- ☐ В) Не знает, чем заняться в отсутствие привычных игрушек и игр.
- ☐ Г) Охотно принимается играть в предложенные игры, но бросает их при первых трудностях.
- ☐ 3. В магазине ребенок:
- ☐ А) Хватает все игрушки, которые видит, с криком "Купи!", не реагирует на фразы о том, что у мамы нет денег и что ему недавно покупали похожую машинку или куклу.
- ☐ Б) Не выбирает игрушки сам, берёт только то, что мама ему сама предлагает.
- ☐ В) Сразу подходит к тем игрушкам, аналоги которых у него уже есть дома (например, интересуется только машинками и отказывается от конструкторов, роботов, мячиков и других вещей).
- ☐ Г) Берёт любые игрушки, но не может объяснить, нужны ли они ему действительно, при первом же возражении или вопросе отказывается от выбранной игрушки в пользу другой.
- ☐ 4. В общении ребенок:
- ☐ А) Может перебить собеседника или разозлиться, если чужое мнение не совпадает с его точкой зрения.

- Б) В основном, отвечает на вопросы, не задаёт их сам, зажат и стесняется.
- В) Затрудняется быстро ответить на вопрос, может не ответить сходу даже на то, что точно знает.
- Г) Может не закончить до конца мысль, постоянно переключается с одной темы на другую.
- 5. На прогулке (например, в парке или в зоопарке), ребёнок:
- А) Бегает, куда захочет, не слушается родителей.
- Б) Не любит ходить сам, только за руку с мамой.
- В) Не говорит сам, куда хотелось бы пойти и что посмотреть.
- Г) Быстро устаёт от любых событий и зрелищ, начинает хотеть домой на полпути.
- Результаты теста:
- Больше ответов:
- А: Ваш малыш очень активен и уверен в себе, но забывает делиться с другими, не любит уступать, часто не слушается родителей. Очень полезны для вас будут сказки про дружбу и сострадание, они помогут ребёнку стать отзывчивее и дружелюбнее к другим людям
- Б: Ребёнок стеснителен, не любит первым идти на контакт. Исправят ситуацию сказки про смелых и храбрых героев, которые смогли побороть свои страхи и получили за это награду.

- [ ] В: Развить беглость мышления, научить малыша принимать оригинальные решения и стать наблюдательнее помогут сказки про смекалку. Истории, где герой в сложной ситуации находит неожиданный выход понравятся ребёнку, поощрят его любознательность.

- [ ] Г: Умение доводить до конца начатое, не сдаваться перед трудностями можно и нужно развивать с самого детства. Лучше всего подойдут сказки, где герой настойчив и целеустремлёнен, ведь эти волевые качества очень важны для Вашего ребенка.

Спасибо, что за подписку на мою страничку в инстаграмме - @konosevich_o_detyah. Надеюсь, вы найдете интересную информацию в моем блоге.

Создано с помощью онлайн сервиса Чек-лист | Эксперт: https://checklists.expert

как это убрать?