

Принципы сказкотерапии

Как придумать сказку для психологической работы с детьми



Источником для создания терапевтических сказок служат знакомые сказочные сюжеты, притчи и былины, не последнюю роль играет воображение самого ребенка, а также ситуации из реальной жизни.



Для того чтобы придумать терапевтическую сказку самостоятельно, нужно учитывать некоторые правила:

1. Не нужно полностью копировать в сказку проблему малыша, она должна быть лишь косвенно на нее похожей.
2. В терапевтической сказке должен присутствовать понятный и нужный совет, благодаря которому ребенок сможет найти выход из трудного положения и справиться со своей проблемой.
3. Сюжет сказки с терапевтическим эффектом должен следовать в определенной последовательности.



Пример терапевтической сказки для преодоления страха (сказка “Мой друг – дракон”)

У меня есть знакомая девочка по имени Мария. Мама и папа зовут ее Маша, а старший брат — Трусишка. Год назад, когда Мария была совсем маленькой девочкой, старший брат рассказал ей сказку о непобедимом трехголовом Драконе. Это чудище никто не мог победить, ни смелые богатыри, ни злые колдуны, ни добрые волшебники. Дракон был бессмертен. Если ему рубили голову, на ее месте вырастали три новые. Это была очень страшная сказка. С тех пор Маша плохо спала. Каждую ночь ей снился один и тот же сон, что к ней в спальню врывается огнедышащий Дракон и... Маша в ужасе просыпалась. Девочка ни разу не сумела досмотреть это сновидение до конца, так ей было страшно. Когда Мария рассказала мне свой сон, я вспомнила, что все драконы — большие сладены, они очень любят конфеты и печенье. Мы договорились с Машей оставить перед сном на тумбочке возле кровати блюдо со сладостями и досмотреть сон до конца (*продолжение >>*)

На следующее утро Мария рассказала мне продолжение сна. Когда Дракон ворвался в комнату и уже хотел на нее накинуться, он увидел блюдо с конфетами и печеньем. Дракон осторожно подошел к тумбочке и начал набивать свой рот сладостями. После того как все было съедено, он тихо прошептал: «Маша, ты самая лучшая девочка на свете. Ты одна не стала рубить мою голову, а накормила конфетами и печеньем. Теперь я — твой друг. Никого и никогда не бойся, с сегодняшней ночи твой сон охраняет Дракон». После той ночи Машу перестали беспокоить ночные кошмары.

Спасибо за внимание!

