

Консультация для родителей «Сказкотерапия» как средство снятия детской тревожности.

Есть в детской психотерапии один особенно приятный метод - метод сказкотерапии. Его можно применять в любых количествах и в любом возрасте. У него нет побочных эффектов и противопоказаний. Несмотря на ироничную улыбку серьезных людей, практика сказкотерапии применяется не менее серьезными профессионалами - педагогами, психологами и психотерапевтами.

Сказкотерапия - один из самых древних, а возможно и древнейших методов воспитания, передачи социального опыта, традиций и менталитета.

Наряду с арттерапией и игротерапией сказка призвана помочь человеку раскрыть внутренние переживания, конфликты, преодолеть трудности, замкнутый характер, объяснить в яркой образной форме правила и нормы поведения.

Использование сказкотерапии оправдано не только в работе с детьми. Образные притчи, символы, игровые ситуации эффективны при занятиях со взрослыми людьми. Великие пророки говорили притчами. Багаж сказкотерапии велик - басни, анекдоты, притчи, мифы, народный фольклор.

Сказкотерапевт (а им может стать любой родитель) рассказывает истории (есть целые подборки сказок определенного направления, например, сказки о доброте), обсуждает сказки или придумывает их вместе со слушателем. Последние особенно часто применяют в коррекционной психотерапии. Ведь обычный любимый ребенком мишка teddy может многое рассказать на вопрос мамы, что его беспокоит или чего мишка боится.

Исходя из выше сказанного, дети через игрушки рассказывают про свои страхи и свои опасения. Сказкотерапия для детей, используя такой подход, помогает развить фантазию, логическое и образное мышление, правильную речь.

Но главный секрет сказкотерапии в том, что ребенок (да и взрослый человек тоже), выражая свои мысли через речь игрушки или героя - открывает, порой, незаметно даже для самого ребенка те переживания, о которых никогда не сказал бы прямо.

Сказкотерапия орудует архетипами, которые глубоко в нас скрывают самые сокровенные движения души. Обыгрывая определенную ситуацию, близкую к жизни, вы можете узнать о своем чаде много нового и неизвестного. К примеру, почему тигренок боится темноты, а старший зайчонок не хочет играть с младшим.

Сказкой можно скорректировать большинство страхов и обыграть проблемные отношения. Это универсальный способ общения между людьми любого возраста и социального статуса.

У сказки нет границ и ограничений. Она доступна для применения в любой момент времени. Работа со сказкой показывает результат. Единственное требование к родителю (сказкотерапевту) - умение читать и фантазировать.

Современные проблемы требуют современных решений, это затрагивает сферу детско-родительских отношений в частности. Сказка вне времени: старые сказки можно «апгрейдить» с использованием нововведений нашей жизни. Не смотря на новшества, всегда в окружающем мире найдутся и «Бабки-ежки», и «Кощеи», и конечно, «Добрые Феи», «Волшебники».

Сказка – это огромный волшебный мир возможностей взаимодействия взрослого и ребенка. Важно помнить, что получается (и даже не главное «как») только у тех, кто пробует сделать.

На сайте размещены материалы по сказкотерапии, терапевтические сказки, выбирайте ту, что подойдет Вам, или Вашей ситуации.

Успехов!