

*“Мама-сказочница”*

Татьяна Вербицкая

**СКАЗКОТЕРАПИЯ  
В РЕШЕНИИ  
ДЕТСКИХ ПРОБЛЕМ**

*Выпуск №2*

Татьяна Вербицкая

**Сказкотерапия в решении  
детских проблем. Выпуск №2**

«Издательские решения»

## **Вербицкая Т.**

Сказкотерапия в решении детских проблем. Выпуск №2 /  
Т. Вербицкая — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-00-561517-6

Предлагаемые в сборнике сказки помогут в коррекции проблемного поведения детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста. Каждое произведение нацелено на одну из задач: • затяжной страх темноты, • беспорядок в комнате, • комплекс неполноценности, убеждение «я хуже других». В конце каждого раздела вы найдете рекомендации, игры и упражнения семейного психолога Ольги Алексеевой, что поможет более комплексно подойти к решению вопросов.

ISBN 978-5-00-561517-6

© Вербицкая Т.  
© Издательские решения

## Содержание

О сказкотерапии	6
Помогаем справляться со страхами	7
Бесстрашное Рождество	9
Конец ознакомительного фрагмента.	11

# Сказкотерапия в решении детских проблем

## Выпуск №2

**Татьяна Вербицкая**

*Психолог-консультант* Ольга Алексеева

*Иллюстратор* Ксения Вербицкая

© Татьяна Вербицкая, 2022

© Ксения Вербицкая, иллюстрации, 2022

ISBN 978-5-0056-1517-6 (т. 2)

ISBN 978-5-0056-1518-3

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

## О сказкотерапии

Татьяна Вербицкая,  
*автор сказок*

Про сказкотерапию часто можно услышать, что это домашняя психотерапия. И это действительно так. В трудной ситуации сказка приходит на помощь и мягко подводит нас к решению проблемы. За счет чего? За счет активации наших ресурсов, конечно. Давайте разберемся, что это за ресурсы.

Прежде всего, сказка дарит опыт. Погружаясь в сказочный сюжет, наше подсознание воспринимает вымышленную ситуацию, как реальную. Следовательно, опыт, полученный благодаря сказке, будет помещен в ту же копилочку, где находится опыт, полученный в реальных жизненных ситуациях.

Во-вторых, сказка не читает нотаций, не требует совершить что бы то ни было, она просто рассказывает историю. С большей вероятностью и желанием мы будем действовать, используя опыт сказки по собственной воле, чем исполняя чьи-то указания, к которым нас принуждают.

Наконец, художественная история своим сюжетом раскрывает наши эмоции, позволяет им экологично выйти через смех и слезы, гнев и переживания. А это уже настоящая заковка нашего эмоционального состояния. Чем больше чувств и эмоций мы научимся проживать, тем легче нам будет справиться с различными проблемами.

В сказкотерапии используют готовые сказки или пишут сказки под ситуацию и клиента. Все мы разные, и сказка, которая сработала у одного, другому может не подойти. В любом случае, чтение сказки – это далеко не вся терапевтическая работа. Сказочный сюжет еще нужно осмыслить, «переварить» и усвоить. Иногда дети просят почитать знакомую сказку снова и снова. Это как раз сигнализирует, что ребенок осваивает определенный сказочный урок.

Мы сможем помочь ребенку быстрее разобраться, если будем задавать правильные вопросы. «Правильные» – значит, без морализации и назиданий, без явного указания на то, что хорошо, а что – нет. Не *«кто поступил правильно или неправильно, хорошо или плохо»*, а *«почему в этой ситуации получилось так, а в той – по-другому»*. Выводы ребенок сделает сам, не нужно ему их навязывать.

Предлагаемые в этом сборнике сказки были написаны *сказкотерапевтом Татьяной Вербицкой* для разных детей с различными проблемами: затяжной страх темноты (для мальчика 9 лет), беспорядок в комнате (мальчик, 8 лет), ограниченность в движении, детский церебральный паралич (мальчик, 7 лет). С их помощью удалось решить ситуации мягко и ненавязчиво, вместе со сказкой и улыбкой. Возможно, какие-то из сказок помогут и вам. А для трудных случаев воспользуйтесь подсказками *семейного психолога Ольги Алексеевой* в конце каждого раздела.

*Приятного чтения.*

*И пусть сказки делают нашу жизнь счастливее!*

## **Помогаем справляться со страхами**

*Страх – это защитник организма, наш страж. Он появляется как предвестник опасной или избегаемой ситуации.*

*Дети могут бояться несчастья, наказания, осуждения, животных, собственных фантазий. И мы, родители, не в силах полностью оградить ребенка от всего, что может его напугать. Задача – не усугубить невольно эту боязнь, а показать, что с ней можно справиться. И сказка, конечно же, может помочь приобрести опыт переживания страха.*



## Бесстрашное Рождество

Маленький Майкл боялся остаться один. По возрасту ему уже полагалась отдельная комната, но он ни за что не хотел уступать свою тесноватую кроватку младшему брату Нику. Потому что с ними в комнате спала няня Грета, которая всегда приходила на помощь, едва Майкл начинал думать о страшных монстрах и привидениях. Ведь в каждом старом английском доме обязательно должно быть привидение, кто же этого не знал.

Но в этот раз Майкл должен был справиться в одиночку. А всё из-за старшего брата Джона и средней сестры Мэри-Энн, которые похихикали над письмом Майкла Санте. Малыш не поверил, что Санта – это выдумка. И сегодня, в ночь на Рождество, он хотел выяснить правду.

Мальчик не сомкнул глаз, пока няня Грета читала им сказку, и потом, когда она погасила ночник, тоже. Он дождался, пока вся их комната не наполнилась мирным сопением: сначала малышки Бетти, затем братца Ника и, наконец, шумным посапыванием старушки Греты. Тогда Майкл тихонько поднялся с кровати и на цыпочках вышел из комнаты.

Детская была на втором этаже, а камин, где Майкл, его братья и сёстры развесили свои носочки для подарков – на первом. Малыш осторожно стал спускаться по лестнице, вздрагивая от каждого скрипа и шороха.

Наконец, он приоткрыл дверь в гостиную. Огонь в камине к этому моменту погас, но угольки ещё тлели. Шторы на окнах, к счастью, не были задёрнуты наглухо, и в комнате можно было разглядеть очертания мебели. Майкл прокрался к большому креслу в углу за ёлкой, быстро свернулся на нём клубком и накрылся папиным пледом.

Он не знал, сколько прошло времени. Ему казалось – целую вечность. Сердечко колотилось в груди, а Майкл дрожал ему в такт. Из глаз то и дело приходилось убирать слезинки рукавом пижамы, чтобы было лучше видно камин.

И вот за окном где-то вдали гулко прозвучало «Хо-хо-хо». Затем поближе зазвенели бубенцы. Наконец, на крыше их дома что-то зашуршало, а из каминной трубы посыпалась чёрная пыль. Санта!

Точно, это был он! Словно мячик, рождественский волшебник выскочил из камина и, отряхиваясь, выпрямился. Облако снега и пепла закружилось и вмиг улетучилось в каминную трубу. Но одна, видимо, самая вредная, пылинка отделилась и понеслась прямо к креслу с маленьким Майклом. Тот не успел ничего сообразить, как она зашекотала его нос, да так сильно, что Майкл громко чихнул.

Санта от неожиданности подпрыгнул и шлёпнулся на пол. Майкл побежал к нему:

– Простите меня, пожалуйста! Я не хотел напугать вас! Давайте, я помогу подняться.

Санта опасно посмотрел на него, потом всё же поднялся и, заикаясь, произнёс:

– С-с-с-па-па-па-сссибо. Н-н-не говори н-н-никому, п-п-пожалуйста, ч-ч-что я т-т-такой т-т-трус.

– Что вы, что вы! Конечно! Это же я виноват! Вы совсем не трус, что вы такое говорите!

– Д-д-да, я – т-т-трус! Вс-с-егда б-б-боялся т-т-темноты. И с-с-сейчас ч-ч-чуть не ууумер от ст-т-траха.

Майкл помолчал, а потом тихо поинтересовался:

– А как же вы развозите подарки на каждое Рождество?

Санта глубоко вздохнул и улыбнулся:

– Н-н-ну, я з-з-знаю волшебное слово... П-п-послушай, раз уж ты здесь, п-п-помоги мне разложить п-подарки. А то я могу не успеть облететь все дома до рассвета.

Майкл с огромным удовольствием поместил в носочки над камином куклу-принцессу для малышки Бетти, машинку с моторчиком для Ника, тугую косметичку для Мэри-Энн

и заветную коробочку для Джона, о которой тот только и грезил последнее время. И тут Санта строго сказал:

– А теперь отвернись! Твой подарок я положу сам, ведь это – сюрприз.

Но Майкл не спешил отворачиваться:

– Я знаю, там пистолет. Вы всегда приносите мне в подарок то, что я прошу у вас в письме.

Но, можно мне сейчас обменять его на другой подарок?

– Какой же? – Санта немного напрягся.

– Откройте мне волшебное слово. Чтобы я тоже не боялся.

– Да что ты, малыш! Здесь нет никакого секрета. Это слово звучит из всех телевизоров.

Майкл удивлённо смотрел на Санту, не понимая о чём речь.

– Ну же, – хитро прищурился Санта. – По какому слову всегда узнают Санту? Отгадаешь, волшебная сила против страха – твоя!

Майкл весь напрягся. Ему очень хотелось отгадать, но он ничего не мог припомнить. Его мысли грустно завертелись в обратном направлении к тому моменту, когда он, дрожа от страха, ждал встречи с Сантой совершенно один в огромной тёмной гостиной. Неужели ему всегда придётся бояться и навеки спать в детской с няней? И тут его осенило:

– Это «хо-хо-хо», да? Я услышал «хо-хо-хо» и понял, что это вы!

– Ну вот. А прикидывался, что не знаешь! Отворачивайся, я положу тебе подарок.

Майкл послушно отвернулся.

– И что? – рассуждал он вслух. – Просто говоришь «хо-хо-хо» и всё? Больше не будет страшно?

– Нууу, вообще-то, есть ещё кое-что.

– Что? – Майкл тотчас повернулся к Санте.

– Произносить это нужно, когда действительно страшно. Это раз. Второе – голос должен звучать басом, вот так: «хо-хо-хо», – и Санта важно откинулся назад. – Ну а третье...

– Третье? – Майклу не терпелось узнать все секреты.

– Третье – это нужно грозно выкрикивать, шагая навстречу страху. Запомнил?

– Запомнил, – выдохнул Майкл. – Грозно выкрикивать, шагая навстречу страху: «хо-хо-хо»!

– Так-то, – похлопал его по плечу Санта. – Теперь у нас с тобой есть маленький секрет. И помни, ты обещал никому не рассказывать!

– О чём? Ах, это. Конечно, не расскажу. А то вы ещё положите мне уголёк вместо подарка в следующий раз.

– Кстати, да! И почему мне самому не пришло это в голову? – Санта подошёл к камину и повернулся. – Ну, прощай!

Майкл подбежал к нему и обнял:

– Всё-таки вы – настоящий!

Через мгновение Санта исчез в каминной трубе, а Майкл направился к выходу из гостиной. В груди у него защекотало. Как ни крути, а находиться одному в темноте было неприятно. Майкл набрал побольше воздуха и грозно выкрикнул, шагая навстречу страху:

– Хо-хо-хо!

Эхо отозвалось по всему дому и даже где-то над крышей. Майкл словно увидел, как все монстры и привидения с перепугу разбежались по своим убежищам. Малыш довольно улыбнулся и спокойно направился к лестнице.

Наверху захлопали двери. Папа, мама, няня, братья и средняя сестра – все бежали к нему навстречу:

– Что случилось?

А Майкл стоял и улыбался. Он не хотел раскрывать секрет Санты:

## **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.