**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение**

**детский сад № 160 города Тюмени**

**СБОРНИК СКАЗОК**

**С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

****

**2023 г.**

## **Сказкотерапия для детей 3-4**

Особенность психологических сказок для детей до 3 лет заключается в их общей познавательности. Создавая придуманную историю о ситуации или проблеме, связанную с ребёнком, взрослый может мягко подсказать ему решение этой проблемы. Поскольку сказки не указывают или поучают, а действуют ненавязчиво, терапевтический эффект от их использования огромен. Так, например, [колыбельные сказки](https://dreamsong.ru/lullaby-tales) помогают преодолеть проблемы со сном у гиперактивных детей.

Кроме коррекционных вариантов существует также развивающая сказкотерапия для детей, описывающая ситуации и действия, не имеющие по реального воплощения в жизни, но которые могут расширить опыт ребёнка и, возможно, пригодиться в будущем.

Мы подобрали для вас примеры психологических историй для детей 2-3 лет. Для закрепления результата лучше использовать сразу несколько методов: чтение вслух, разыгрывание в лицах или игрушках, рисование по мотивам сказки.

### **1.    Сказка про Звонкую речку радость – для часто болеющих детей. Помогает создать нужный психологический настрой для скорейшего выздоровления.**

Жила-была речка. Звали ее Радость. Она была очень доброй, жизнерадостной речкой. На ее берегах всегда росло много разных трав и цветов, к ней каждый день прибегали поиграть белочки и прилетали красивые бабочки и стрекозы. В ее чистой журчащей воде плескались золотые рыбки и маленькие розовые крабики.

И так они все и жили весело и игриво, пока однажды к ним случайно неизвестно откуда появилась ряска и грязь. Она заполонила постепенно всю речку. И от этой ряски и грязи ручейку стало труднее бежать. Все меньше свежей чистой водички попадало в нашу речку, и все сложнее ручейку было дышать. Речка перестала бежать так звонко и весело. Вода в ней заполнялась илом и водорослями, а рыбки вообще уплыли, т.к. им стало нечего есть. Речка загрустила… И хоть ручеек не сдавался, и работал день и ночь, он не мог сам победить это болото.

Белочки и бабочки побежали просить о помощи всех лесных жителей, может, кто-то знает, как помочь нашей Речке и вернуть ей былую свежесть и радость, помочь ручейку дышать легко и полно снова.

И вот, наконец, Мудрая сова сказала им, что надо делать.

Только Ветер может победить эту ряску. Надо раздуть весь ил, грязь и щепки, и тогда ручеек смоет это и Речка снова сможет наполняться свежей водой.

Услыхал это ветер и сразу примчался на помощь, ведь они с Радостью были хорошими друзьями. Не раз он прилетал поиграть сюда в прятки или пошелестеть листвой. И вот он сразу принялся за работу. Он дул, и дул, и дул.. все сильнее и сильнее, потом набирался сил и снова дул, что есть мочи. Так провел он целый день, дуя как можно сильнее, как можно дольше — и ряска уходила, ил рассеивался, щепки уплывали далеко-далеко. И в конце концов, вода так расчистилась, что ручеек смог сдвинуть эту грязь со своего горла, и потекла снова чистая свежая водичка!

Речка очистилась и снова зажурчала всеми звуками музыки, вода стала прозрачной, прохладной, звонкой. И сразу же вернулись домой золотые рыбки и розовые крабики, засверкали своими крылышками стрекозы и бабочки, и все стало как прежде. Речка Радость снова могла веселиться с друзьями, течь куда ей захочется. Ей стало легко и свободно.

Только речка помнила, как тяжело ей было болеть и быть болотом, стоять без движения, полной ила. Поэтому она попросила своего друга Ветра навещать ее каждый день утром и вечером, дуть хотя бы 15 минуточек, так, на всякий случай, чтоб больше никакая грязь и ряска не смогли помешать ручейку свободно дышать и делиться водичкой с нашей речкой Радостью. И так ветер дул, а речка радушно благодарила его своим звонким журчанием, и ил больше никогда не появлялся рядом с ней.

### **2.    Сказка о медвежонке, который не хотел ходить в садик – история от детского психолога Александры Бондаренко для детей, которым предстоит начать ходить в детский сад.**

Жил-был медвежонок по имени Алирик. Были у него папа-медведь и мама-медведиха. Жили они дружно, весело. Мама-медведиха много играла с Алириком, кормила его, гуляла с ним. Папа-медведь строил с ним дома из кубиков и рассказывал разные интересные истории. Медвежонок Алирик всегда был с родителями, а они были с ним. Они чувствовали себя единым целым, как цветочек с его лепестками, стебельком и листиками.

Алирик рос, становился больше. Теперь он многое умел делать сам: кушать, возить машинку, одевать обувь. Тогда родители приняли решение, что Алирик уже достаточно взрослый, чтобы ходить на занятия к мудрой Сове.

И вот, в один прекрасный день, мама-медведиха повела Алирика к Сове на занятия. Идти туда было не долго, но весело, потому что мама рассказывала много интересного по дороге: где птички вьют гнезда, почему трава растет вверх, куда бегут муравьи.

Когда они пришли к Сове, Алирик понял, что теперь нужно будет расстаться с мамой. Пусть и не надолго, но ее рядом не будет. Алирику стало очень грустно. Но в это время он услышал смех в группе. Ему стало интересно: кто и почему так смеется? Смело Алирик взял за руку Сову и пошел к другим детям.

Вечером мама-медведиха вернулась, чтобы забрать Алирика. Он с радостью подбежал к маме и обнял ее. Ему так много хотелось рассказать ей: и как они играли, и как пели песни, и как Сова рассказывала про лесных жителей, и еще много чего интересного.

Теперь Алирику было весело расставаться с мамой и папой. Он знал, что они всегда вернутся и можно будет им рассказать о новых впечатлениях. Они же не ходят к мудрой Сове!

## **Сказкотерапия для детей 4-5 лет**

В этом возрасте дети начинают ощущать себя как отдельную личность. У них могут появиться капризы, истерики, ночные страхи. Со всеми этими проблемами поможет справиться лечение сказками.

### **1.    Сказка о солнышке – для гиперактивных и капризных детей.**

В далекой-далекой галактике, за много миллионов световых лет от нас живет семья Солнышек. Большое Солнышко - папа, меньшее Солнышко - мама, небольшое Солнышко - сынок и крошечное Солнышко - дочь. Все они живут дружной семьей. Вместе читают, придумывают странные истории.

Каждый из них с самого рождения имеет свою работу, которую выполняет постоянно без перерывов и отпусков - они освещают и греют планеты, которые вращаются вокруг каждого. И все бы ничего, да Солнышко-сынок славился своей капризностью: капризничает, говорит «не хочу», «не буду» ...

А у тебя такое бывает?

Мама с папой не знают, что делать, как растолковать сыну, что такое поведение не подобает Солнышку, потому что быть Солнышком - это большая честь, но в то же время и большая ответственность-ведь от тебя зависит жизнь на планетах. Там, где есть ответственность, нет места вредности.

Капризничал Солнышко-сынок и сегодня:

- Не хочу светить справа, не хочу стоять на одном месте так долго, не хочу так рано вставать ... Возьму и не буду светить на планету Кипрана, где обитают живые существа. Отвернусь!

И отвернулся Солнышко-сынок от кипрян, и стало там темно-темно. Все жители испугались. Что же с ними будет дальше? Если солнышко не светит, то не растут растения, овощи и фрукты, а когда нет урожая, то нечего и кушать. А без пищи, как известно всем, живое существо умирает. Начали плакать маленькие детки - кипряне, потому что, они очень боялись темноты-казалось, что на них нападут монстры или что-то страшное. Но они не знали, что на самом деле почти все монстры тоже боятся темноты.

Кипряне не стали ждать смерти, собрали всех на совещание и начали рассуждать о том, как им дальше жить и что делать, чтобы Солнышко-сынок снова светило на их планету. Странные существа эти кипряне. На подбородке у них были выпуклые глаза, нос дышал и нюхал на животе, а рот разговаривал и ел на спине. И решить проблему они думали так: надо снять на видеокамеру просьбу к Солнышку. Для этого взяли последние фонари, собрали детей и все вместе рассказали Солнышку-сыну, как им без него тяжело жить. Дети, плача, рассказали о своих страхах. Затем, самые смелые запустили ракету и полетели к Солнышку. Летели несколько дней, чтобы передать просьбу.

Солнышко-сынок просмотрел запись (он любил смотреть мультфильмы), но эта запись оказалась печальной. Солнышку стало стыдно за свое поведение и капризы. Он даже расплакался вместе с детьми - кипрянами, которые так боялись темноты.

С тех пор Солнышко-сынок светил на все планеты в своей системе и не капризничал, а слушался папу и маму.

Какой молодец Солнышко-сынок!

**А ты тоже не капризничаешь и слушаешься родителей?**

### **2.    Сказка о Тигрёнке – история от психолога Анны Кутявиной, которая поможет застенчивым детям найти друзей**

В одном доме жил-был маленький, но очень веселый тигренок. Он любил играть и прыгать, бегать по двору вместе со своими друзьями-зверушками. А друзей у него было много: и лисичка, и волчок, и зайчонок серенький, и мишка-топтыжка, да еще и ежик колючий. Всех любил тигренок, всем с радостью рассказывал смешные истории, катал на своем трехколесном велосипеде и угощал сладкой ватой. И все бы хорошо, но только тигренок иногда мог заиграться и ударить друга или подружку, укусить или больно ущипнуть. Ему казалось, что это весело и забавно, а друзья почему-то обижались. Тогда, увидев их грустные лица, тигренок еще сильнее начинал их кусать и царапать – чтобы они развеселились и снова начали с ним дружить. Но, конечно, друзья только сильнее обижались на Тигренка и убегали от него прочь.

А однажды Тигренок, как обычно, вышел на площадку поиграть, и увидел, что никто из зверят к нему не подходит, даже не здоровается. Наоборот, все поспешили поскорее убежать с площадки. И Тигренок остался один.

— Не хочу быть один! – зарычал Тигренок. – Не хочу!

На небе как раз появилась молодая Луна. Она взглянула на Тигренка, пожалела его и сказала:

— Так иди ко мне! У меня тут есть компания для тебя – два моих сыночка.

Тигренок кивнул, Луна протянула к нему руки и забрала его высоко-высоко. Там, на Луне, Тигренку сразу стало холодно и очень темно. Он испугался и заплакал.

— Почему ты плачешь?- спросил чей-то голос из темноты.

— Потому что я один. Я никому не нужен, и никто не хочет со мной играть, — вздохнул Тигренок. И тут же встрепенулся. — А ты кто такой?

— А я Морфей, сын Луны. И со мной Орфей, мой младший брат.

Тигренок оглянулся и увидел два силуэта.

— А разве тебе кто-то нужен? – раздался голос младшего брата. – Мы вот сами по себе. И нам никакие друзья и даром не нужны.

— Да, мы тут самые главные. Можем наблюдать за вами и смеяться, как странно вы живете, — ухмыльнулся Морфей. – Самое главное – это ночь. Время, когда все спят, и мы правим Вселенной. Мы, сыновья великой Луны!

А друзья, по-моему, только мешают нашей великой миссии, — добавил Орфей.

– Я вот умею играть на арфе, и от моей музыки вы все засыпаете. И тогда я передаю власть над вами своему брату Морфею.

— Вы что, друзья – это здорово! – Тигренок аж подпрыгнул . – Без них – никак!

— Ха-ха-ха, — засмеялся Морфей. – И где же сейчас твои друзья?

Тигренок задумался. Тем временем братья пошли осматривать свои владения.

— Тигренок, я знаю, как тебе помочь! – пропищал тоненький голосок справа.

Тигренок повернулся и увидел мышку.

— Ты не смотри, что я такая маленькая. Мне под силу менять свой облик, — улыбнулась мышка. — Я дам тебе волшебную палочку, и ты с ее помощью сможешь вернуть своих друзей!

— Здорово! – оживился Тигренок. – Мне надо просто стукнуть их палочкой, и они снова будут со мной играть?

— Все не так просто, маленький Тигренок. Ты не сможешь изменить друзей. Но в твоих силах вернуть их доверие. А палочкой ты должен будешь каждый раз прикоснуться к своим ручкам, когда захочешь царапнуть или ударить друга.

— Хорошо, я попробую, — улыбнулся Тигренок и взял подарок. – Спасибо тебе, Мышка!

Через минуту Тигренок снова оказался на площадке в своем дворе. В руке у него светилась маленькая палочка.

«Чудеса!» — подумал Тигренок и пошел спать. Во сне он увидел Морфея и Орфея, таких одиноких и холодных… И ему так стало их жаль!

Наутро Тигренок первым выскочил на площадку. Постепенно стали приходить зверята. К каждому Тигренок подходил и просил прощения за прошлые обиды, обещая больше никогда не царапаться и не кусаться. Зверята сначала смотрели на него недоверчиво, а потом снова приняли его в свои игры.

С тех пор Тигренок всегда весело играет с друзьями. А когда вдруг ему хочется кого-то ущипнуть или ударить, он сразу достает волшебную палочку, и та напоминает ему о волшебном полете на Луну.

### **3.    Сказка «Почему Серёжа не боится засыпать сам» - терапевтическая сказка для преодоления ночных страхов**

Маленький Сережа лежал под одеялом и весь дрожал. На улице было темно. И в комнате у Сережи тоже было темно. Мама положила его спать и сама спала в своей комнате. А Сережа никак не мог заснуть. Ему казалось, что в комнате кто-то есть. Мальчик казалось, что он слышал, как в углу что-то шуршит. И ему становилось еще страшнее и даже маму позвать он тоже боялся.  
Вдруг прямо на Сережину подушку приземлилась яркая небесная звезда.

— Сережа, не дрожи, — шепотом сказала она.  
— Я не могу не дрожать, мне страшно, — прошептал Сережа.  
— А ты не бойся так — сказала звезда и осветила своим мерцанием всю комнату. — Смотри, ни в углу, ни под шкафом никого нет!  
— А кто это шуршал?  
— Никто не шуршал, это к тебе проник страх, но его очень легко прогнать.  
— Как? Научи меня, — попросил яркую звезду мальчик.  
— Есть одна песенка. Только становится тебе страшно, сразу же начинай ее петь! — Так сказала звезда и запела:

Живет в лесу темном страшный маленький страх,Живет он у болота в темных кустах.И из леса не показывается страшный маленький страх,Пугается страх света — сидит в своих кустах.А еще боится смеха страшный маленький страх,Как только рассмеешься ты, исчезает страх в кустах!

Сначала Сережа слушал песенку звезды, а затем и сам спел с ней. Именно тогда страх исчез из Сережиной комнаты, и мальчик сладко заснул.

С тех пор Сережа не боится засыпать в комнате без мамы. А если вдруг к нему снова придет страх, поможет волшебная песенка!

### **4.    «Сказка о грустной тарелке» - история от Марии Шкуриной про проблемы с едой у дошкольников**

Жила-была девочка Катя. Хорошая девочка была Катя: добрая, вежливая, заботливая. Только вот не любила Катя кушать. И чего ей только мама не готовила: и супчики, и кашку, и котлетки с макаронами – а у Кати на всё один ответ: «не хочу, не буду».

Как-то бабушка подарила девочке новую тарелочку. Красивую, розовенькую. Говорит: «Вот, Катенька, новая тарелочка для тебя, не обычная она. Любит, когда детки хорошо кушают». Катя бабушку поблагодарила за подарок, но вот лучше кушать так и не стала.

Один раз положила мама Кате на новую тарелочку картофельное пюре с куриной котлеткой, и сама вышла из кухни по делам. Катя сидит перед тарелочкой, не ест, а только развозит по ней вилкой картофельное пюре. Вдруг слышит девочка, кто-то плачет. Огляделась Катя по сторонам, а понять ничего не может. Даже испугалась немного, а потом осмелела и спрашивает:

— Кто это плачет?  
— Это, я тарелочка. Я плачу.  
— А почему ты плачешь? – спрашивает девочка.  
— Я расстраиваюсь, что ты плохо кушаешь, и никогда моей улыбки не видишь, — отвечает тарелочка.  
— А ты умеешь улыбаться? – удивилась Катя.  
— Конечно, умею. Вот съешь всю еду до самого дня и сама увидишь, — ответила тарелочка.

Девочка сейчас же взялась за вилку и съела всю котлетку и картофельное пюре. И как только дно тарелочки стало пустым, Катя увидела, что та действительно улыбается, и больше не плачет.

С тех пор Катя всегда съедала то, что готовила её мама, а тарелочка ей за это всегда благодарно улыбалась.

## **Сказкотерапия для детей 5-6 лет**

Старшие дошкольники часто испытывают неуверенность, боятся показаться смешными, сделать что-то не так. Сказки могут помочь справиться с такими состояниями. Например, классическая история про гадкого утёнка подойдёт детям с низкой самооценкой, а сказка про стойкого оловянного солдатика – неуверенным, излишне осторожным детям.

В этом возрасте наилучшие результаты можно получить как чтении сказок вслух, так и при совместном их сочинении. При внимательном наблюдении такое упражнение даёт много дополнительной информации (положение тела, мимика, интонации) об общем психологическом состоянии ребёнка.

### **Сказка «Карандаши» - для развития терпимости, чувства равенства, принадлежности к общей группе**

Жили в небольшой коробке шестеро карандашей. Все дружили между собой и работали бок о бок. Больше всего работал Черный карандаш. Чуть меньше - карандаши других цветов: Красный, Синий, Зеленый, Желтый. Среди них был карандаш белого цвета, вот именно с ним и произошло происшествие.

Его использовали меньше, чем другие, а чаще и вовсе не вытаскивали из коробки. Белый карандаш каждый раз расстраивался. Думал:

- Я никому не нужен... Меня никто не любит, плохой у меня характер, никто не обращает на меня внимания. Мои друзья работают ежедневно, а я жду. Я ненужный карандаш, - и плакал так, что коробка стала мокрой.

Но однажды в офис, где жили карандаши, привезли черную бумагу. До сих пор писали и рисовали на белом, поэтому брали цветные карандаши. С тех пор Белый карандаш стал очень нужным - только им было удобно писать на черной бумаге. В офисе сначала начался переполох, потому что не могли найти Белый карандаш. А когда нашли, то уже пользовались только им.

Рад был карандаш белого цвета. Он старался ровно вести линию, шел быстро и мягко. Всегда был готов работать и днем, и ночью. Друзья радовались за него. Поддерживали всегда, а сейчас особенно, видели, что он счастлив, и им было приятно. Раскрывался талант и способности Белого.

Шли дни, и работал только Белый карандаш. Остальные карандаши отдохнули, и им уже стало скучно. А Белый начал очень уставать, да так, что даже вечерами ему не хватало сил поговорить с друзьями в коробке. И именно в этот момент вдруг все карандаши поняли друг друга. Белый понял, что терять надежду не надо, потому что рано или поздно выпадет возможность доказать свои способности и талант. А его друзья поняли, как было грустно Белому карандашу, когда тот сидел и ничего не делал.

С тех пор Черный, Белый, Желтый, Красный, Синий и Зеленый карандаши еще больше сдружились и поддерживали друг друга в трудные часы. Не забывали сказать приятное слово, напомнить о хороших качествах друг друга. И сами думали, как бы им поработать или отдохнуть. Каждый из них знал, что он незаменим и очень нужен своим друзьям и себе самому.

Терапевтический эффект - привыкание ко сну в детском саду.

Возраст детей: 2-5 лет.

Сказка для сказкотерапии для детей дошкольного возраста:

«СОН КОЛОБКА»

Жил у бабушки и дедушки Колобок. Он был послушным, а потому никуда не убегал от них. Каждое утро Колобок катился по дорожке в детский сад. Там он играл с друзьями, веселился, пел всем свою любимую песенку о себе, а когда вечером он возвращался назад к бабушке и дедушке, то всегда говорил им, что интересного произошло с ним сегодня в саду. Все нравилось Колобку в детском саду, кроме одного - он не мог лечь в обед в саду спать: плакал, капризничал, долго не мог заснуть, даже пробовал скатываться с кроватки и пытался покатиться из садика домой к бабушке и дедушке. Но однажды его воспитательница - Лисичка, вовремя успела остановить его на пороге детского сада и принести его обратно в группу. Она положила Колобка назад в удобную кроватку, укрыла его теплым одеялом и спросила.

- Почему ты, Колобок, не любишь спать в саду?

- Потому что это так грустно, лежать в кроватке с закрытыми глазами и ничего не видеть. Это так не интересно!

- А ты не просто лежи, а попробуй заснуть, чтобы увидеть интересные сны! - Ласково сказала Лисичка.

- Сны? Я не знаю, что такое сны. Они мне никогда не снятся.

- Ложись удобнее и я научу тебя видеть сны ... - сказала Лисичка.

Тогда воспитательница Лисичка посоветовала Колобку не просто лежать в кроватке с закрытыми глазками, а расслабиться, почувствовать какая теплая и удобная у него кроватка и попробовать помечтать о чем-то приятном.

Колобок закрыл глазки и попытался сделать все так, как ему сказала Лисичка. И произошло чудо - он заснул и увидел хороший сон. Ему приснился веселый зайчик, который прыгал с ним, потом Волк играл с ним в игру «Догони меня» - и им было очень весело, потом Мишка танцевал с ним под радостную, веселую музыку. А еще Колобку приснилась его воспитательница Лисичка, в его сне она была такая же добрая и приветливая, как и на яву. Она играла с ним в прятки. А потом Колобок со всеми животными: зайчиком, волком, мишкой и воспитательницей Лисичкой взялись за ручки и по кругу заплясали веселый хоровод. Вот такой хороший сон увидел Колобок.

Когда он проснулся - у него был веселый и бодрый настрой. Он сразу рассказал воспитательнице и всем зверям в саду свой увлекательный сон.

С тех пор, Колобок с нетерпением ждал обеда в детском саду, чтобы увидеть новый интересный сон.

Терапевтический эффект - осложненная адаптации ребенка к условиям детского сада.

Возраст детей: 2-5 лет.

Сказка для сказкотерапии для детей дошкольного возраста:

«РЫБКА БУЛЬ-БУЛЬ»

Жила в море маленькая рыбка-Буль-буль. Каждое утро она приплывала в морской детский сад, но ей было очень грустно, она часто плакала, потому что не хотела ни с кем подружиться, ей было совсем не интересно в морском саду и все, что она делала - это плакала и ждала, когда же приплывет мама и заберет ее домой.

В этом саду была воспитательница, но она была не обычная рыбка, а золотая. Ее так и звали - воспитательница Золотая рыбка. И вот, однажды, она сказала я маленькой рыбке Буль-буль:

- Я помогу тебе, я волшебная Золотая рыбка и сделаю так, чтобы ты больше не плакала в детском саду, чтобы тебе не было грустно. Махнула Золотая рыбка-воспитательница своим хвостиком - и произошло чудо - рыбка Буль-буль перестала плакать, она подружилась с другими маленькими рыбками в группе и они вместе играли, смеялись и резвились в морском саду. Буль-буль даже было странно - почему же она раньше не замечала, какие дружелюбные рыбки с ней рядом в детском саду и как весело и интересно проводить с ними время!

 С тех пор Буль-буль с удовольствием каждое утро плыла в садик, ведь знала, что там ее ждут ее друзья.

Терапевтический эффект - позитивный настрой на посещение детского сада,

Возраст детей: 2-5 лет.

Сказка для сказкотерапии для детей дошкольного возраста:

«ЗАЙЧИК В ДЕТСКОМ САДУ»

В сказочном лесу жила мама Зайчиха и была она самая счастливая на свете, ведь у нее родился маленький зайчонок. Она назвала его Пушистик. Мама очень любила своего зайчика, ни на минуту не отходила от него, гуляла, играла с ним, кормила его вкусной капустой, яблочком, а когда он начинал плакать, мама вместо пустышки давала ему сочную морковку и зайчонок успокаивался.

Прошло время и Пушистик подрос. Мама решила отвести его в лесной детский сад, в который ходили все маленькие звери этого леса. И вот, однажды, мама привела своего зайчика в детский сад. Пушистик расплакался, ему было страшно и грустно без мамы, он не хотел там оставаться. К нашему зайчику подошла воспитательница, рыженькая Белочка. Она была хорошая и очень любила всех маленьких лесных зверьков. Белочка взяла его на ручки и нежно прижала его к своей пушистой, меховой шубке. Воспитательница пожалела, успокоила зайчика и познакомила его с другими зверушками, которые ходили в детский сад. Она познакомила его с маленькой веселой лисичкой, добрым мишкой, дружелюбным ежиком и другими зверушками.

Все зверушки очень обрадовались, что в их лесном саду появился новенький - зайчик. Они начали играть вместе с ним в игры, гуляли на зеленой лужайке, потом поели, отдохнули в кроватках. И вот за зайчонком пришла мама, чтобы забрать его домой. Как же она обрадовалась, когда увидела, что ее зайчик не плачет, а весело играет в саду! Пушистик всю дорогу домой рассказывал маме, с кем он познакомился в саду, и как интересно и весело ему было играть с новыми друзьями. Мама гордилась своим зайчиком и радовалась тому, что Пушистик понял, что плакать в детском саду не стоит, потому что там совсем не страшно, а наоборот весело и интересно.

Терапевтический эффект –снижение у ребенка страха врачей и уколов.

Сказка для сказкотерапии для детей дошкольного возраста:

«О ВИРУСАХ И ПРИВИВКАХ»

Случилось это очень давно. В большом теплом болоте поселилось Чудовище. Не было от него людям покоя. Пошли люди к Ивану-богатырю просить помощи. И пошел Иван-богатырь, и сражался с чудовищем. Три дня и три ночи они дрались. Наконец Иван-богатырь победил.

Чтобы отомстить людям, Чудовище, умирая, выплюнуло целые полчища маленьких, сгорбленных, агрессивных пришельцев – вирусов. Они расползлись по всему миру, проникли в организмы взрослых, детей, животных и вызвали очень тяжелое и опасное заболевание - грипп.

Многие люди и животные тяжело болели от гриппа, поскольку не знали, как себя защитить, как уберечься. Это случилось в древности, но, к сожалению, эти злые вирусы очень устойчивы и живучи.

Живут они и сейчас - в организме больных людей, на книгах, игрушках, посуде и других вещах, которыми пользовался больной.

Со слюной микробы попадают на тротуар или на землю. Когда слюна высыхает, вирусы становятся легкими как перышки, поднимаются с пылью в воздух и проникают в организм человека при дыхании.

Поселяются вирусы чаще всего в легких, там им тепло и уютно. Они начинают усиленно питаться и размножаться. Эти злые вирусы  желают, чтобы все заболели.

Но хочу тебя успокоить, болеют не все! Те, кто заботится о своем здоровье и всегда соблюдает правила гигиены, а в особенности, всегда моет руки, могут не бояться - грипп им не страшен.

А люди придумали для лечения этих страшных вирусов лекарство-прививку, которую делают врачи. Эта прививка убивает все эти полчища злых вирусов и люди перестают болеть от гриппа.

Терапевтический эффект – снижение у ребенка страха темноты.

Возраст детей: 4-6 лет

Сказка для сказкотерапии для детей дошкольного возраста:

«В ТЕМНОЙ НОРЕ»

Два друга, Цыпленок и Утенок, пошли гулять в лес. По дороге они встретили Лисичку. Она пригласила друзей к себе в гости, в свою нору, пообещав угостить их вкусными сладостями. Когда малыши пришли к Лисичке, она открыла дверцу в свою норку и предложила им зайти первыми.

Только переступили порог Цыпленок и Утенок, как Лисичка быстро закрыла дверь на замок и засмеялась: «Ха-ха-ха! Как ловко я вас обманула. Побегу я теперь за дровами, разожгу огонь, нагрею воды и брошу в нее вас, малышей. Вот уже вкусный супчик у меня будет».

Цыпленок и Утенок, оказавшись в темноте и услышав насмешки Лисички, поняли, что попались. Цыпленок расплакался и стал громко звать свою маму, ведь ему было очень страшно в темноте.

А Утенок, хотя тоже очень боялся темноты, не плакал, он думал. И вот, наконец, придумал! Утенок предложил цыпленку вырыть подземный ход. Они начали со всех сил разгребать лапками землю. Вскоре в небольшую щель проник лучик света, щель становилась все больше, и вот друзья уже были на свободе.

- Вот видишь, Цыпленок, - сказал маленький Утенок. - Если бы мы сидели и просто плакали от того, что нам страшно сидеть в темноте - Лисичка бы нас уже съела. Надо всегда помнить, что мы сильнее и умнее наших страхов, а потому легко сможем с ними справиться! Цыпленок и Утенок обнялись и радостные побежали домой.

Пришла Лисичка с дровами, открыла дверь, заглянула в норку и замерла на месте от удивления ... В норке никого не было.

Терапевтический эффект –снижение у ребенка тревожности по поводу страха темноты.

Сказка для сказкотерапии для детей дошкольного возраста:

«ПОЧЕМУ СЕРЕЖА НЕ БОИТСЯ ЗАСЫПАТЬ САМ?»

Маленький Сережа лежал под одеялом и весь дрожал. На улице было темно. И в комнате у Сережи тоже было темно. Мама положила его спать и сама спала в своей комнате. А Сережа никак не мог заснуть. Ему казалось, что в комнате кто-то есть. Мальчик казалось, что он слышал, как в углу что-то шуршит. И ему становилось еще страшнее и даже маму позвать он тоже боялся.

Вдруг прямо на Сережину подушку приземлилась яркая небесная звезда.

- Сережа, не дрожи, - шепотом сказала она.

- Я не могу не дрожать, мне страшно, - прошептал Сережа.

- А ты не бойся так - сказала звезда и осветила своим мерцанием всю комнату. - Смотри, ни в углу, ни под шкафом никого нет!

- А кто это шуршал?

- Никто не шуршал, это к тебе проник страх, но его очень легко прогнать.

- Как? Научи меня, - попросил яркую звезду мальчик.

- Есть одна песенка. Только становится тебе страшно, сразу же начинай ее петь! - Так сказала звезда и запела:

Живет в лесу темном страшный маленький страх,

Живет он у болота в темных кустах.

И из леса не показывается страшный маленький страх,

Пугается страх света - сидит в своих кустах.

А еще боится смеха страшный маленький страх,

Как только рассмеешься ты, исчезает страх в кустах!

Сначала Сережа слушал песенку звезды, а затем и сам спел с ней. Именно тогда страх исчез из Сережиной комнаты, и мальчик сладко заснул.

С тех пор Сережа не боится засыпать в комнате без мамы. А если вдруг к нему снова придет страх, поможет волшебная песенка!

Терапевтический эффект - показать ребенку другую сторону чрезмерной капризности и вредности.

Сказка для сказкотерапии для детей дошкольного возраста:

«СКАЗКА О СОЛНЫШКЕ»

В далекой-далекой галактике, за много миллионов световых лет от нас живет семья Солнышек. Большое Солнышко - папа, меньшее Солнышко - мама, небольшое Солнышко - сынок и крошечное Солнышко - дочь. Все они живут дружной семьей. Вместе читают, придумывают странные истории.

Каждый из них с самого рождения имеет свою работу, которую выполняет постоянно без перерывов и отпусков - они освещают и греют планеты, которые вращаются вокруг каждого. И все бы ничего, да Солнышко-сынок славился своей капризностью: ​​капризничает, говорит «не хочу», «не буду» ...

А у тебя такое бывает?

Мама с папой не знают, что делать, как растолковать сыну, что такое поведение не подобает Солнышку, потому что быть Солнышком - это большая честь, но в то же время и большая ответственность-ведь от тебя зависит жизнь на планетах. Там, где есть ответственность, нет места вредности.

Капризничал Солнышко-сынок и сегодня:

- Не хочу светить справа, не хочу стоять на одном месте так долго, не хочу так рано вставать ... Возьму и не буду светить на планету Кипрана, где обитают живые существа. Отвернусь!

И отвернулся Солнышко-сынок от кипрян, и стало там темно-темно. Все жители испугались. Что же с ними будет дальше? Если солнышко не светит, то не растут растения, овощи и фрукты, а когда нет урожая, то нечего и кушать. А без пищи, как известно всем, живое существо умирает. Начали плакать маленькие детки - кипряне, потому что, они очень боялись темноты-казалось, что на них нападут монстры или что-то страшное. Но они не знали, что на самом деле почти все монстры тоже боятся темноты.

Кипряне не стали ждать смерти, собрали всех на совещание и начали рассуждать о том, как им дальше жить и что делать, чтобы Солнышко-сынок снова светило на их планету. Странные существа эти кипряне. На подбородке у них были выпуклые глаза, нос дышал и нюхал на животе, а рот разговаривал и ел на спине. И решить проблему они думали так: надо снять на видеокамеру просьбу к Солнышку. Для этого взяли последние фонари, собрали детей и все вместе рассказали Солнышку-сыну, как им без него тяжело жить. Дети, плача, рассказали о своих страхах. Затем, самые смелые запустили ракету и полетели к Солнышку. Летели несколько дней, чтобы передать просьбу.

Солнышко-сынок просмотрел запись (он любил смотреть мультфильмы), но эта запись оказалась печальной. Солнышку стало стыдно за свое поведение и капризы. Он даже расплакался вместе с детьми - кипрянами, которые так боялись темноты.

С тех пор Солнышко-сынок светил на все планеты в своей системе и не капризничал, а слушался папу и маму.

Какой молодец Солнышко-сынок!

А ты тоже не капризничаешь и слушаешься родителей?

Терапевтический эффект - научить детей перед сном ходить в туалет.

Сказка для сказкотерапии для детей дошкольного возраста:

«МОКРАЯ   ФЕЯ»

В одной волшебной стране под странным названием Нетландия жил мальчик Рома. Когда он ложился спать, в его сны прилетала поиграть Мокрая Фея. С ней было так весело! Вместе они могли улететь на другую планету, попутешествовать к Ниагарскому водопаду или просто посидеть у реки Кубань, спустив ноги в воду. Во сне можно было заказать разные времена года. И Рома часто заказывал лето. И Мокрая Фея тоже любила лето.

Звали Фею Мокрой, потому что она была похожа на улитку и оставляла после себя мокрый след. И, конечно, ей нравилась вода. Купаться она любила больше, чем другие развлечения.

Когда же Рома просыпался, то постель всегда была мокрой. И взрослые почему-то думали, что это сам малыш не доходит до туалета и делает лужу в постели. И действительно, так оно все и выглядело, и тут ничего не поделаешь. Но Рома был сообразительным мальчиком и решил в следующий раз, когда прилетит Мокрая Фея, поговорить с ней о мокрых следах. Так и сделал. И вот что он услышал от нее:

- Мне жаль, что из-за меня у тебя «мокрые» неприятности. Извини, но я так люблю играться с тобой во сне! Что же нам делать?

Рома ей ответил:

- Давай мы отныне будем играть в ванной комнате, где можно играть с водой.

- Давай, - сказала Мокрая Фея и добавила, - и еще, прежде чем ложиться спать, ты, Рома, а не забывай сходить в туалет. А когда в течение нашего путешествия захочешь в туалет, то только скажи, и мы вернемся домой, а потом продолжим игры.

- Хорошо - ответил Рома.

И вы, детки, к кому во сне прилетает Мокрая Фея, помните: перед сном обязательно сходите в туалет.

А как приснится, что хотите в туалет, проснитесь, проверьте (ущипните себя), чтобы понять, что это не сон.

Встаньте с кровати, дойдите до туалета, найдите унитаз и тогда ... делайте свое мокрое дело.

Терапевтический эффект - научить детей придерживаться своих обещаний и выполнять обязанности

Сказка для сказкотерапии для детей дошкольного возраста:

«ОБЕЩАНИЕ»

В соседнем дворе живет Артем. Он хороший и приветливый мальчик, ежедневно ходит в детский сад. Любит есть леденцы, качаться на качелях, съезжать с горок, ездить на самокате, велосипеде и еще много чего интересного, одним словом, все, что любишь делать и ты.

Случилось так, что Артем заболел и остался с папой дома. Очень кашлял, у него была высокая температура. За несколько дней, принимая лекарства, парень почти выздоровел. Папа оставался с сынишкой все время, потому что работал дома за компьютером. Маме приходилось каждый день ходить на работу.

Дома у Артема было много разных игрушек, в трех мешках. Когда наступало время играть, или наведывались друзья, Артем доставал из мешков игрушки и играл. Но после игры нужно было все складывать на места. Так учили мальчика мама и папа. И Артемке не всегда хотелось складывать игрушки, пожалуй, так же, как и тебе ...

В последний день своей болезни Артем с самого утра играл игрушками. Прежде чем идти на работу и оставить дома сына с папой, мама напомнила ему не забыть перед обеденным сном спрятать игрушки в мешки. Сын пообещал выполнить просьбу. Но когда наступил обед, папа был очень занят работой, поэтому Артем поел сам и, забыв об обещании, лег спать, игрушки остались лежать разбросанными по полу.

Проснувшись, мальчик побежал к игрушкам. И как же он удивился, как разочаровался, когда не нашел ни одной. Артем даже начал плакать. Побежал к отцу и рассказал, что произошло. Папа успокоил сына, предложил подумать над этим. Они долго думали, разговаривали и пришли к выводу - игрушки ушли от Артема, ведь тот не выполнил своего обещания.

Надо вернуть игрушки! Но как это сделать? Папа предложил в интернете найти сайт «потерянные вещи» и пересмотреть перечень, чтобы отыскать игрушки. Так и сделали. Нашли игрушки, которые убежали от мальчика. Артем одновременно обрадовался, что игрушки нашлись, и загрустил из-за того, что не сдержал своего слова ... Возник вопрос: «Как же их теперь вернуть домой?».

- Давай напишем письмо «потерянным вещям». В нем надо извиниться перед игрушками и пообещать выполнять свои обещания, - предложил папа. - Ты готов?

- Да! - ответил Артем.

- В тот же день папа с сыном отправили электронное письмо. И уже вечером раздался звонок в двери. Когда папа открыл, то увидели, что на пороге лежали все игрушки. Как обрадовался Артем!

- А ты бы обрадовался?

- С тех пор Артем без напоминания собирал игрушки на место и помнил, что обещания надо соблюдать.

- И вы, дети, тоже помните это правило!

Терапевтический эффект – Снизить детскую тревожность по поводу страха темноты.

Сказка для сказкотерапии для детей дошкольного возраста:

«СТРАШНЫЙ   СТРАХ»

В темном лесу жил маленький Страх Страшный. И такой он был интересный - боялся всего сам. Треснет, где ветвь, а он, аж подпрыгивает. Но каждую ночь он должен был ходить в город и пугать детей - работа у него такая была, и он ее вежливо выполнял. Пока добирался, весь потел и дрожал, как лист на ветру, так ему было страшно.

Других пугал Страх для того, чтобы не испугали его. Но он не знал, что другие и не собирались его пугать. Поэтому продолжал свое дело, ответственно относился к работе. Побеждая пугливость, страх каждый вечер ходил в город.

В городе высились большие, высокие здания, в каждом из которых было по 100 квартир. И каждую квартиру, где жили дети, надо было обойти и напугать малышей воем, мерцанием света или просто черной темнотой. Все детки начинали бояться. Прятались под одеялом, бежали друг к другу в кроватки, включали свет или просили родителей с ними спать. Представляли себе различные ужасы, монстров, чудовищ, людоедов.

В одной из квартир жила смелая девочка Аня. Ей надоело бояться и скрываться от страха. Хотя Аня и была смелой, но все же ей было не по себе. И решила она однажды узнать, что это за страх такой всех пугает. Взяла с собой фонарик и палку, чтобы проучить того, кто всем детям по вечерам не дает покоя. Оделась в темный плащ, в сапожки и вышла в подъезд. Через некоторое время увидела странного человечка. А может и не человечка, а гномика. Тот стоял посреди двора так, чтобы было удобно работать и захватить побольше окон детских комнат.

Аня заметила, что Страх выглядел странно, весь дрожал и постоянно бормотал что-то себе под нос. У него были короткие и сухенькие ручки, кривоватые ножки, на голове большая меховая шапка, хотя на улице была весна. Такой вид вызвал у Ани сожаление к этому старому дедушке, а не страх или ужас. Даже захотелось познакомиться со стариком.

Аня, как воспитанная девочка, сделала шаг из темноты навстречу и поздоровалась:

- Добрый вечер, дедушка!

-Здравствуйте - испуганно ответил Страх Страшный и сел на землю, ноги отказались его держать.

- А что вы здесь делаете в такое позднее время? - спросила Аня.

- Я ... я ... я ... работаю ... - запинаясь, ответил Страх.

- Давайте познакомимся, - смело продолжила Аня.

У Страха в голове мелькнула мысль о том, что, наконец, у него появится друг или просто человек, с которым можно будет поговорить и поделиться своими мыслями. Говорили они весь вечер, пили чай с печеньем дома у Ани. Страх Страшный рассказал о своей нелегкой жизни, работе.

Аня внимательно слушала и думала:

- Надо же как, если бы я продолжала бояться и не осмелилась бы на отчаянный шаг, то  до сих пор дрожала бы в своей кроватке под одеялом. А так я встретила Страх, познакомилась с ним и подружилась. Узнала, что сам Страх не такой уж и страшный, а даже приятный.

А сколько он знает интересных историй о лесных жителях!

В ту ночь и много ночей спустя дети спали спокойно. Страх Страшный теперь работал сказочником. Ему очень нравилась его работа. Детки ждали его и внимательно слушали истории о приключениях, а потом спокойно засыпали.

А страхи живут рядом с тобой?

Попробуй познакомиться с ними.

Терапевтический эффект - показать ребенку, что каждый человек уникален, поэтому необходимо беречь себя, любить и воспринимать таким, какой ты есть.

Сказка для сказкотерапии для детей дошкольного возраста:

«КАРАНДАШИ»

Жили в небольшой коробке шестеро карандашей. Все дружили между собой и работали бок о бок. Больше всего работал Черный карандаш. Чуть меньше - карандаши других цветов: Красный, Синий, Зеленый, Желтый. Среди них был карандаш белого цвета, вот именно с ним и произошло происшествие.

Его использовали меньше, чем другие, а чаще и вовсе не вытаскивали из коробки. Белый карандаш каждый раз расстраивался. Думал:

- Я никому не нужен... Меня никто не любит, плохой у меня характер, никто не обращает на меня внимания. Мои друзья работают ежедневно, а я жду. Я ненужный карандаш, - и плакал так, что коробка стала мокрой.

Но однажды в офис, где жили карандаши, привезли черную бумагу. До сих пор писали и рисовали на белом, поэтому брали цветные карандаши. С тех пор Белый карандаш стал очень нужным - только им было удобно писать на черной бумаге. В офисе сначала начался переполох, потому что не могли найти Белый карандаш. А когда нашли, то уже пользовались только им.

Рад был карандаш белого цвета. Он старался ровно вести линию, шел быстро и мягко. Всегда был готов работать и днем, и ночью. Друзья радовались за него. Поддерживали всегда, а сейчас особенно, видели, что он счастлив, и им было приятно. Раскрывался талант и способности Белого.

Шли дни, и работал только Белый карандаш. Остальные карандаши отдохнули, и им уже стало скучно. А Белый начал очень уставать, да так, что даже вечерами ему не хватало сил поговорить с друзьями в коробке. И именно в этот момент вдруг все карандаши поняли друг друга. Белый понял, что терять надежду не надо, потому что рано или поздно выпадет возможность доказать свои способности и талант. А его друзья поняли, как было грустно Белому карандашу, когда тот сидел и ничего не делал.

С тех пор Черный, Белый, Желтый, Красный, Синий и Зеленый карандаши еще больше сдружились и поддерживали друг друга в трудные часы. Не забывали сказать приятное слово, напомнить о хороших качествах друг друга. И сами думали, как бы им поработать или отдохнуть. Каждый из них знал, что он незаменим и очень нужен своим друзьям и себе самому.

Вывод: Будь собой!