

## **Использование сказкотерапии в работе с тревожными детьми дошкольного возраста.**

Наши дети, это самая чувствительная часть социума и они наиболее подвержены разнообразным отрицательным воздействиям. В последние годы, как свидетельствуют специальные экспериментальные исследования, наиболее распространёнными явлениями у детей, являются тревожность и страхи (И.В. Дубровина, В.И. Гарбузов, А.И. Захаров, Е.Б. Ковалёва и другие).

Проблема тревожности у детей дошкольного возраста актуальна в настоящее время. И будучи ещё в детском саду, дети должны пройти все тесты тревожности и преодолеть барьер страха в своём сознании.

Тревожность, согласно исследованиям педагогов - психологов можно классифицировать на два вида:

Ситуативная тревожность, то есть порожденная некоторой конкретной ситуацией, которая объективно вызывает беспокойство. Это состояние не только, является вполне нормальным, но и играет свою положительную роль. Оно выступает своеобразным мобилизирующим механизмом, позволяющим человеку серьезно и ответственно подойти к решению возникающих проблем. Ненормальным является скорее снижение ситуативной тревожности, когда человек перед лицом серьезных обстоятельств демонстрирует безалаберность и безответственность, что чаще всего свидетельствует об инфантильной жизненной позиции.

Личностная тревожность. Она может рассматриваться как личностная черта, проявляющаяся в постоянной склонности к переживаниям тревоги в самых различных жизненных ситуациях, в том числе и таких, которые объективно к этому не располагают. Ребенок, подверженный такому состоянию, постоянно находится в настороженном и подавленном настроении, у него затруднены контакты с окружающим миром, который воспринимается им как враждебный. Если данный вид тревожности закрепляется у ребенка в процессе становления характера, то формируется заниженная самооценка и негативное восприятие окружающего мира.

У детей дошкольного возраста чаще доминирует ситуативная тревожность.

Таким образом, изучив литературу, можно сказать, что у детей старшего дошкольного возраста тревожность еще не является устойчивой чертой характера, а больше представляет собой функцию неблагоприятных отношений с близкими взрослыми. Это все относительно исправимо при проведении соответствующих психолого-педагогических мероприятий.

Коррекция детской тревожности может осуществляться посредством: игротерапии, арттерапии, куклотерапии, индивидуально-групповых занятий, улучшения детско-родительских отношений, но мне бы хотелось подробнее остановиться на методе сказкотерапии.

Сказкотерапия как метод терапии психологических трудностей сложилась не так давно, в начале 90-х годов прошлого столетия.

К сказкам обращались в своем творчестве известные зарубежные и отечественные психологи: Э.Фромм, Э.Берн, Э.Гарднер, Вачков И.В., М. Осорина, Е.Лисина, Т. Зинкевич-Евстигнеева и другие. На сегодняшний день особенно актуальна методика сказкотерапии.

Сказкотерапия - означает «лечение сказкой». Как пишет Вачков И.В., сказку используют и врачи, и психологи, и педагоги, и каждый специалист находит в сказке тот ресурс, который помогает ему решать его профессиональные задачи. Вовремя рассказанная сказка для ребенка значит столько же, сколько психологическая консультация для взрослого. Отличие только в том, что от ребенка не требуют вслух делать выводы и анализировать, что с ним происходит: работа идет на внутреннем, подсознательном уровне.

Сказкотерапевтическое воздействие осуществляется с помощью пяти видов сказок: художественных, дидактических, психокоррекционных, психотерапевтических и медитативных. Для каждой ситуации, случая консультирования либо подбираются, либо специально сочиняются соответствующие сказки.

Например, как считает Ткач Р.М., для того чтобы сказка или история обрела силу и оказала помощь, необходимо придерживаться определенных правил ее создания:

1. Сказка должна быть в чем-то идентичной проблеме ребенка, но ни в коем случае не иметь с ней прямого сходства.

2. Сказка должна предлагать замещающий опыт, используя который ребенок может сделать новый выбор при решении своей проблемы. Либо в этом должен помочь психолог.

Работая с тревожными детьми, в первую очередь следует придерживаться нескольких правил:

- При чтении или рассказывании сказки должны передаваться подлинные эмоции и чувства;

- Во время чтения или рассказывания следует расположиться перед ребенком так, чтобы он мог видеть лицо психолога и наблюдать за жестами, мимикой, выражением его глаз, обмениваться с ним взглядами;

- Нельзя допускать затянувшихся пауз.

- Ситуация должна содержать актуальную для ребенка проблему, «зашифрованную» в образном ряде сказки;

- Ситуации и вопрос должны быть построены и сформулированы так, чтобы побудить ребенка самостоятельно строить и прослеживать причинно-следственные связи.

Таким образом, сказкотерапия в коррекции детской тревожности, является самым безопасным и интересным методом. С помощью сказки мы можем понять и обсудить с ребенком причины его неуверенности, тревожности, боязливости, и что немало важно ребенок перерабатывает свою проблему через собственный эмоциональный фон.

## Консультация для педагогов

---

### «Сказкотерапия – как средство снятия 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. Не зря 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. Таким образом, 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 себя, 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. Например, почему тигренок боится темноты, а старший зайчонок не хочет играть с младшим.

### Сказки

Не думайте, что сказка есть детская забава, несерьезное дело для умного человека:

взрослый-де выдумывает, маленьким сказывает;

а маленькие слушают и верят, верят, будто было то,

чего не было, будто и вправду такое было, чего и быть не могло.

И еще не думайте, что взрослые умны, а дети глупы...

И. Ильин

Многие ли взрослые задумывались над тем: зачем нужны сказки. Обычно детям читают сказки потому, что так принято, потому, что это традиция, потому, что это нравится детям. Но что же дают сказки ребенку?

Русский философ И. Ильин так ответил на этот вопрос: "Сказка - это ответ все испытавшей древности на вопросы вступающей в мир детской души. Здесь русская древность помазует русское младенчество на не испытанную еще трудную жизнь..."

Итак, сказка - это передача детям народной мудрости, не всегда очевидной для взрослых, но понятной ребенку. Но это справедливо для сказок, которые по аналогии с "живым" и "мертвым" искусством можно назвать "живыми". В данном случае, отличие "живых" сказок от "мертвых" заключается в том, что они не только и не столько развлекают ребенка, сколько обучают его.

Обычно, чем сильнее вариант сказки, созданный писателем, удаляется от народного, тем меньше такая сказка служит обучению. Писатели часто исправляли сказки, лишая их первоначального глубинного смысла.

Например, как пишет Максим Максимов в книге "Не только любовь":

"Шарль Перро" облагораживал сказки, превращая их в нравоучительные истории с моралью в конце, поскольку у него был "социальный заказчик" - двор французского короля". Редкое исключение - сказки А. С.Пушкина - неисчерпаемый клад мудрости.

Но свести функции сказок только к обучению было бы по меньшей мере несправедливо. У сказок есть множество функций, о которых большинство родителей даже не догадываются. Например, сказки способствуют развитию в ребенке понимания внутреннего мира людей, снимает тревоги и воспитывает уверенность в себе. Максим Максимов пишет: "...сказки - необходимый элемент духовной пищи ребенка. Погружаясь в сказочный мир, ребенок погружается в глубины своей души, в которой творится хаос. Блуждая в этом дремучем лесу, знакомясь с разнообразными персонажами своей психики, ребенок осваивает это скрытое от его сознания пространство. И когда он возвращается из путешествия обратно в реальный мир, он чувствует себя более уверенным в своих силах, в том, что сам сможет справиться с самим собой и с теми трудностями, которые подстроит ему жизнь".

Еще одна функция сказок состоит в том, что они могут помочь преодолеть ребенку негативные стороны его формирующейся личности. Н. Л.Кряжева предлагает: "жадному, эгоистичному ребенку полезно послушать сказку "О рыбаке и рыбке", "О трех жадных медведях"; пугливому и робкому - "О трусливом зайце"; шаловливому и доверчивому помогут "Приключения Буратино", капризному - "Принцесса на горошине, активному и подвижному непоседе - "Кот в сапогах", сказки о храбрых богатырях и рыцарях, посвятивших жизнь подвигам во имя людей и т. д."

Было бы очень хорошо, если бы родители могли по-новому взглянуть на всем известные сказки. Как это сделать, прекрасно показывает Максим Максимов в своей книге "Не только любовь". Он следующим образом интерпретирует известную всем с детства сказку "Три поросенка":

"Не ешь конфету. У тебя заболит живот. Скоро обед, тогда и будешь ее есть". Но конфета - вот она, ее хочется съесть именно сейчас, немедленно. А что будет потом...

Это очень важно: уметь отказаться от удовольствия сейчас, потерпеть, сделать тяжелую и часто бессмысленную работу, плоды которой скажутся когда-то потом. Это очень трудное искусство, и овладеть им надо всю жизнь...

"Три поросенка" помогают ребенку освоиться с этим искусством. Вначале он отождествляет себя с младшим поросенком: как хорошо валяться в теплой луже, веселиться с друзьями, распевать песенки! А волк - это когда-то потом... Волк съедает маленького поросенка (в изначальном варианте этой сказки волк съедает двух поросят), и теперь ребенок "вселяется" в среднего. Этот поросенок уже думает о будущем - он строит домик покрепче. Волк съедает и его, но ему уже приходится потрудиться. Но вот теперь я уже взрослый, я могу отложить и конфету, и забавы, я строю настоящий каменный дом. Я взрослый поросенок, я сижу в крепком теплом и уютном доме, в очаге горит огонь, и в большом котле греется вода. Я не поддаюсь на хитрости волка, который хочет выманить меня из дома, волк меня не съест. Я сильнее и умнее волка, он попадет ко мне в котел с кипящей водой, и я САМ его съем!

В этой сказке конкретно и осязаемо показан процесс постепенного созревания личности. Три поросенка - это один и тот же поросенок, но на разных ступенях своего развития. Отождествляясь поочередно с каждым поросенком, ребенок не умом, а всем своим существом проживает эти необходимые для него ступеньки. И здесь мы встречаемся еще с одним замечательным свойством волшебной сказки: она требует от ребенка активного участия. Погружаясь в сказочный мир, ребенок живет в нем за своих героев, преодолевает препятствия, умирает и возрождается вновь. Есть еще один мотив в "Трех поросятах" - это волк, живущий в каждом из нас. Каждому ребенку знакомо это состояние, когда он переполнен неизвестно откуда взявшейся злобой, ненавистью, стремлением сломать, разбить, уничтожить, съесть. Это очень страшно - ты не владеешь самим собой: неизвестно, в какую беду заведет тебя этот волк. И сказка тебе подсказывает: волк - неуправляемая, неконтролируемая агрессия - всегда жестоко наказывается. Приучайся управлять волком в своей душе".

Не менее интересна интерпретация Н. Л.Кряжевой также с детства всем известной сказки "Куричка Ряба". Вот что она пишет в книге "Эмоциональное развитие детей": "Для 1-1,5-годовалого малыша смысл сказки пока еще совершенно не ясен. Однако ее плавность, чуть-чуть знакомые слова: "дед", "баба", "мышка", "куричка" - делают сказку для малыша приятной, успокаивающей перед сном, убаюкивающей. А вот 2-годовалому ребенку уже знакомы слова "бил", "плачет", "упало", "разбилось". Внутренний негативный смысл этих слов, связанный уже с личным опытом малыша, делает сказку подсознательно тревожной, неосознанно напрягающей эмоциональное восприятие ребенка. Обратите

внимание, с каким грустным выражением лица 2-2.5-летний ребенок выслушивает эту сказку. И даже, казалось бы, оптимистичное обещание курочки снести другое яичко не радует ребенка... А теперь давайте разберемся, в чем же на самом деле смысл этой древней, по-настоящему мудрой и эмоционально насыщенной сказки.

Во-первых, эта сказка была предназначена взрослым и, являясь частью богатого русского народного взрослого фольклора, в первоначальном варианте звучит и толкуется немного иначе. В Древней Руси даже дети знали и понимали ее символический смысл. Золотое яйцо - символ смерти - получали старые люди, когда им приходило время умирать. Пестрая курица - посредник между небом и землей - обозначала возможность выборов и перемен. И поэтому те, кому удавалось разбить золотое яйцо, оставались жить, а простое яичко - символ новой жизни. Сказка как бы успокаивала взрослых, давал им возможность не горевать из-за неизбежной старости, символизируя победу жизни над смертью, продолжение ее в детях".

Практически в любой неадаптированной (т. е. сохранившей первоначальный вид) сказке можно найти ее глубинный смысл и понять, что она может дать детям (и не только детям).

Следует отметить, что левое полушарие мозга созревает у ребенка позже, чем правое. Его работа базируется на деятельности правого полушария, которое является своеобразным собирателем образов и символов. Но добыть их можно лишь в процессе непосредственных контактов с другими людьми, во время игр и, что особенно интересно применительно к теме этой главы, при чтении сказок. Увы, в наш век технического прогресса родители и педагоги не всегда осознают важность знакомства ребенка со страной фантазии.

Психолог Т. Везель считает, что: "Не фантазирующий пятилетний ребенок, не рисующий что-то свое, особое, гораздо более тревожен, чем не знающий основ грамоты".

### **Советы:**

- Лучше всего, если родители не читают сказку, а рассказывают ее. Это дает возможность наблюдать, как реагирует на сказку ребенок. Кроме того, ребенок и родитель, как бы совершают совместное путешествие в мир сказок, что, конечно же, лучше, чем когда ребенок отправляется туда один.
- Дети обладают способностью воспринимать образы, которые представляют другие люди - рассказывая сказку, представляйте в картинках все, что в ней описывается.
- Предоставьте ребенку возможность выбора сказки, если он хочет, чтобы ему в десятый раз подряд прочитали "Красную шапочку", значит, это неспроста - ему эта сказка что-то дает для его развития, в его сознании происходит какая-то работа.
- Очень важное правило - не объяснять ребенку глубинный смысл сказки. Если это сделать, то сказка умрет и никакой пользы от нее не будет.
- Желательно не вносить в народные сказки исправления и добавления, особенно связанные с нашей реальностью. Эти изменения могут затруднить ребенку восприятие сказочного мира и "перенести" в его сознании пугающие

сказочные персонажи в наш мир, что даже может привести к нервным расстройствам. Максим Максимов пишет: •Одно дело, когда тебя едят в сказке и ты точно знаешь, что к концу сказки зло будет уничтожено и ты сможешь спокойно вернуться домой. Другое дело, когда ты выходишь на улицу, а из-за угла на тебя может выскочить дракон. Наши предки, занимаясь воспитанием детей, рассказывали им занимательные истории. Не торопясь наказать провинившегося ребенка, они вели рассказ, из которого становился ясным смысл поступка, а многие обычаи предохраняли малышей от напастей, учили их жизни. Это сегодня, опираясь на вековой педагогический опыт, мы говорим, что подобные истории являлись не чем иным, как основой сказкотерапии.

Термин "сказкотерапия" у педагогов и психологов имеет положительную окраску, видимо, потому что является самым древним методом воспитания и учения. И говоря сегодня о применении сказок, мы, в первую очередь, понимаем под этим способы передачи знаний о духовном мире и социальной реализации человека, **воспитательную систему**, близкую природе человека. Сказкотерапия, конечно, наиболее детский метод, потому что она обращена к чистому детскому началу каждого человека. Через восприятие сказок мы воспитываем ребенка, развиваем его внутренний мир, лечим душу, даем знания о законах жизни и способах проявления творческой силы и смекалки. На занятиях и тренингах с использованием сказкотерапии психологи, работая с конкретными проблемами, находят их первопричину и помогают пациенту достичь внутренней гармонии. Потому что и в сказке, и в жизни гармоничная личность выступает как созидатель, а дисгармоничная - как разрушитель. Любая сказка - это победа созидателя над разрушителем, то есть добра над злом. Таким образом, задача психолога, или, иначе, сказкотерапевта, - изобрести метод обучения для тех, кто хочет познавать, и метод гармонизации для тех, кто ощущает хаос в душе и внутренний дискомфорт. Психолог Павел Лебедько, отвечая на вопрос: "Как правильно читать ребенку сказку?", сказал, что в первую очередь читать нужно с удовольствием, тогда ребенок получит больше пользы от народного творчества. И вообще, лучше все делать с удовольствием, это, с точки зрения психологов, - лучший и правильный подход. Тогда и в нашей жизни, на которую можно посмотреть двояко, будет больше приятных моментов, чем трудностей. Сказки, прочитанные ребенку в спокойной душевной обстановке, несомненно, принесут пользу.

## **Сказкотерапия как средство коррекции тревожности у дошкольников.**

«Самое прекрасное, что мы

можем испытать,  
– это ощущение тайны»

Альберт Эйнштейн.

Среди значимых для человека ценностей одно из ведущих мест занимает здоровье. Особенно заставляет обратить на себя внимание здоровье будущего поколения. Обладая врожденной защитой, ребенок очень чутко реагирует на происходящие в обществе изменения в системе внутри семейных отношений и социально культурного общества, в которое он попадает в первые годы своей жизни. В связи с кризисным состоянием современного общества увеличивается число заболеваемости детей в ранние годы. Дошкольное детство – короткий отрезок в жизни человека. Но он имеет огромное значение, т.к. развитие идет бурно и стремительно: формируются основы личности, расширяется сфера деятельности ребенка. Вместе с тем детский возраст характеризуется повышенной ранимостью и чувствительностью.

Несмотря на заинтересованность родителей в сохранении здоровья ребенка, им не всегда удается грамотно решить многие вопросы и возникшие проблемы, тем более что многие дети большую часть времени находятся в детском саду. Поэтому ДОУ должно оказывать существенную помощь семье в сохранении и укреплении физического и психологического здоровья ребенка.

Для того, чтобы помочь малышам чувствовать свои эмоции и попробовать научиться управлять своим поведением, провожу развивающие занятия в сенсорной комнате.

Занятия в сенсорной комнате необходимы детям чрезмерно утомляемым, эмоционально истощенным, непоседливым, вспыльчивым, замкнутым, с высоким уровнем тревожности, с нарушениями поведения, с задержками психического и речевого развития.

В процессе работы использую:

1. релаксационные упражнения для детей, которые снижают тревожное состояние, агрессивность;
2. стимулирующие упражнения, направленных на активизацию и развитие у детей сенсорных функций: зрительного и слухового восприятия, осязания и пространственного восприятия;



3.упражнения на развитие общения (это имеет огромное значение для общего психологического развития человека, развитие его самооценки и становления как личности).

Для достижения цели в своей работе использую сказкотерапию.

Цель сказкотерапии: создание атмосферы доверия, психологического комфорта, положительного эмоционального фона, коррекция страхов, тревожности, повышение самооценки, уверенности в себе.

Сказкотерапия – это ключик к детской душе, это метод, связанный с раскрытием творческого потенциала ребенка, высвобождением его скрытых энергетических резервов и, в результате, нахождением им оптимальных способов решения своих проблем.

Психокоррекционные занятия с использованием сказкотерапии служат инструментом для изучения чувств, для развития межличностных навыков и отношений, укрепления самооценки и уверенности в себе.

Психокоррекционные сказки помогают мне мягко влиять на поведение ребенка.

Сказкотерапия – метод, использующий сказочную форму для интеграции личности, развития творческой способности расширения сознания, совершенствования взаимодействия с окружающим миром. «Сказки обладают свойствами будить воображение, приоткрывать дверь в непознанное, украшать нашу жизнь и объединять людей с друг другом». Сказка, фантазия развивает личность, создает невидимый мост между ребенком и взрослым. Мы можем почувствовать в сказках радость, одиночество, тревогу, беспокойство, уверенность, отчаяние, грусть, брошенность, сострадание, любовь, надежду, обиду и многие другие чувства.

В сказках дети проецируют на героях свои реальные взаимоотношения, существующие в жизни, чувства, которые мы испытываем в связи с этим. Сказкой можно врачевать детские проблемы, строить мосты взаимопонимания.

Использование технологии сказкотерапии, как показала практика, дает мощный лечебный, профилактический и коррекционный эффект.

Применение данной технологии способствует тому, что ребенок получает положительные эмоции.

Структура занятий состоит из следующих этапов:

1. Упражнения и игры, направленные на активизацию психических процессов, эмоционального и физического состояния детей.
2. Создание проблемной ситуации по теме занятия посредством использования игрового или сюрпризного моментов, инсценировки, зачитывание художественных текстов или рассказывание сказки либо истории.
3. Дискуссия по проблеме с индивидуальными высказываниями детей.
4. Игры, направленные на развитие общения, интеллекта и эмоциональной сферы детей; проигрывание значимых для детей ситуаций с их участием, с целью коррекции нарушений в сфере межличностных отношений; игры на формирование адекватной самооценки, на гармонизацию личности ребенка.
5. Заключительная часть – расслабляющие упражнения.
6. Рефлексия.

В качестве примера предлагаю вашему вниманию конспект совместной деятельности в сенсорной комнате «Страна Радости» с использованием сказкотерапии.

## «СТРАНА РАДОСТИ».

**ЦЕЛЬ:** закрепить приемы снятия психоэмоционального напряжения и эмоционального возбуждения.

### **ЗАДАЧИ:**

- 1.**Образовательные** – развитие умения выражать свое эмоциональное состояние.
- 2.**Воспитательные** – установление позитивного тактильного контакта.
- 3.**Развивающие** – развитие творческого воображения, эмоционального интеллекта детей.

**ОБОРУДОВАНИЕ:** аквалампа, фиброоптические волокна, сенсорная дорожка, светящийся шар, фотографии людей, «дерево радости», птенчик, запись музыкальных произведений.

### **1. ПРИВЕТСТВИЕ «ЧУТКИЕ РУКИ».**

**В:** Ребята! Я очень рада видеть вас! Приглашаю отправиться в СТРАНУ РАДОСТЬ. Давайте попробуем научиться выражать радость с помощью жестов, мимики и определять эмоциональное состояние людей, которые рядом с вами.

**В:** Что за чудо – чудеса:

Раз рука и два рука! (Поднять руки вверх)

Вот ладошка левая, вот ладошка правая. (Смотрят по очереди на ладони)

И скажу вам, не тая:

Руки всем нужны, друзья!

Сильные руки не бросятся в драку. (Сгибают руки в локтях)

Добрые руки погладят собаку. (Гладят руки)

Умные руки умеют лечить. (Гладят щеки)

Чуткие руки умеют дружить. (Берутся за руки в кругу).

-Почувствуйте тепло рук соседа

-Улыбнитесь друг другу.

-Повторите: «Ребята, давайте жить дружно!»

## 2. «КОМПЛЕКСНАЯ РАЗМИНКА».

В: Присаживайтесь на пуфики.

Солнце ярко засветило. Снег холодный растопило.

Пробудило все от сна. Это к нам пришла ...ВЕСНА!

Ребята! В стране РАДОСТЬ наступила весна. Ярко светит солнце, но бывают и тучи. Нарисуйте, пожалуйста, глазами солнце, а теперь тучу. Молодцы! Поиграем? Если я скажу: «Солнышко!», то вы улыбаетесь и поднимаете руки вверх. Если: «Туча!», то сжимаетесь в комок, руки в кулаки и хмуритесь. (Дети по команде выполняют).

В: Что вам понравилось делать? Почему?

## 3.ИГРА «ДОЖДИК» (С оптическими волокнами).

Прислушайтесь! Что это стучит по крыше? (Дождь). Поиграем с дождиком? Подойдите к дождинкам, потрогайте их руками.

(Дети подходят к оптическим волокнам, трогают их).

В: Какой дождик на ощупь?

Д: Холодный, гладкий.

В: Какой он по цвету?

Д: Называют меняющиеся цвета.

В: Намотайте струйку волшебного дождика на пальчик. Сколько на пальчике струек?

Д: Одна.

В: Намотайте струйки на ладошку. Сколько струек?

Д: Много.

В: Ребята, этот дождик волшебный. Он сделал вас добрее. Улыбнитесь друг другу.

#### 4. УПРАЖНЕНИЕ «ПТЕНЕЦ».

(Звуки птичьих голосов).

В: Ребята, посмотрите в свои ладошки. Там птенчик. Он летел к нам в СТРАНУ РАДОСТЬ и попал под дождь. Как вы думаете, что с ним случилось?

Д: Он замерз.

В: Давайте согреем его своим дыханием.

(Дети дуют на птенчика).

В: Молодцы! Помогли птенчику! Отпустим его на волю. Пусть летит и радуется всем своим пением!

#### 5. «СЕНСОРНАЯ ТРОПА».

В: Я приглашаю вас пройти по волшебной тропе:

Зашагали ножки. ТОП-ТОП-ТОП.

Прямо по дорожке. ТОП-ТОП-ТОП.

Ну-ка, веселее. ТОП-ТОП-ТОП.

Вот как мы умеем. ТОП-ТОП-ТОП.

В: Ребята, вы почувствовали, какие кочки? Потрогайте их ножками.

Д: Мягкие. Гладкие. Шершавые. Холодные.

#### 6. «ЗАКОЛДОВАННОЕ ОЗЕРО». (Аквалампа).

В: Ребята, мы пришли к заколдованному озеру. Подойдите поближе. Посмотрите внимательно. Как вы думаете, кто там живет?

Д: Рыбки.

В: Какого они цвета?

Д: Называют цвета.

В: Как меняется цвет воды? Какой цвет вам больше нравится? Понаблюдайте за пузырьками. Куда они поднимаются?

В: Как вы думаете, какое у рыбок настроение?

Д: Грустное.

В: Почему?

Д: Их заколдовал злой волшебник.

В: Вы хотите им помочь? Как?

Д: Отвечают.

В: Давайте приложим ручки к озеру. Что вы чувствуете? Какое озеро на ощупь?

Д: Холодное. Гладкое.

В: Ребята, улыбнитесь рыбкам. Посмотрите, они улыбаются вам в ответ. Вы расколдовали рыбок, и теперь они снова веселые и радостные. Молодцы!

## **7.РЕЛАКСАЦИЯ «ВОЛШЕБНЫЙ СОН».**

В: Садитесь на пуфики. В СТРАНЕ РАДОСТЬ наступила ночь.

(Воспитатель включает светящийся шар).

Давайте отдохнем. (Музыка).

Ресницы опускаются.

Глазки закрываются.

Мы спокойно отдыхаем.

Сном волшебным засыпаем...-2 раза.

Наши руки отдыхают.

Ноги тоже отдыхают.

Отдыхают. Засыпают.-2 раза.

Напряженье улетело

И расслаблено все тело. -2 раза.

Губы не напряжены,

Приоткрыты и теплы. -2 раза.

Дышится легко, ровно, глубоко.

Мы чудесно отдыхаем,

Сном волшебным засыпаем. (Музыка -1 минута)

Дышится легко, ровно, глубоко.

Хорошо нам отдыхать,

Но пора уже вставать.

Крепче кулачки сжимаем,

Выше их мы поднимаем.

Потянуться, улыбнуться,

Всем открыть глаза и встать.

В: Что вам приснилось, ребята? Что вы чувствовали, когда спали?

Д: Отвечают.

В: Как вы думаете, волшебный сон помог стать вам добрее?

Д: Да, помог.

## 8. «УПРАЖНЕНИЕ «РАДОСТНЫЕ ЛИЦА».

В: Ребята, пока вы спали, нам пришло письмо. Посмотрим, что там?

Воспитатель открывает пакет, достает фотографии людей с радостным выражением лица. Дети их рассматривают.

В: Какое чувство испытывают эти люди?

Д: Радость.

В: Как вы догадались?

В: Чему может радоваться человек?

Д: Отвечают.

В: Покажите радость на своих лицах.

## 9. «УПРАЖНЕНИЕ «Я РАДУЮСЬ, КОГДА...»

В: Расскажите, ребята, когда вы радуетесь.

Дети передают друг другу мяч по кругу и рассказывают.

## 10. ИГРА «ДОБРЫЙ ВОЛШЕБНИК».

В: У меня в руках шкатулка. (Трясет шкатулку). Как вы думаете, что в ней?

Д: Отвечают.

В: Здесь волшебное зеркало. Кто посмотрит в него, тот превращается в волшебника и помогает людям стать веселыми и радостными. Помогите грустным человечкам стать радостными.

(Дети смотрят в зеркало и выкладывают из мягкого конструктора веселые лица).

В: Молодцы, ребята! Наше путешествие в СТРАНУ РАДОСТЬ подходит к концу.

## 11. «ПРОЩАНИЕ».

В: Возьмитесь, пожалуйста, за руки.

В: Глазки закрываем. Немного помечтаем.

Ветерок нас подхватил, в детский сад переместил.

В: Вот мы и вернулись в детский сад.

## 12. «РЕФЛЕКСИЯ».

В: Ребята, где мы побывали?

Д: В СТРАНЕ РАДОСТИ.

В: Что вам запомнилось? Какими мы стали?

(Воспитатель раздает детям пиктограммы «Настроение»).

В: Покажите, какое у вас настроение.

В: Занимались мы успешно, не устали мы, конечно.

А теперь мы на прощанье дружно скажем:

Вместе: «До свиданья!»



## Литература

- Вачков И. В. Введение в сказкотерапию, или Избушка, избушка, повернись ко мне передом... - М.: Генезис, 2011.
- Грабенко Т.М., Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Практикум по креативной терапии. – СПб.: Речь, 2003. – 400с.
- Соколов Д.Ю. Сказки и сказкотерапия. – М.: Эксмо-пресс, 2001; 2005. – 224с.
- Кудзилов Д.Б., Зинкевич-Евстигнеева Т.Д, Психодиагностика через рисунок в сказкотерапии. - СПб.: Речь,2003. - 146с.

## СКАЗКОТЕРАПИЯ

Стоит только произнести эти волшебные и такие знакомые с детства слова: «Жили - были» или «В некотором царстве – в некотором государстве», как любому и каждому ясно, что начинается сказка, но пока неизвестно, какая. А почему так много сказок начинается с одних и тех же слов? Попробуйте ответить на этот вопрос сами, прежде чем приступить к нашей небольшой лекции.

Каждый человек с рождения и до самой старости окружён сказками, былинами, мифами, баснями, притчами. У нас есть любимые и ненавистные сюжеты и персонажи. Порой мы сами не замечаем, как глубоко сказка проникает в нашу повседневную жизнь, и какое влияние оказывает на неё. Издавна знания и мудрость одного поколения передавались другому именно в сказочной форме, ведь так они лучше воспринимаются и запоминаются. Поэтому совсем не удивительно, что в рамках такой науки как психология постарались осмыслить и структурировать знания о сказках, и о их влиянии на психику человека. Так появилось направление психологической работы – сказкотерапия.

Есть еще немало людей, у которых термин «сказкотерапия» вызывает улыбку и отношение как несерьезному, «детскому» методу. Но, познакомившись со сказкотерапией поближе, большинство из них изменяют свое мнение. Сказкотерапия самый древний в человеческой цивилизации метод практической психологии и один из самых молодых методов в современной научной практике.

Несмотря на то, что сказкотерапия не имеет возрастных ограничений и множество разработок адресовано взрослым, существует «миф» о том, что этот метод является «детским».

Может быть, сказки это и «пустяки» и «несерьезность», однако они не разрушают окружающий мир, а вызывают к светлым созидательным сторонам души человека.

Поэтому сказкотерапия с детьми, подростками и взрослыми сегодня особенно актуальна. Хотя бы потому, что необходимо остановить лавину разрушений, производимых человеком. А сделать это возможно только когда человек возвращается к своему изначальному, «сказочному» восприятию мира.

В последнее время термин «сказкотерапия» все чаще посещает специальные издания. Когда говорят о том, что сказкотерапия – это лечение сказками, имеется в виду совместное с клиентом открытие тех знаний, которые живут в душе и являются на данный момент психотерапевтическими.

*Сказкотерапия* – это процесс поиска смысла, расшифровки знаний о мире и системе взаимоотношений в нем.

*Сказкотерапия* – это процесс образования связи сказочными событиями и поведением в реальной жизни. Это процесс переноса сказочных смыслов в реальность.

*Сказкотерапия* – это и процесс объективизации проблемных ситуаций.

*Сказкотерапия* – процесс активизации потенциала личности.

*Сказкотерапия* – процесс всестороннего образования и воспитания.

Сказка – волшебство, а волшебство – это еще и превращение.

Волшебство происходит внутри, постепенно улучшая окружающий мир. В этом смысле сказкотерапия – процесс улучшения внутренней природы и мира вокруг.

*Сказкотерапия* – это еще и терапия средой, особой сказочной обстановкой, в которой могут проявиться потенциальные части личности, нечто нереализованное, может материализоваться мечта, а главное, в ней появляется чувство защищенности и аромат тайны...

Для того чтобы стать направлением в практической психологии, сказкотерапия прошла большой путь. *Выделяют 4 этапа в развитии сказкотерапии*. Примечательно, что ни один из выделяемых этапов не заканчивается, уступая место новому. Поэтому каждый этап ознаменовал начало определенного процесса.

*Первый этап сказкотерапии* – устное народное творчество. Его начало затеряно в глубине веков, но процесс устного (а позднее и письменного), творчества продолжается по сей день.

*Второй этап* – собрание и исследование мифов и сказок. Исследование мифов и сказок в психологическом, глубинном аспекте связано с именами К. Ю. Юнга, Б. Беттельгейма, В. Проппа и др.

*Третий этап* – психотехнический. Наверное, нет ни одной педагогической, психологической и психотерапевтической технологии, в которой бы ни использовался прием «сочини сказку». Современные практические подходы применяют сказку как технику. Как повод для психодиагностики, коррекции и развития личности.

*Четвертый этап* – интегративный. Этот этап связан с пониманием сказкотерапии как природосообразной, органичной человеческому восприятию воспитательной системы, проверенной многими поколениями наших предков.

Особенностью работы в системе сказкотерапии является взаимодействие с клиентом на ценностном уровне. Психологические, культуральные, педагогические проблемы прорабатываются благодаря опоре на нравственные ориентиры, духовные ценности и личностные потенциалы. Ведущими идеями сказкотерапии являются:

- осознание своих потенциалов, возможностей и ценности собственной жизни;
- понимание причинно-следственных связей событий и поступков;
- познание разных стилей мироощущения;
- осмысленное созидательное взаимодействие с окружающим миром;
- внутреннее ощущение силы и гармонии.

Для подростков и взрослых особенно важны когнитивный и творческий аспекты сказкотерапии. Анализ сказок (когнитивный аспект) позволит изменить или существенно обогатить взгляд на привычные ситуации, соприкоснуться с духовными ценностями. Сочинение, рисование,

изготовление кукол, драматизации сказок (творческий аспект) позволят высвободить творческую энергию воображения. Все это силы, которые помогут подростку и взрослому конструктивно изменять свою жизнь.

Сказкотерапия как направление практической психологии привлекательно еще и тем, что имеет немного ограничений по сравнению с другими подходами. Так, например, у нее нет возрастных границ: в каждом возрасте своя сказка, миф, притча, легенда, басня, баллада, песня и т. д. Не выявлено ограничений и по шкале «нормальное — отклоняющееся развитие»: сказкотерапия «работает» и с «нормально развивающимися», и с «альтернативно развивающимися» людьми (имеются в виду особенности интеллектуального, психофизического и сенсорного развития). Однако имеются особенности применения сказкотерапии в области дефектологии. Сказкотерапия применяется для разрешения самых разнообразных проблем: от трудностей в обучении до острых жизненных кризисов. Но... в каждом случае свои комбинации, акценты, «посылы».

Современная сказкотерапия «трехлика». Она имеет «лик» диагностический (арсенал проективных методик для исследования человека); «лик» воздействующий и «лик» профилактический (или развивающий).

В сказкотерапевтическом процессе на данный момент используется 5 видов сказок (классификация Т.Д. Зинкевич – Евстегнеевой):

- 1) художественные
- 2) дидактические
- 3) медитативные
- 4) психотерапевтические
- 5) психокоррекционные, которые конструируются

в соответствии с актуальной ситуацией и подаются по-разному: анализ, имидж-терапия, рисование, куклотерапия, постановка сказок в песочнице, инсценирование и др.

И.В.Вачков классифицирует сказки в зависимости от целей воздействия сказки и выделяет два вида:

- 1) фольклорные
- 2) авторские, при этом в обоих типах сказок можно выделить

художественные, дидактические, психокоррекционные, психотерапевтические, психологические (психосказка, например, сказки Д.Ю.Соколова, А.В.Гнездилова). Именно рассмотренный новый вид сказки (психосказка) по мнению И.В.Вачкова призвана раскрыть перед ребёнком глубины его собственного внутреннего мира, развить его самосознание, помочь ему на пути становления его личности.

Появление первых мифов часто объясняется процессом осмысления человеком явлений окружающего мира. В рамках сказкотерапии через сказку осмысляются разнообразные жизненные явления, события жизни, феномены духовного поиска и многое другое. Выделяют пять видов сказок:

1. К художественным сказкам относятся те, которые созданы многовековой мудростью народа, и авторские истории. В них сказках есть и дидактический, и психокоррекционный, и психотерапевтический, и даже медитативный аспекты.

*Народные сказки.* Наиболее древние в литературоведении называются мифами. Древнейшая основа мифов и сказок – единство человека и природы, а процессы «мифосложения» и «сказкотворчества» были связаны с принципом «оживотворения». Именно этот принцип используется сегодня в создании новых сказок.

*Авторские художественные сказки.* Они более трепетны, образны, чем народные. Именно авторские истории расскажут о частных сторонах жизни, что является чрезвычайно важным для миропонимания.

2. *Дидактические сказки* создаются педагогами для подачи учебного материала. При этом абстрактные символы одушевляются, создается сказочный образ мира. Дидактические сказки могут раскрывать смысл и важность определенных знаний. В форме дидактических сказок «подаются» учебные задания.

3. *Психокоррекционные сказки* создаются для мягкого влияния на поведение ребенка. Под коррекцией здесь понимается «замещение» неэффективного стиля поведения на более продуктивный, а также объяснение ребенку смысла происходящего. Применение психокоррекционных сказок имеет ограничение по возрасту (примерно 11-13 лет) и проблематике (неадекватное поведение, неэффективное поведение). Психокоррекционную сказку можно просто читать ребенку, не обсуждая ее. Таким образом, дается возможность побыть наедине с самим собой и подумать.

4. *Психотерапевтические сказки* – сказки, раскрывающие глубинный смысл происходящих событий. Они всегда глубоки и проникновенны. Психотерапевтические сказки часто оставляют человека с вопросом. Это, в свою очередь, стимулирует процесс личностного роста. Эти сказки помогают там, где другие психологические техники бессильны; там, где нужно перейти в область философии событий и взаимоотношений. Психотерапевтическая сказка помогает изменить отношение окружающих людей к человеку, увидеть скрытые положительные стороны души.

5. *Медитативные сказки* создаются для накопления положительного образного опыта, снятия психоэмоционального напряжения, создания в душе лучших моделей взаимоотношений, развития личностного ресурса. Главное назначение медитативных сказок – сообщение бессознательному позитивных «идеальных» моделей взаимоотношений с окружающим миром и другими людьми. Поэтому отличительная особенность медитативных сказок – это отсутствие конфликта и злых героев.

Разнообразные сказки «подаются» клиенту под различными «соусами»: анализ сказки, рассказывание, сочинение, изготовление кукол, драматизации, рисования, игры, медитации и многое другое. Весь арсенал техник отнесен к разделу «направления сказкотерапии». Это также

является предметом изучения будущих сказкотерапевтов. Поэтому подготовка сказкотерапевтов процесс творческий, увлекательный, но не простой.

Сказка восполняет пробелы индивидуальной истории клиента, и дополняет ее общечеловеческой информацией. Сказка позволяет актуализировать вытесняемые клиентом моменты личной истории. Сказка позволяет сформировать новый взгляд на ситуацию и перейти на новый уровень ее осознания, моделируя более конструктивное отношение и поведение. Сказка отображает внутренний конфликт клиента и дает возможность размышлять над ним. Сказка является символическим "буфером" между клиентом и сказкотерапевтом. Благодаря этому сопротивление клиента сглаживается и энергия направляется на размышление. Сказка служит альтернативной концепцией восприятия неоднозначных жизненных ситуаций. Сказка формирует веру в позитивное разрешение проблемы (правда, для того, чтобы это увидеть, часто требуется отойти от стереотипов обыденного сознания).

*Принципы работы со сказками:*

<b>Принцип</b>	<b>Основной акцент</b>	<b>Комментарий</b>
<i>Осознанность</i>	Осознание причинно-следственных связей в развитии сюжета; понимание роли каждого персонажа в развивающихся событиях.	Задача: показать воспитанникам, что одно событие плавно вытекает из другого, даже не смотря на то, что на первый взгляд незаметно. Важно понять место, закономерность появления и назначения каждого персонажа сказки.
<i>Множественность</i>	Понимание того, что одно и то же событие, ситуация могут иметь несколько значений и смыслов.	Задача: показать одну и ту же сказочную ситуацию с нескольких сторон.
<i>Связь с реальностью</i>	Осознание того, что каждая сказочная ситуация разворачивает перед нами некий жизненный урок.	Задача: кропотливо и терпеливо прорабатывать сказочные ситуации с позиции того, как сказочный урок будет нами использован в реальной жизни, в каких конкретно ситуациях.

**Структура коррекционно развивающего сказкотерапевтического занятия**

Этап	Назначение	Содержание
1.Ритуал «входа» в сказку	Создать настрой на совместную работу, «войти в сказку»	Коллективные упражнения. Например, взявшись за руки в кругу, все смотрят на свечу или передают друг другу мячик; или совершается иное «сплачивающее» действие.
2. Повторение	Вспомнить то, что делали в прошлый раз и какие выводы для себя сделали, какой опыт приобрели, чему научились.	Ведущий задает участникам вопрос, что они помнят, использовали ли они новый опыт.
3. Расширение	Расширить представления ребенка о чем-либо.	Ведущий рассказывает или показывает новую сказку. Предлагает попробовать, помочь какому-либо существу из сказки.
4. Закрепление	Приобретение нового опыта, проявление новых качеств личности.	Ведущий проводит игры, позволяющие приобрести новый опыт; совершаются символические путешествия, превращения.
5. Интеграция	Связать новый опыт с реальной жизнью.	Ведущий обсуждает и анализирует вместе с участниками, в каких ситуациях из жизни они могут использовать тот опыт, что приобрели.
6. Резюмирование	Обобщить приобретенный опыт, связать его с уже имеющимся.	Ведущий подводит итог занятия. Четко проговаривает последовательность происходившего на занятии, подчеркивает значимость приобретенного опыта.
7.Ритуал «выхода» из сказки	Закрепить новый опыт, подготовить к взаимодействию в привычной среде.	Повторение ритуала «входа» в занятие с дополнением.

## **Схема размышления над сказками.**

Основная тема. О чем эта сказка? Чему она нас учит? В каких ситуациях нашей жизни нам пригодится то, что мы узнали из сказки? Как конкретно мы это знание будем использовать. Как через основную тему нам передаются общие нравственные ценности, стили поведения и взаимодействия с окружающими, общие ответы на общие вопросы.

Линия героев сказки. Мотивы поступков. Важно понять видимую и скрытую мотивацию героев сказки. Почему герой совершает тот или иной поступок? Зачем ему это нужно? Способы преодоления трудностей. Как герой решает проблему?

Линия героя - важно понять, что приносят поступки. Важно осознать, какие чувства вызывают размышления о сказке.

### *Куручка Ряба*

#### 1. О чем эта сказка?

- о подарке судьбы (<золотое яйцо>) и о том, что делают с ним неподготовленные люди;
- о стереотипах человеческого поведения (если яйцо, то по нему нужно бить, независимо от качества скорлупы);
- о случайностях, которые обычно случаются закономерно (<мышка бежала, хвостиком махнула, яичко упало и разбилось>);
- любви к ближнему (<не плачь дед, не плачь баба, я снесу вам другое яичко, не золотое, а простое>);
- о разбившейся мечте или надежде (яичко разбилось).

Кажется, что это совсем не детская сказка. Конечно, больше она подходит для обсуждения со взрослыми и подростками философии жизненных ситуаций и уроков, которые мы извлекаем.

#### 2. Чему нас сказка учит?

- конечно, содержать свой дом в чистоте, не доводить до появления мышей. В этом случае есть надежда, что золотое яичко не будет разбитым;
- гибкости при решении новых или трудных ситуаций. Если бы Дед и Баба гибко подошли к решению проблемы, они бы не стали бить по золотому яйцу, а нашли ему лучший способ применения. Кстати, какой?
- не дарить ближнему того, что он не готов получить (вопрос о том, какие подарки мы выбираем для других, и какие желаем получить сами); и многому другому.

3. Объясните, почему Дед и Баба плачут, когда яичко разбилось, ведь они сами хотели, чтобы это произошло, когда били по нему. Действительно, почему Дед и Баба так непоследовательны? Может быть, они хотели разбить яйцо сами, без посторонней помощи? Может быть, они плачут от того, что увидели внутри яйца не то, что ожидали? Может, на самом деле, они хотели, чтобы яйцо осталось целым?

Таким образом, сказкотерапия открывает широкие возможности работы не только с детьми, но и с подростками, взрослыми людьми. Как в каждом из



нас, так и в каждой сказке заложен огромный потенциал, раскрыв который, перед нами смогут открыться новые возможности.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Вачков И.В. Сказкотерапия. Развитие самосознания через психологическую сказку. — М.: Ось-89, 2001.
2. Гнездилов А.В. Авторская сказкотерапия. Дым старинного камина (сказки доктора Балу). — СПб.: Речь, 2002.
3. Дикманн Х. Юнгианский анализ волшебных сказок. Сказание и иносказание. — СПб.: Академический проект, 2000.
4. Защиринская О.В. Сказка в гостях у психологии. Психологические техники: сказкотерапия. СПб.: Издательство ДНК, 2001.
5. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Практикум по сказкотерапии. — СПб.: Речь, 2000.
6. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Путь к волшебству. Теория и практика сказкотерапии. СПб.: Речь, 1998.
7. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Сказки звездной страны Зодиакалии. Методический практикум по сказкотерапии. — СПб.: Златоуст, 1999.
8. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Грабенко Т.М. Практикум по креативной терапии. — СПб.: Речь, ТЦ Сфера, 2001.
9. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Кудзилов Д.Б. Психодиагностика через рисунок в сказкотерапии. — СПб.: Речь, 2003.
10. Короткова Л.Д. Сказка — для светлого ума закваска. — М.: Педагогическое общество России, 2001.
11. Кротов В.Г. Массаж мысли. Притчи, сказки, сны, парадоксы, афоризмы. — М.: Совершенство, 1997.
12. Миллс Дж., Кроули Р. Терапевтические метафоры для детей и внутреннего ребенка. — М.: Независимая фирма «Класс», 1996.
13. Оуэн Н. Магические метафоры. 77 историй для учителей, терапевтов и думающих людей. — М.: Эксмо, 2002.
14. Соколов Д.Ю. Сказки и сказкотерапия. — М.: Независимая фирма «Класс», 1997.
15. Соколов Д.Ю. Лоскутное одеяло, или Психотерапия в стиле дзен. М.: Эксмо, 2002.
16. Тренинг по сказкотерапии / Под ред. Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой. — СПб.: Речь, 2000.
17. Франц М.-Л. фон. Психология сказки. Толкование волшебных сказок. Психологический смысл мотива искупления в волшебной сказке. — СПб., 1998.
18. Черняева С.А. Психотерапевтические сказки и игры. — СПб.: Речь, 2002.