

СКАЗКОТЕРАПИЯ,

ИЛИ СКАЗКИ ПРО ТО, ПОЧЕМУ НЕЛЬЗЯ ДРАТЬСЯ...

Две сказкотерапевтических истории о том, почему нельзя драться.



МАЛЕНЬКИЙ МЕДВЕЖОНОК

(Автор О.Хухлаева)

Это случилось в одном детском саду, в который ходили разные лесные зверушки. Каждое утро лес просыпался от теплых лучей солнышка, согревающих землю, а песни птиц будили лесных зверушек, и родители вели их в лесной детский садик.

Недалеко от этого детского сада жил Медвежонок. Никто из зверей с ним не дружил, потому что он со всеми дрался. "Все хотят меня обидеть, сделать мне плохо. Мне надо защищаться, потому что если я не буду драться, другие зверята будут меня обижать», - так думал Медвежонок.

Ему было грустно всегда быть одному, и вот однажды он отправился погулять. Ходил он, ходил и пришел к детскому садику, где играли зверята.

- Смотрите, к нам идет Медвежонок. Может, он будет нашим новым другом,- сказала Белочка.

- Но посмотрите,- закричал Зайчик,- он сжал кулаки и собирается с нами драться!

Медвежонок не слышал разговора зверят и, все сильнее сжимая кулаки, думал: "Они договариваются о том, чтобы начать меня обижать, и мне придется защищаться".

- Мы хотим с ним дружить, а он хочет с нами драться,- закричали зверята.- Мы будем защищать себя! И они побежали к Медвежонку. Медвежонок, увидев подбегающих зверят, очень испугался. Он еще сильнее сжал свои кулаки и приготовился драться.

- Эх ты! Мы хотели с тобой дружить, а ты хочешь с нами драться,- сказали зверята.- Мы думали, ты наш новый друг, а ты!..- закричали они.

- Мы не будем с тобой дружить!

И они оставили Медвежонка одного. Медвежонок почувствовал, что ему стало очень стыдно за то, что он хотел драться с этими зверятами. Грусть переполнила сердце Медвежонка, и он заплакал. Ему стало очень плохо от того, что его все боялись и у него не было друзей. "Что же мне делать, как подружиться со зверушками?"- думал Медвежонок. И вдруг увидел, что кулаки у него до сих пор сжаты и на них капаят слезы.

"Я понял, мне надо разжать кулаки, ведь, наверное, из-за них зверята подумали, что я буду с ними драться!"- решил Медвежонок. На следующий день Медвежонок пришел к зверятам в детский садик и не стал сжимать свои кулаки. Зверята увидели, что он не хочет драться, и решили с ним дружить. Медвежонок и зверята стали вместе играть в разные веселые игры, петь песни и танцевать. Они смеялись и рассказывали друг другу интересные истории. А Медвежонок, играя со зверушками, думал: "Я больше никогда не буду без причины сжимать свои кулаки и драться, потому что другие зверята и не думали обижать меня. Как хорошо, что я разжал свои кулаки и понял

сам, что плохо быть Драчуном!". И от этой мысли Медвежонок почувствовал себя отлично.

ДРАКИ В ЛЕСНОЙ ШКОЛЕ

(Автор М.А. Панфилова)

«Сколько мне пришлось пережить неприятностей, - думает Волчонок. - История с хвостом, поспорил с младшим братом, папа наказал, мама отругала. А за что? Только то и сделал, что отшлепал братика, чтобы не трогал мои вещи".

- Эй, Волчонок, пойдём играть в футбол, - позвал друга Лисенок. «Хорошо, может, и отвлекусь, забуду свои беды", - решил Волчонок. Стали друзья в футбол играть, да Волчонок стал проигрывать, рассердился он на друга и давай его тумаками угощать. Лисенок защищаться стал, кулачками тоже крепко Волчонка разукрасил. Хорошо мимо Учитель-Еж прогуливался. Как увидел он драчунов, как крикнет:

- Это что за петухи?

Услышали голос Учителя Лисенок с Волчонком, драться перестали, стоят, смотрят, чумазые, зареванные и злые друг на друга. А Учитель и говорит:

- Кто драку затеял, не буду выяснять, знаю, что каждый по-своему рассказывать будет. А вот что делать, чтобы злость прогнать, скажу, да еще и других научу.

Повел Учитель драчунов в школу, помог умыться, синяки и царапины зеленкой намазал. Вроде успокоились немного Волчонок и Лисенок, да все равно друг на друга сердито смотрят, кулачки сжимают.

- Есть у меня "Сердитая подушка", давно в шкафу лежит, своего часа дожидается. Мне ее Леший год назад подарил. Она уже ему не нужна стала, видно, подобрел старичок. Так вот, у кого злинки да упрямки появляются, тот в эту подушку их выбивать будет.

- Как это? - недоверчиво спросили ребята.

- Сейчас покажу! Кто первый хочет от своих злинок избавиться? - спросил Еж.

- Ну, давайте я попробую, - осторожно подошел к подушке Волчонок.

- Чем ты дрался, кулаками? Вот и будешь кулаками со всей силы подушку выколачивать да посмеиваться, с каждым ударом "ха" выкрикивать. Тогда злинки все выскочат! - объяснил Учитель.

- А ты, Лисенок, помогай другу, говори слова-заклинания: "Сильнее, сильнее, сильнее!" Всем задания понятны?

- Вроде бы понятны, - ответили ребята.

- Тогда, как только я сигнал подам, пропищит моя игрушка-зверушка, тогда и начнем. А когда пропищит два раза, значит, пора останавливаться, - продолжил свои инструкции Еж.

Волчонок и Лисенок стояли в ожидании. Сигнал пропищал, и Волчонок стал подушку кулаками бить, да звук "ха" выкрикивать. А Лисенок помогает, кричит "Сильнее, сильнее, сильнее" и пританцовывает. Шуму было на весь лес, сбежались все ученики, стоят, смотрят, диву даются. Что происходит, не понимают. Прозвучал двойной сигнал. Все замерли.

- А теперь послушай, Волчонок, как поживают твои злинки в подушке, что делают? – предложил Учитель.

- Тихо сидят! - еле отдышавшись, ответил Волчонок.

- Тогда поменяйтесь местами, пора тебе, Лисенок, свои злинки выбивать! Начали! – скомандовал Еж и посигналил.

Тут и все ученики подключились, стали вместе кричать слова-заклинания, да еще и в ладоши прихлопывать. Прозвучал двойной сигнал. Лисенок прислушивается к подушке, смеется:

- А мои злинки сидят, разговаривают!

- Все злинки убежали или остались еще? - спросил Учитель.

- Все убежали!!! - радостно ответили Лисенок с Волчком.

- А можно и нам попробовать? - робко спросил Зайчонок.

- Конечно, можно, но по очереди! - разрешил Еж.

Когда каждый ученик попробовал свои злинки и упрямки прогнать, Еж подозвал всех к себе поближе и сказал:

- По разным причинам появляются злинки, накапливаются, но теперь мы знаем секрет, как прогнать их. Эта "Сердитая подушка" будет в школе вам помогать, ваши злинки да упрямки собирать.

После этой сказки вместе с детьми проверьте эффективность метода "Сердитая подушка", дайте возможность максимально выразить свою накопившуюся агрессию каждому ребенку. Соблюдайте инструкции Учителя-Ежа. Хорошо в группе, классе и даже дома такую подушку предлагать детям по необходимости, под руководством взрослого. Особенно в семье, где детей несколько, такая эмоциональная разрядка дает возможность снизить напряжение в отношениях, добавить юмора и физической активности.