

Анна Сергеевна Крылышкина



Москва 2018

ББК 88.837
УДК 159.922.7
К 85

К 85 Крылышкина А.С. Терапевтические сказки мамы Ани. –
Издание второе, дополненное. М.: ООО «Вариант»,
2018. – 224 стр., илл.
ISBN 978-5-00080-043-0

Терапевтические сказки – это не только сказочные истории сами по себе, но и терапия, коррекция поведенческих моделей ребёнка. При прочтении сказки обсуждаются, взрослый задаёт вопросы «Как герой мог поступить еще в этой ситуации?», «Что можно исправить?», «Что сделал герой не так?» и т.п.

Терапевтические сказки помогают решать насущные проблемы с детским поведением: капризы, непослушание, агрессия, страхи, упрямство, замкнутость, эгоизм, гиперактивность. Кроме того, они помогают прививать ребёнку необходимые черты характера, полезные навыки: самостоятельность, коммуникабельность, целеустремленность, ответственность.

В сказках главный герой сталкивается с той же проблемой, что на данный момент может присутствовать и у Вашего ребёнка. Сказочный герой, преодолевая разные препятствия, решает свою проблему, а ребёнок ассоциирует себя с этим героем, ему хочется быть во всём похожим на него.

Книга предназначена для чтения родителями детям.

ISBN 978-5-00080-043-0

© Крылышкина А.С., 2018
© ООО «Вариант», 2018

СОДЕРЖАНИЕ

Описание сказок

Как читать терапевтические сказки..... 7

ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ СКАЗКИ ДЛЯ ДЕТЕЙ 2-3 ЛЕТ

- Как Топотун с друзьями играть учился.....9**
(Проблема: отбирает чужие игрушки, дерётся)
- Как Цыпа капризничать перестала..... 14**
(Проблема: капризничает, часто плачет)
- Муравьишка-хвастунишка..... 17**
(Проблема: хвастовство)
- Как Тишка свои страхи прогнал.....19**
(Проблема: боязнь темноты)
- Смелый зайчик..... 21**
(Развитие уверенности в своих силах)
- Ищу доброе дело..... 23**
(Развитие желания помогать и делать добрые дела)
- Учимся дружить.....27**
(Проблема: неумение ладить с другими детьми,
отсутствие навыков совместной игры)
- Про бельчонка и котёнка.....31**
(Развитие навыков общения и совместных игр)

ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ СКАЗКИ ДЛЯ ДЕТЕЙ 3-5 ЛЕТ

- Будь правдив!..... 35**
(Проблема: ребёнок постоянно витает в облаках,
много фантазирует, не отличает выдумку от реальности)
- Верни чужое..... 38**
(Проблема: берёт чужое без спроса)
- Как Максик застенчивым был..... 41**
(Проблема: чрезмерная стеснительность,
застенчивость, неуверенность в себе, низкая самооценка)

Что произошло, когда Ляля есть отказалась.....	45
(Проблема: отсутствие хорошего аппетита, нежелание кушать овощи и другие полезные продукты)	
Как Павлик отказался в детский сад ходить.....	49
(Проблемы с детским садом)	
Как Тофик перестал темноты бояться.....	53
(Коррекция страхов, развитие смелости)	
Тигруша-болтуша.....	61
(Проблемы: гиперактивность, очень много и громко говорит)	
Непослушная «Р».....	66
(Проблема с выговариванием звука «р»)	
Будь собой!.....	73
(Проблемы: зависть, недовольство собой)	
Опасные шалости.....	78
(Проблема: нарушение запретов, связанных с безопасностью жизни)	
На чужом месте.....	82
(Проблема: обижает животных)	
Как Алёша дружил с Капризулькой, Нехотелкой и Наоборотиком.....	88
(Проблемы: упрямство и капризы)	
Торопыжка-Рыжик.....	101
(Проблемы: торопливость, «сам себе на уме»)	
Куда уходят страхи?.....	105
(Коррекция страхов, развитие смелости)	
Про дружбу.....	114
(Раскрытие понятия «дружба»)	
Давай договоримся!.....	118
(Развитие навыков коммуникабельности)	
Люблю всем помогать.....	119
(Привитие желания заботиться о других, помогать им)	
Я буду о тебе заботиться!.....	122
(Развитие ответственности)	
Как птенчик летать учился.....	126
(Преодоление страхов, развитие целеустремлённости)	

ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ СКАЗКИ ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 5 ЛЕТ

Как Маня и Ваня бабушке помогать научились.....	132
(Проблема лени, упрямства, баловства)	
Как Костя с родителями учился договариваться.....	138
(Проблема: непослушание, требование немедленного исполнения желания)	
Как Диана от хвастовства отучилась.....	143
(Проблема: хвастается, надсмехается над другими)	
Как Антон над товарищами смеялся.....	146
(Проблема: высмеивание других, хвастовство)	
Полезные дела.....	152
(Проблема: Чрезмерная самоуверенность, неумение предвидеть результат своих поступков)	
Есть ли у денежек ножки?.....	159
(Проблема: берёт чужое без спроса)	
Слушайте меня все!.....	166
(Проблема: много болтает, слишком много требует к себе внимания)	
А я баловаться люблю!.....	170
(Проблемы: агрессия, хулиганство, огрызается со взрослыми, перечит им)	
Кто кому завидовал.....	174
(Проблемы: зависть, недовольство собой)	
Как достичь желаемого.....	181
(Развитие смекалки и умения достигать поставленной цели)	
Сказка про Женю.....	184
(Развитие самостоятельности и ответственности)	
Володя и компьютер.....	189
(Проблема: компьютерная зависимость)	

ДОБРЫЕ СКАЗКИ

Как ёжик Валик приучился чистить зубы.....	195
Бегемотик-путешественник.....	196
Мышка-Аришка в цветных штанишках.....	197
Как Варя сочиняла сказку.....	199
Про добрую Бабу Ягу.....	201

СКАЗКИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Добрая мама.....	204
(Как жить в ладу с детьми)	
Сон Любояры.....	210
(Появление в семье второго ребёнка)	
Строптивая яблонька.....	215
(Позволим ребёнку идти своим путём)	
Мама, расскажи мне новую сказку!.....	217
(Как сочинить свою сказку)	
Как доброе красивое слово вылечить может.....	220
(О пользе добрых слов)	

Как читать терапевтические сказки

Вы находите сказку на волнующую Вас тему и вместе с ребёнком читаете эту сказку. По ходу чтения предлагаете ему ответить на вопросы (*они в сказках выделены курсивом*), обсуждаете с ним прочитанное. Если Ваш малыш ещё плохо разговаривает – всё равно задавайте вопросы. И, сделав паузу, сами на них отвечайте. Задавать вопросы по сюжету очень важно, поскольку это побуждает ребёнка глубоко вникнуть в сюжет терапевтической сказки.

Если ребёнок не желает отвечать на вопросы, то настаивать на этом не следует. К обсуждению можно вернуться после прочтения сказки.

Если проблема, поднятая в сказке, актуальна для ребёнка, он будет очень внимательно слушать её. Возникновение любых эмоций в ходе прочтения сказки указывает на то, что проблема актуальна для него. Значит, с этой сказкой надо продолжать работать и добиваться положительного результата.

По мере необходимости или по просьбе самого ребёнка можно снова и снова возвращаться к нужной сказке. Перечитывание поможет ему усвоить урок.

Не оставляйте без внимания комментарии и вопросы ребёнка. Они позволяют заглянуть в мысли ребёнка, в его внутренний мир. Можно не отвечать на вопрос ребёнка, а переадресовать ему самому, спросив его: «А что ты думаешь на этот счёт?»

Если Вам или ребёнку не нравится поворот сюжета, предложенный в наших сказках, то попробуйте совместно с ним придумать устраивающий Вас вариант поведения героя.

Важно, чтобы проблема решалась в сказке, это приведёт к решению проблемы в жизни.

Для большего эффекта, Вы можете устроить мини-театр и разыграть значимые для вас сказочные моменты. А также нарисовать их. Главное, чтобы ребёнок усвоил позитивное поведение и знал, как его проблема решается.

ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ СКАЗКИ ДЛЯ ДЕТЕЙ 2-3 ЛЕТ

Как Топотун с друзьями играть учился

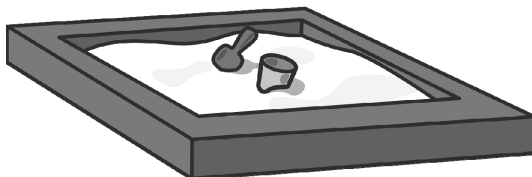
Проблема: отбирает чужие игрушки, дерётся.

Сказка про медвежонка учит ребёнка правильному общению со сверстниками, учит делиться своими игрушками. Ребенку объясняется, что жадничать и обижать других – это плохо.

Это сказка про медвежонка-задиру. Конечно, сам медвежонок не считает себя задирой – он просто не знает, как можно поступать по-другому. Медвежонок учится дружить с другими малышами. Он понимает, что играть дружно – веселее и интереснее.

Сегодня все малыши со своими мамами собрались на большой поляне. Сюда дядя Миша привез целый самосвал песка, и было решено устроить тут песочницу.

Волчонок и лисёнок принесли с собой ведёрки и грабельки, зайчонок привез игрушечный экскаватор, бельчата взяли формочки для песочных калачиков и лопатку, медвежонок пришел с грузовой машинкой, бобрёнок принёс леечку с водой и совочек.





Куча была большой, всем нашлось место. Ребятишки занялись игрой, а мамы сели под дерево поговорить о своих делах.

*Кто пришёл играть в песочницу?
Что зверята принесли с собой?*

Медвежонок Топотун покатал немного свой грузовик, потом ему захотелось насыпать в кузов машины песок. Он схватил экскаватор зайчика и потянул на себя. Зайчик, конечно же, был слабее медвежонка и выпустил игрушку из лап. Медвежонок стал экскаватором грузить песок в свой грузовик. А зайчонок сначала начал потихоньку всхлипывать, а потом громко заплакал.



Прибежала его мама. Забрала экскаватор у медвежонка и отдала зайчонку.

У медвежонка был игрушечный грузовик? А лопатки не было? И совочка не было? Как же грузить машину? Что сделал медвежонок Топотун? Отобрал у зайчика экскаватор? Почему зайка заплакал? Ему было обидно, что у него забрали игрушку? Он не мог забрать свой экскаватор назад? Кто ему помог?

Тогда медвежонок Топотун пошел к волчонку и схватил его грабельки. Но волчонок не хотел отдавать их медвежонку. Топотун как зарычит на него! Волчонок бросил грабли и отскочил в сторону от страха.

Чего испугался волчонок? Медвежонок? Как тот страшно рычит? А как рычал медвежонок? А почему он рычал, зачем? Чтобы напугать волчонка и забрать его грабельки? А-я-яй!

Попробовал медвежонок граблями песок грузить в кузов машинки – ничего не получается. Откинул он грабли и стал смотреть, что ещё есть у других малышей.

Вон у лисёнка ведёрко есть. Топотун толкнул лисёнка, взял его ведёрко и к бельчатам за лопаткой пошёл.

Почему Топотун лисёнка толкнул? Лисёнку больно было? Что медвежонок у бельчат забрать хотел? А можно ли брать игрушки у других, не спрашивая разрешения? Это плохо? Плохо обижать других?



Но не успел Топотун бельчат обидеть. Только замахнулся на бельчат ведёрком, вдруг чувствует, кто-то его назад за штаны тянет.



Оглянулся, а это бобрёнок схватил его и держит. Маленький какой, а сильный!

– Ты зачем всех обижаешь? Игрушки у малышей отбираешь? – спрашивает бобрёнок у медвежонок.

– Хочу и отбираю! – огрызнулся Топотун. Потом замахнулся свободной лапой:

– Отпусти, а не то я тебя стукну!

Но стукнуть не удалось. Топотун наступил в ямку и повалился на бок.

– Ой-ой! – сказал Топотун, потирая ушибленную лапу.

– Зачем ты игрушки отбираешь? – снова спросил бобрёнок.

– Я хочу в машину песок нагрузить, а лопатки у меня нет! – ответил медвежонок.

– А почему ты вежливо не попросишь лопатку или совок?

– Я не умею... – сказал Топотун.

– Я тебя научу! – бобрёнок подошёл к бельчатам:

– Дайте, пожалуйста, лопатку чуть-чуть покопать! А я вам свою леечку поиграть дам!

Бельчата ему тут же протянули лопатку.



Кто не позволил медвежонку обидеть бельчат? Бобрёнок был сильным? Он не боялся медвежонка? Почему не боялся? Потому, что смелый был? Почему медвежонок игрушки у других отбирал? Не знал, что можно попросить разрешения покопать совочком или поиграть экскаватором? Бобрёнок научил медвежонка меняться игрушками?

– А теперь извинись перед зайчонком и предложи ему поменять экскаватор на твой грузовик. Ты будешь нагружать песок в кузов, а он увозить. И у лисёнка попроси прощения и позови его, помогать тебе грузить песочек.



Зайчонок, поняв, что медвежонок не будет его больше обижать, согласился обменяться игрушками.

Правильно, что нужно извиниться за своё плохое поведение? Чтобы на тебя друзья больше не обижались?

Бобрёнок показал волчонку, как подгрести грабелями песок поближе к машинке. А бельчатам посоветовал наделать побольше калачей, чтоб «накормить» потом всех строителей.

Медвежонку понравилось играть с ребяташками дружно.

Хорошо играть всем вместе?

Вечером на детской площадке медвежонок сам первый предложил бельчатам обменять на время свой велосипед на их самокат. А с лисенком Топотун поделился своими кубиками, и они вместе построили высокую башенку.

А с зайчиком и волчонком Топотун играл в мячик, который ему только вчера подарила бабушка.



Медвежонок теперь знал, что вместе играть веселее, что игрушками можно обмениваться, а иногда и просто делиться. А драться ему теперь совсем не хотелось.

Как медвежонок играл с друзьями вечером на детской площадке? Дружно? Он делился своими игрушками? Ему было весело? А другим зверятам? Тоже весело?

Медвежонок больше не дрался? Он теперь со всеми дружил? Дружить хорошо?

Как Цыпа капризничать перестала

Проблема: ребёнок капризничает, часто плачет.

Сказка показывает детям, что капризничать – нехорошо. Малыши учатся общению без слёз, без хныканья. В сказке говорится о том, что все вопросы можно решать без нытья.

В этой сказке маленькая Цыпа привыкла всё решать слезами. Чуть что не так, она – в крик. Кому это понравится? Вот и рассердился на неё Бубука и заколдовал. Поняла малышка, что капризничать – это плохо. И не стала больше хныкать.

Маленькая Цыпа плакала по любому поводу. Мама-курица не разрешает гулять в чужом дворе – Цыпа в слёзы: «Хочу туда! А-а-а!». Не получается у малышки цветочек сорвать – опять плачет. Братишка случайно её крылышком задел – снова слёзы рекой: «Ой-ё-ёй! О-ё-ёй!».



Папа-петух занят и не может её на спине покатавать – Цыпа в крик-плач: «Хочу кататься! А-а-а!». Мама спать зовёт, Цыпа и тут не может без капризов: «Не буду спать! Не хочу! У-у-у!».

*Как плачет Цыпа?
А-а-а! У-у-у! Ой-ё-ёй! Много у
неё слёзок? Громко Цыпа
кричать умеет? А ты
любишь плакать?*

Жил рядом с птичьим двором Бубука. Надоело ему слушать, как Цыпа плачет и плачет и превратил он её в муравьишку.

Вот Цыпе захотелось зёрнышек поклевать, побежала она к маме:

– Мама, мама! Я кушать хочу!

А мама её не слышит, и не видит даже (ведь Цыпа теперь муравьишкой стала).



Муравьишка маленький? А курочка большая? Не слышит мама-курочка, как Цыпа её зовёт. Не знает мама-курочка, что Цыпа муравьишкой стала. Что же теперь делать Цыпе? Кто же ей помочь сможет? Вот уж слёзки начали капать...

Хотела малышка Цыпа опять заплакать, но тут к ней бабочка подлетела:

– Ты, Цыпа, всё время хнычешь, хнычешь, вот Бубука тебя и заколдовал. Устал он от твоего плача, от твоих капризов. Да и нам всем нелегко от этого. Ты слёзки вытри, а я подскажу тебе, что делать надо, чтобы обратно цыплёнком стать.

Цыпа послушала бабочку и вытерла слёзы.

– Видишь, у сарая корзинка стоит? – спросила бабочка Цыпу. – Нужно тебе в корзину собирать земляники. Бубука



ягоду очень любит. Он съест её и добрым станет. Тогда ты смело к нему подходи и обещай, что плакать по пустякам больше не будешь. Он тебя расколдует и ты снова цыплёнком станешь. Только ты своё обещание выполняй, а то Бубука тебя ещё в кого-нибудь превратит.

Ты ягоду кушать любишь? Бубуке ягода нравится, он от неё добрым становится. Покажи, как Цыпа ягодку собирать будет. Много нужно ягоды? А ещё Бубука хочет, чтобы Цыпа больше не плакала. Цыпа постарается больше не плакать?

Цыпа долго собирала землянику (ведь она была маленьким муравьём). Но к вечеру корзина была полна красных ягод.

Бубука наелся ягоды и подобрел. Он поверил Цыпе, что она не будет больше плакать и сделал её снова цыплёнком.

Радостная Цыпа побежала к маме с папой и своим братишкам и сестрёнкам.

И, как будто, чудо случилось с ней – перестала Цыпа капризничать.

Если она что-то очень хотела, то она подходила к маме и говорила ей об этом. И соглашалась даже немного подождать. Или брала маму за крылышко и вела её в нужное

место, например, к кустику, на листочке которого спряталась вкусная гусеничка.

Мама её понимала и помогала ей. И Цыпа старалась маме с папой во всём помогать. И всем было хорошо.



Сдержала Цыпа своё обещание больше не плакать? Она стала послушной? Она теперь не хнычет? Не капризничает? Умница Цыпа? Как она себя ведёт? Хорошо?

Муравьишка-хвастунишка

Проблема: хвастовство.

Сказка помогает ребёнку понять, что хвастаться некрасиво, нехорошо, что из-за этого можно даже в беду попасть.

Маленький муравьишка был хвастунишкой и зазнайкой и из-за этого он чуть не погиб. После чудесного спасения желание хвастаться у него пропало.

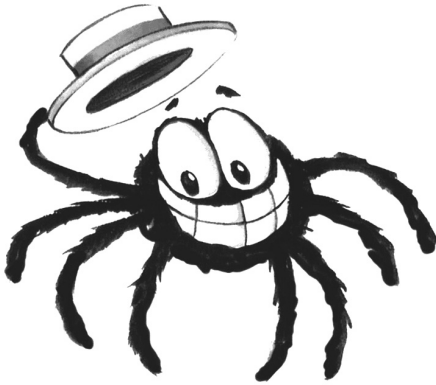
Пошёл один раз муравьишка гулять. Встретил жука и стал хвастаться:

– Я умею играть в одну интересную игру, но в какую – я тебе не скажу, хотя ты мой хороший друг. А ещё я могу поднять бревно. Вот, какой я сильный! – сказал и побежал дальше.

Повстречал подружку-гусеницу и снова стал хвастаться:

– Я самый сильный в лесу! Я могу бревно поднять! И секрет я один знаю! Но тебе про него не скажу!





А потом муравьишка встретил паука. И ему стал хвастаться. А паук замахал на него лапками и говорит:

– Если ты перепрыгнешь через мою паутину, то я поверю, что ты самый сильный, самый ловкий, самый умный!

Муравьишка прыгнул и попал прямо в паутину.

Злой паук хотел погубить маленького муравья, а тот стал звать на помощь.

Его крик услышали жук и гусеница и прибежали на выручку. Жук стал летать возле паука, жужжать, отвлекать его от муравьишки. А гусеница спустилась с ветки на своей ниточке, муравей за неё ухватился и отлепился от паутины.

Так жук и гусеница спасли муравьишку-хвастунишку. Вот это – настоящие друзья! А муравью после этого больше не хотелось хвастаться.

Как маленький муравьишка бегать умеет? Покажи.

А покажи, как он ветки большие поднимает. Много у него силы? Да, муравей очень сильный, он может тяжёлый груз нести.

А маленький муравьишка ещё и хвастливым был. Про интересную игру никому не захотел рассказать! А паук ему встретился хитрый, решил муравьишку обмануть.

Кто прибежал спасать муравьишку? Как жук летал и жужжал? Спасли гусеница и жук муравьишку? Муравьишка стал умнее? Не будет он

больше попадать к пауку в паутину? И хвататься он не будет? Он, наверное, пойдёт маме с папой помочь? Силу свою тренировать?

Как Тишка свои страхи прогнал

Проблема: боязнь темноты.

Сказка про зайчонка Тишку помогает корректировать эти страхи, подсказывает малышу, как с ними справиться, как победить их. В сказке зайчонок придумывает волшебное заклинание, которое помогает прогнать все его страхи.

Зайчишка Тишка был ещё совсем малыш, но хотел поскорее вырасти и стать таким, как его папа. Быстрым, ловким и, конечно же, смелым.

Когда на дворе светило солнышко, Тишка тоже ничего не боялся. Он весело прыгал возле своей норки, играл под деревом с белочками. При опасности, если он чувал, что сюда бежит лиса или волк, он мог сразу же спрятаться в своей норке. А там Тишку никто не достанет.



Но когда наступала ночь, Тишке становилось страшно. Он спал один в своей маленькой кроватке, и в темноте ему казалось, что вокруг бродят разные Буки, Вяки, Зюки.



Хотя мама и убеждала его, что никаких страшилок в комнате нет, Тишка всё равно их боялся.

Сегодня зайчишка решил спрятаться от всех страшилок, которые бродят в темноте. Как только он лёг в кроватку, он сразу же закрыл лапками глаза и прошептал:

– Никого здесь нет, никого здесь нет! Уходите страхи к тёте Черепахе!

Когда Тишка убрал с глаз лапки, то ему показалось, что страхов, и правда, стало поменьше. Вон в том углу уже нет Зюки. И Бука какой-то совсем маленький стал. Но вот Вяка всё ещё вякал, сидя на шкафу. И Пых пыхтел из под кровати.

«Надо ещё раз спрятаться!» – подумал зайчонок и снова закрыл лапками глаза: «Никого здесь нет, никого здесь нет! Уходите страхи к тёте Черепахе! Уходите страхи к тёте Черепахе. Уходите страхи к тёте Черепахе...», – Тишка почти уже засыпал.

Он приоткрыл один глаз и убедился, что теперь всё спокойно, ни Буки, ни Вяки, ни Пыха нет. Можно спокойно спать.



И всё же Зайчишка ещё раз прошептал чуть слышно: «Никого здесь нет, никого здесь нет. Уходите страхи к тёте Черепахе...». И крепко уснул.

Теперь Тишка, когда появлялись страхи, играл с ними в прятки, и те не могли его найти.

Вскоре им надоело искать зайчишку Тишку, и они куда-то ушли. И больше не появлялись.

Зайчонку Тишке хотелось быть смелым? Днём он никого не боялся? А ночью становилось страшно? А кого он боялся? Буку и Зюку? Зайчик решил от них спрятаться? Он лапками глазки закрыл? Покажи, как он это сделал. А что Тишка страшилкам сказал? «Никого здесь нет, никого здесь нет! Уходите страхи к тётке Черепахе!». И страхи исчезли? Вот какой зайчик молодец!

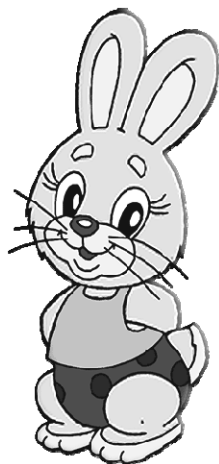
Смелый зайчик

Сказка про смелого зайчика помогает развить в ребёнке смелость, уверенность в своих силах, сказка учит преодолевать свои страхи и жизненные трудности, а также помогать своим друзьям.

Жил-был зайчик. Он был очень смелый.

Однажды пошёл заяц на реку и нашёл на берегу синюю палочку. Он решил взять эту палочку с собой.

Когда зайчик вышел из лесу на полянку, он увидел своего друга хомячка. Возле него была большая собака, которая лаяла на хомячка и не давала ему убежать.





Зайчик немножко испугался, но потом как прыгнет высоко-высоко! Смелый зайчик заскочил на пенёк и забарабанил по нему лапками, а потом выставил вперёд себя синюю палочку, как меч, чтобы напугать собаку и прогнать её.

О, чудо! Собака стала уменьшаться в размерах и стала как маленький жучок. Она жалобно заскулила и убежала прочь. Зайчик с хомячком обрадовались и стали играть в прятки. А волшебную палочку смелый зайчик подарил хомячку.

Что нашёл зайчик на берегу реки? Он взял палочку с собой? Кого увидел зайчик на полянке? Хомячку было страшно, когда собака лаяла? Почему? Потому, что хомячок - маленький, а собака - большая? Она громко лаяла на него? Как зайчик решил прогнать собаку? Что он сделал? Подпрыгнул? Покажи как! Забарабанил по пню лапками? Это как? А как зайчик палочку вперёд выставил? Зайчик - смелый? Он победил собаку? Он молодец, что не испугался и спас друга?