





С. Михалков,
М. Пляцковский,
С. Прокофьева...

СКАЗКИ ОТ ЗАВИСТИ



«МАЛЫШ»

Эта книга принадлежит
самому любимому малышу, которого зовут

.....



! Психологи утверждают, что, просто читая детям каждый день сказки, вы повышаете их IQ, пополняете словарный запас и формируете навыки чтения!

СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ

Что такое сказкотерапия?

Как сложно найти волшебный ключик к душе ребёнка! Без сказок тут не обойтись. Слушая их, представляя себя тем или иным персонажем, ребёнок раскрывается для общения, проживает различные жизненные ситуации и учится взаимодействовать с окружающим миром. В этом и заключается всемирно известный метод сказкотерапии.

Чтобы при помощи сказки что-то объяснить или решить психологическую проблему, нужно выбирать максимально приближенные к вашему ребёнку сюжет и персонажей (пол, возраст, особенности поведения). Важно, чтобы он действительно почувствовал себя главным героем. Без этого сказка не работает!

Необязательно проигрывать всю сказку, достаточно обратить внимание на ключевые фрагменты. Остановитесь на описании проблемы и попросите ребёнка продолжить. Или сыграйте, например, сначала в зайчишку-трусишку, а потом в смелого зайца. Обсудите, как малышу больше понравилось поступать и почему. Затем предложите нарисовать знаковый для ребёнка положительный момент — как герой победил свой страх, стал чистюлей и т. п. Тем самым вы закрепите результат.

Этапы занятия:

1. Вы читаете / рассказываете / проигрываете сказку.
2. Ребёнок представляет себя на месте героя.
3. В воображении он проходит сказочный путь вместе с героем.
4. Он видит ситуацию со стороны, что не может сделать в обычной жизни.
5. Он сам делает выводы, так как «прожил» весь сказочный сюжет.

Почему дети завидуют?

Многие думают, что зависть — это плохо.

Но сами по себе эмоции и чувства не являются плохими или хорошими, они могут быть приятными или неприятными.

Так и зависть. Вы же наверняка слышали про чёрную и белую зависть.

В чём же разница?

Давайте разберём на примере:

Друг Пети выиграл в соревнованиях по бегу, а Петя финишировал предпоследним.

Какие могут быть реакции?

«Повезло же ему! Везёт же всяким дуракам!»

Так обесценивают усилия и даже унижают того, кто обладает желаемым. При этом снимается ответственность с себя. Детям часто свойственна эта позиция, потому что они ещё могут не понимать причинно-следственные связи, их эмоциональный интеллект ещё созревает, самоконтроль только формируется. Поэтому иногда детям кажется, что кто-то как будто специально выполняет всё «хорошо», чтобы сделать им «плохо» (выиграл специально, чтобы обидеть).

«Повезло же Пете, я тоже хочу победить в следующий раз! Буду больше тренироваться!»

Чувствуете разницу?

Здесь зависть является лишь маркером того, что человеку хочется. Желание превращается в цель, и составляется план по её достижению. Именно это — позитивное проявление зависти.

Задача родителей — помочь детям переживать зависть именно так.

Как это сделать?

Работайте с ребёнком по шагам и научите его:

1. Замечать свои желания. Я хочу то, что есть у Васи? А что именно из этого я хочу?
2. Оценивать значимость желания. Насколько сильно я этого хочу?
3. Ставить цель (максимально конкретно).
4. Составлять план действий.
5. Переходить к достижению желаемого.

Ирина Терентьева, психолог, сказкотерапевт