

Казкотерапія в сім'ї.

Особистість формується в дитинстві і казко терапія – це один з самих кращих способів донести своїй дитині складні питання, які їй легше сприйняти та зрозуміти через казку.

Казкотерапія - це спосіб зблизитися зі своєю дитиною.

Чим відрізняється казка від казкотерапії?

Звичайні казки в дітей можуть викликати просто інтерес та зацікавленість. А терапевтичні казки – це спосіб рішення конкретної проблеми, конкретної дитини.



Головна користь казкотерапії:

Якщо в казці почуття героя відображають почуття дитини в подібній ситуації (наприклад, в казці зайчик боїться темряви і дитина розуміє, що він також боїться темряви) тоді дитина переймає історію на себе і вчиться тій поведінці, яке пропонується в казці для вирішення даної проблеми.

Терапевтичні казки можна придумувати самотійно, але важливо дотримуватись деяких правил!

Розповідаючи казку, не забувайте, що це фантазія, і намагайтеся, щоб кількість позитивних моментів приблизно дорівнювала кількості негативних.

Щоб дитина краще зрозуміла, в чому полягає правильність поведінки, використовуйте наголос.

Стежте, щоб таких слів, як впав, розбився, жахливий, злий... було трохи менше і переважали слова: дружити, сміливий, добрий, гарний, красивий...

Як провести казкотерапію?

Для казкотерапії не важливо чия це буде історія: ваша, авторська чи народна, головне тут вибрати історію, яку вашій дитині не набридне слухати кілька разів поспіль. В кінцевому разі ви зможете розповісти одну і ту ж історію, лише проектувати її на проблеми, які виникають і підбирати вирішення проблеми, яка його турбує. Щоб було ще легше, можна наштовхнути малюка самого розібратися, задаваючи йому різні запитання та пропонувати йому самому скласти казку.

ВАЖЛИВО:

- не використовувати казкотерапію одразу після неприємної історії, надати дитині часу щоб заспокоїтися;
- для кращого сприйняття давати слухати казку перед сном (вдень, вночі);
- краще починати зі слів «давним –давно»... Дитина легко перносить в казку і їй легше уявляти і фантазувати.

Казкотерапія – це найкращий спосіб зняти втому і напругу. Якщо дитина емоційно налаштована негативно, сеанс казко терапії допоможе їй заспокоїтися і розлабитися.

Терапевтичні казки:

«Як привчити дитину до горщика»

«Казка про страх темряви «Тимошка і Темнота»

«Коли дитина не розтається з комп'ютером. Федя і комп'ютер»

«Королівство ледарів»

«Казка про печальну. Якщо дитина не хоче йти до дитячого садочка»

«Казка про образу»

та інші казки ви можете знайти на сайті:

<https://dytpsyholog.com/2015/12/13/список-терапевтичних-казок/>

