

# Содержание

О книге Оксаны Степановой «Сказки-подсказки для детей и их родителей» .....	4
Введение .....	7
<b>Глава 1. Сказки-подсказки для детей .....</b>	<b>11</b>
Дружная команда .....	12
Неразлучные друзья .....	15
Сказка о волшебных превращениях Зины-Капризины .....	19
Девочка Людочка и колдунья Лень .....	22
Сказка о ежике Забияке .....	25
История о Морской Звездочке и потерянной ракушке .....	29
Жадный Андрюша .....	32
Сказка про Страшульку и мальчика Сашульку .....	35
Чужая игрушка .....	38
<b>Глава 2. Практические советы и рекомендации для родителей .....</b>	<b>41</b>
Маленький жадина .....	42
Детское воровство .....	43
«Ребята, давайте жить дружно!» .....	44
«Не хочу, не буду...» .....	45
Страхи и пути их преодоления в раннем детском возрасте .....	46
Определяем тип темперамента ребенка .....	50
Пять тактик семейного воспитания .....	52
Волшебные рекомендации по созданию сказки .....	54
<b>Глава 3. Сказки-подсказки для взрослых .....</b>	<b>55</b>
Встреча с мечтой .....	57
Обретение мудрости .....	59
Сказка про озорство .....	62
Разговор с сердцем .....	65
Мозаика .....	67
Соловей и ежик .....	71
Майя .....	74
Сказка о Небесной Фее .....	77
Детские мечты .....	80
Вместо послесловия .....	82
<b>Приложение. Психологические игры для детей и родителей .....</b>	<b>84</b>
Раскраски (на отдельных листах) .....	88

## О книге Оксаны Степановой «Сказки-подсказки для детей и их родителей»

**Н**аверное, один из самых тонких вопросов воспитания — это помощь детям в формировании здорового характера. Маленький человек приходит в мир с большим потенциалом талантов. В нем также заложены некие черты характера, которые ему предстоит развить, работая над собой.

Можно сказать, что в младенчестве черты характера существуют в виде «семян», которые еще не «взошли». К пяти годам, когда ребенок переживает «второе психологическое рождение», «ростки характера» уже доступны нашему наблюдению. Мы можем видеть, как растут «полезные культуры» — терпение, здравомыслие, изобретательность; и как бойко тянутся вверх «сорняки» — жадность, лень, гневливость, своенравие.

Характер ребенка подобен саду — в нем есть семена, посаженные Богом, есть — посаженные родителями, воспитателями. Есть и «сорняки» — их вроде бы никто и не сажал, но они всегда растут сами. И тот, кто хоть раз работал в саду, знает, что сорные травы имеют подчас гораздо большую силу, чем полезные культуры.

Чтобы вырастить то, что пригодно в пищу или дарит красоту, требуются труд, терпение и уход. Ни один добрый садовник не станет злиться и ругать сорняки. Нет, он изучит сорняк и поймет, как выдолоть его так, чтобы он больше не вырос.

Родители подобны добрым садовникам. Они внимательно наблюдают за «садом характера» ребенка, чтобы распознать всходы. Не бывает таких садов, в которых росла бы только сорная трава! Даже в самых запущенных садах можно найти полезные культуры. А если у садовников хватает терпения, наблюдательности, трудолюбия, чувства юмора, изобретательности — их сады будут дарить радость не только им, но и всем, кто их видит.

У каждого садовника под рукой есть инструменты: лопата, грабли, тяпка, перчатки, ведра. Есть удобрения и витамины, есть и специальные «лекарства». Кроме того, садовники постоянно повышают свою квалификацию, следят за новинками.

Так и у родителей-«садовников», «возделывающих характер» ребенка, есть свои инструменты. И особое место среди них занимает Добрая точная сказка. Она может быть и «лопатой», и «граблями», и «удобрением», и «витаминами».



Пока ребенок маленький, за его «садом характера» постоянно следят родители. Когда же он перешагивает рубеж пятилетия, постепенно крепнет его способность ухаживать за собственным «садом» самостоятельно, и родителям предстоит научить ребенка навыкам «возделывания сада».

Поэтому в новой книге замечательного, по-настоящему профессионального сказкотерапевта Оксаны Степановой есть сказки и задания и для детей, и для взрослых. Добрые точные сказки, сочиненные Оксаной и другими сказкотерапевтами, — прекрасные инструменты для возделывания «сада характера» ребенка и помощи ему в превращении в Доброго Садовника — того, кто стремится познать себя, раскрыть свои возможности и жить в мире с близкими людьми и Мирозданием.

*Татьяна Зинкевич-Евстигнеева,  
доктор психологии,  
директор Международного института  
Комплексной сказкотерапии*



Светлой памяти моих родителей  
Владислава Васильевича и Нелли Петровны  
посвящается эта книга...

Дороже, чем дети, найдется ль у нас достояние?  
Они за благие деяния – даяния...

*Индийский афоризм*

## ВВЕДЕНИЕ

**Р**абота над этой книгой стала для меня источником радости и вдохновения. На мой взгляд, когда человек занимается любимым делом и может поделиться плодами своего труда с другими, это всегда доставляет ему огромное удовольствие. Прежде всего я бы хотела поблагодарить всех родителей и детей, моих клиентов, которые доверили мне как специалисту сопровождать их на пути, именуемом процессом воспитания. Мне очень нравится это замечательное слово, оно несет в себе такое глубокое значение. Только вслушайтесь в его звучание: воспитание — «в-ось-питание»<sup>1</sup>.

Да, это очень важно — напитать душу ребенка любовью. Я благодарна всем клиентам за уникальную возможность быть причастной к их переживаниям, за их готовность к совместному творчеству со своими детьми, за энтузиазм и поддержку, которые помогли мне написать эту книгу.

Отправной точкой для ее создания стали мои размышления о том, что работа с обратившимися к психологу родителями обычно ведется в формате консультаций, в то время как для ребенка та же проблема требует решения совсем в другом формате.

И в этой книге я разместила материалы таким образом, чтобы читатели смогли почувствовать разницу в подходе к работе с детьми и взрослыми над одним и тем же запросом. Для мам и пап я изложила информацию так, как делала бы это на консультации, сочетая теоретические выкладки и практические рекомендации; а также приготовила специальные сказки, которые помогли бы им наполнить созидательной энергией своего Внутреннего ребенка. А для детворы вся работа «упакована» в чудесные волшебные сказки на те же важные темы, с интересными заданиями в конце каждой истории.

Мне кажется, что детей можно назвать своего рода «инопланетянами» на нашей взрослой планете. Они видят мир особенным образом. Мне часто приходится наблюдать ситуации, когда взрослые хотят помочь своему ребенку, но не знают, как это сделать. Многим известно, что долгие нотации, крики или уговоры не дают нужных результатов. Бывает так, что родители не могут найти подходящих слов или просто выразить свои чувства. Представьте себе состояние

---

<sup>1</sup> По словам Ш.А. Амонашвили, воспитание — это «питание духовной оси».



ребенка, которому кажется, что в целом мире его никто не понимает и он оставлен один на один со своей проблемой. Поэтому так важно не только слышать ребенка, но и понимать его истинные мотивы и потребности.

Мне очень нравится, что моя профессия помогает мне быть «переводчиком» со «взрослого» языка на «детский» и наоборот. А еще меня радует, что в процессе взаимодействия на занятиях дети и взрослые начинают лучше понимать и себя, и друг друга, а со временем — говорить на одном языке, языке взаимопонимания. И помогают им в этом волшебные сказки.

Я хотела бы немного приоткрыть завесу тайны и рассказать вам, как происходит встреча взрослых и детей со сказкотерапией.

Родители, записываясь на консультацию, примерно представляют, как она будет проходить. Все верно: я беседую с ними исходя из запроса, с которым они приходят. Обязательно напоминаю им о закономерностях возрастного развития детей, даю рекомендации. Затем мы разбираем возможные варианты эффективного решения сложившейся ситуации. Однако после консультации взрослые часто признаются, что перед консультацией их в большей степени интересовало, как будет проходить мое общение с ребенком. Многие из них испытывали волнение по этому поводу.

Как правило, с детьми все складывается наилучшим образом. Слово «диагностика» на самом деле больше пугает взрослых. Диагностика проводится в игровой форме и доставляет детям большое удовольствие. В своей практике я использую проективные техники и методы Комплексной сказкотерапии<sup>2</sup>. Большой популярностью у детей и взрослых пользуются песочная терапия, куклотерапия.

После первых встреч между мной и ребенком устанавливаются доверительные отношения, а потом...

...А потом начинается волшебство встречи со сказкой!

Ведь именно здесь, в мире фантазии, ребенок чувствует себя «как рыба в воде». Все дело в том, что фантазия является для детей наилучшим способом анализа окружающего мира. Это их язык, который взрослые просто позабыли. А вот на совместных детско-родительских занятиях случаются чудеса! Взрослые начинают вспоминать целительную силу сказочного слова. Ведь в сказке ребенок может увидеть похожую на свою проблемную ситуацию сказочного героя и встретить возможности ее разрешения, при этом без назиданий и жестких инструкций.

Все сказочные истории, которые вы найдете в первой главе этой книги, были написаны мной для детей, чьи родители обращались ко мне с различными запросами психологического характера. Все это и легло в основу девяти авторских сказок, представленных в данной книге.

*С какими вопросами и проблемами помогут поработать волшебные сказки-подсказки?*

- Познание себя, своих особенностей.
- Регуляция эмоционально-волевой сферы.
- Трудности, связанные с общением (с родителями и сверстниками).

---

<sup>2</sup> Авторство метода Комплексной сказкотерапии принадлежит Татьяне Дмитриевне Зинкевич-Евстигнеевой, доктору психологических наук, директору Международного института сказкотерапии.



- Страхи и тревожные состояния.
- Несоблюдение социально-нравственных норм поведения (ложь, воровство).
- Формирование самооценки (работа с переживаниями по поводу чувства неполноценности).

#### *Как работать со сказкой?*

Родители часто спрашивают меня о том, как работать со сказкой. Это хороший вопрос. Самое главное, на мой взгляд, — это особый душевный настрой, с которым вы будете читать сказочную историю. Позвольте себе посвятить 25–30 минут времени душевному общению со своим ребенком.

- Старайтесь читать сказку неторопливо, выразительно, эмоционально окрашивая речь героев. При этом наблюдайте за реакцией ребенка (напряжен, внимательно слушает, замер, двигательльно расторможен).
- Желательно после прочтения обсудить сказку. Можно пользоваться вопросами, которые даны после каждой истории. Попросите ребенка высказать все, что он чувствует, думает. Уточните, что взволновало его больше всего.
- Важное напоминание! Помните о принципе безоценочности. Будет чудесно, если вы откажетесь от выражений «неправильно», «неверно» и будете использовать такие речевые обороты, как: «Позволь, я поделюсь с тобой своим мнением...», «На мой взгляд...»
- Замечательно, если после беседы ребенок нарисует картинку к сказке. Предложите ему изобразить самый яркий для него эпизод.

Если же ваш малыш предпочитает лепку, предложите ему вылепить из пластилина понравившегося сказочного героя. Если вы знакомы с песочной терапией, проиграйте сказку в песочнице, используя подходящие фигурки. Такая творческая деятельность позволит ребенку лучше прочувствовать историю и будет способствовать релаксации.

Но самое важное: прочитав эту книгу, вы сами сможете придумывать сказки вместе с ребенком. Совместное творчество поможет вам заметно улучшить ваше взаимопонимание с ребенком.

А закончить свое введение мне хотелось бы словами известного психолога и психотерапевта Дорис Бретт<sup>3</sup>:

*«Нам, взрослым, следует помнить, что если мы хотим научить ребенка чему-либо или передать ему какую-то важную мысль, нужно это делать так, чтобы это было узнаваемо, удобоваримо и понятно. Общаясь с детьми, старайтесь говорить с ними на языке, который им понятен и на который они лучше отзываются, — на языке детской фантазии и воображения.»*

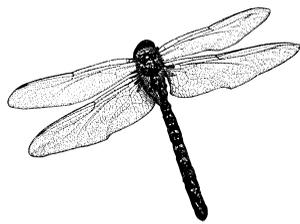
Удачи вам и взаимопонимания!

<sup>3</sup> Бретт Д. «Жила-была девочка, похожая на тебя...». Психотерапевтические истории для детей. М.: НФ Класс, 1996. С. 12.



## От издательства

Хотим обратить особое внимание наших читателей на то, что к книге прилагаются раскраски. Это отдельные листы – рисунки, основанные на сюжетах представленных в книге сказок. Ребятам доставляет большое удовольствие еще раз встретиться с уже знакомыми героями. Рисование закрепляет эмоциональное воздействие, оказанное сказкой. Взрослые могут предлагать детям раскрашивать соответствующий рисунок после прочтения каждой сказочной истории или же сделать сюрприз после прочтения книги, предложив все картинки одновременно. Дети могут раскрашивать картинки самостоятельно или вместе со взрослым. Это то совместное занятие, которое может способствовать развитию и углублению детско-родительских отношений, сближению членов семьи.



Глава I

# Сказки-подсказки для детей

# Дружная команда



Автор  
**Оксана Степанова**

*Возраст:* 5–8 лет.

*Проблемы:*  
трудности в общении со  
сверстниками в новом  
коллективе; неумение  
устанавливать контакты;  
зажатость.

**С**егодня я приготовила для вас историю, которая произошла в Царстве Насекомых. Сколько там удивительных жителей обитает!..

Взять хотя бы муравья Андрейку. Вот с кого бы многим пример брать! Трудится не покладая лапок, еще и друзьям помогать успевает.

Жучок Жужик с божьей коровкой Крапинкой тоже даром времени не теряют, листочки от тли освобождают.

Бабочки-подружки Василинка и Маринка нектар сладкий с цветов собирают, а заодно и пыльцу переносят.

А светлячок Фонарик, как всем известно, по ночам путникам помогает дорогу домой найти. Стрекоза Зузя до сих пор его благодарит — он ее выручил, когда она



у подружки на соседнем лугу заигралась допоздна. Кто знает, что было бы, не окажись рядом ее друга светлячка Фонарика.

Вот так наши друзья жили, в гости на чай друг к другу ходили. Концерты праздничные на дни рождения устраивали, а в выходные собирались, чтобы поиграть в футбол капельками росы или в догонялки.

А больше всего нравилось нашим друзьям собираться по вечерам под уютным большим лопухом. Светлячок зажигал свой фонарик, а остальные по очереди рассказывали чудесные сказки. Тому, кто придумывал самую интересную сказку, в качестве приза доставалась ягода-малинка.

Старались все.

Надо заметить, что не так давно рядом с этим лопухом поселился паук. Звали его Гоша. Гоша умел плести паутину и был не очень разговорчив. Зато паук любил слушать, а тут такая удача! Каждый вечер новая сказка!

Гоша, конечно, хотел быть поближе к остальным, но как это сделать, он не знал. Поэтому паучок сплел паутину побольше, оплел ею весь лопух и расположился поудобнее в ожидании вечера.

И вот вечер наступил.

Все насекомые спешили на любимую полянку. Каково же было их удивление, когда вместо зеленого лопуха они увидели завесу из паутины с раскачивающимся в середине пауком!

«Ж-ж-ж! Это что за безобразие?» — строго спросил жучок Жужик.

«И ведет себя так, как будто он тут самый главный», — пропели тоненькими голосками бабочки Василинка и Маринка.

Поднялся невообразимый галдеж. Гоша растерялся. Он не знал, что ответить, а главное — кому, ведь все говорили одновременно. Хорошо, что божья коровка Крапинка остановила этот шум и гам: «Друзья мои, давайте



для начала дадим новичку возможность представиться и объяснить, как он здесь оказался и что тут делает».

Гоше сразу стало легче. Немного смущаясь, он рассказал, что недавно переселился в эти края и случайно оказался слушателем вечерних сказок друзей. «Знаете, а ведь у меня тоже есть своя сказка. Я мог бы вам ее рассказать», — предложил Гоша.

Друзья посоветовались и вскоре согласились. О, это была чудесная история, которая не оставила равнодушным никого. Когда Гоша закончил рассказывать, раздались бурные аплодисменты. Так тепло и хорошо на душе у Гоши давно не было.

В этот вечер паучок Гоша был признан талантливым сказочником и награжден малинкой.

С тех пор он и остальные обитатели Царства очень подружились. Гоша сплел всем чудесные гамаки, в которых было так приятно раскачиваться под летним звездным небом, слушая волшебные сказки, которые, казалось, приходили откуда-то сверху, с самых звезд.

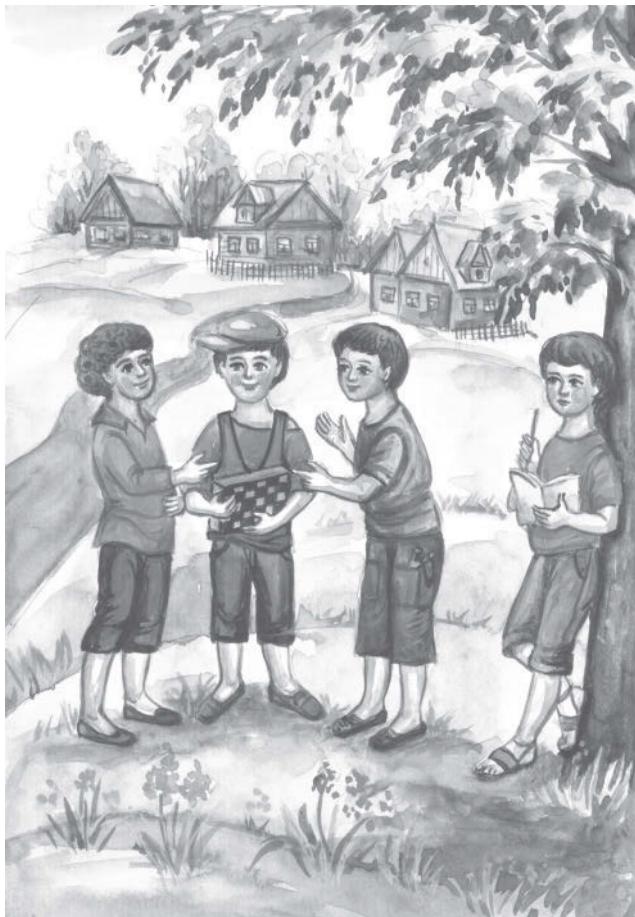
### **Вопросы и задания по сказке**

- А у тебя есть друзья? Назови их имена. Почему эти ребята так дороги тебе?
- Была ли в твоей жизни ситуация, когда ты был новичком? Как ты думаешь, какие чувства испытывает «новенький»?
- Расскажи, как ты и твои друзья помогаете друг другу.
- Нарисуй, в какие игры ты любишь играть с друзьями.
- Слепи из пластилина подарок своему другу.

# Неразлучные друзья

Автор  
**Оксана Степанова**

*Возраст:* 5–8 лет.  
*Направленность:*  
развитие  
коммуникативных  
навыков; знакомство  
с основными типами  
темпераментов;  
воспитание  
толерантности  
к сверстникам.



**В** одном живописном местечке, которое называлось Деревня забавных человечков, произошла эта удивительная история.

В этой деревне жили четыре человечка. Друг на друга они были не очень похожи, да и характеры у них отличались. Имена наших героев тоже многое о них говорили. Давайте познакомимся с ними поближе. Разрешите представить вам Шустрика, Весельчака, Неспешкина и Мечтателя.

Непоседа Шустрик — самый быстрый в деревне. Если вдруг что-нибудь произошло, он уже тут как тут, в курсе всех событий. Поможет чем может и новости последние расскажет. В футболе ему равных нет. На соревнованиях по бегу часто призовые места занимает.



Правда, не всегда терпелив бывает, может «вспыхнуть» в споре с друзьями, но зато в беде первым придет на помощь.

Смотрите, к нему другой паренек подходит — это Весельчак. Вот с кем скучать не приходится! Про него все говорят — «душа компании». Столько шуток-прибауток знает и с другими щедро делится. Вокруг него всегда полно детворы, нравится он многим. Однако и обижаются частенько на него — ведь, поиграв с одними ребятами, он может легко перейти к другим. Такой он, Весельчак, тут уж ничего не поделает.

А вот два мальчика стоят, о чем-то неторопливо беседуют. Это Неспешкин и Мечтатель. Спокойный и рассудительный Неспешкин все делает основательно. Надежный он товарищ. Правда, частенько опаздывает из-за своей медлительности, да и с новыми ребятами ему трудно знакомиться.

Мечтатель сейчас делится с ним своими стихами. Он такой выдумщик и фантазер! Других может внимательно выслушать, посочувствовать. А вот необдуманное, грубое слово может сильно ранить его. Мечтатель, как и Неспешкин, не любит споры. Они предпочитают играть в спокойные игры — лото или шашки. А вот Шустрику с Весельчаком подавай подвижные игры — футбол или салочки.

Так наши друзья жили, друг с другом дружили, пока в один из теплых погожих дней к ним в деревню не пришел почтальон. Он принес срочную телеграмму. В ней говорилось, что в каждой деревне, в том числе и в Деревне забавных человечков, будет проводиться конкурс на звание «Самый лучший человек деревни». Представьте себе, что началось после получения такого известия...

Шустрик вскочил, замахал руками, начал тормошить всех, чтобы они немедленно придумывали спортивные конкурсы, в которых участники могут соревноваться. А он уж точно сможет победить всех!



У Весельчака тоже был боевой настрой: «Я готов участвовать! Обязательно придумайте конкурс шуток или веселых рассказов. Мне там не будет равных, победа за мной!»

Мечтатель испуганно стоял в сторонке. Как вы помните, он вообще не любил шумные мероприятия. Неспешкин задумался. Он не был ни таким суетливым, как Шустрик, ни таким самоуверенным, как Весельчак. Он проявил спокойствие и рассудительность. «Друзья мои! — сказал он. — Я понимаю вас и ваше желание одержать победу. Но мы такие разные. Кто-то из нас хорош в спорте, а кто-то делает успехи в творчестве. Не лучше ли нам провести такие конкурсы, чтобы присудить не одно звание, а несколько? Например, звания «Лучший спортсмен» и «Лучший поэт». А еще пусть будут «Лучший юморист» и «Лучший помощник». Как вам такая идея?»

Шустрик и Весельчак немного поворчали, но вскоре согласились. А Мечтатель был рад тому, что и для него найдется возможность показать свой дар сочинения стихов.

На следующий день все жители Деревни забавных человечков собрались на главной Площади талантов. Повсюду играла музыка, слышались веселые голоса. Ровно в двенадцать часов раздался звук колокола, и соревнования начались.

В упорной, но честной борьбе Шустрик, Весельчак, Неспешкин и Мечтатель вышли победителями в разных номинациях. И вот уже звучат фанфары, а глаза наших друзей блестят от счастья. Да, они такие разные, но каждый из них раскрыл свой талант и показал себя в том, в чем силен. И каждый был хорош по-своему.

А вы, ребята, догадались, кто какого звания удостоился?



## Вопросы и задания к сказке

- Кто из человечков понравился тебе больше всех?
- Кто из человечков напоминает тебя?
- Представь, что ты превратился в мудреца. У тебя в руках волшебная книга с мудрыми подсказками. Какие советы ты бы прочитал каждому из человечков?
- Пофантазируй о том, что бы произошло в Деревне забавных человечков, если бы все стали Шустриками (Весельчаками, Неспешкиными, Мечтателями)?
- Нарисуй сказочные домики, в которых будут жить наши друзья. Как ты думаешь, домики будут отличаться друг от друга?

# Сказка о волшебных превращениях Зины-Капризины



Автор  
**Оксана Степанова**

*Возраст:* 4–5 лет.  
*Проблемы:*  
недостаток самоконтроля  
и произвольности;  
неорганизованность.

**Ж**ила-была девочка. Звали ее Зиночка. И уж такая хорошенькая эта Зиночка была, слов нет. Глазки сияли, волосы золотом отливали. Смотрят на нее люди и любят.

И все ее зной нахваливают: «Какая девочка! Какая красивая!» Слушает все это Зиночка и носик свой выше и выше задирает. Одного послушает, другого, перед зеркалом покрутится. «Да, я такая, я особенная!» — подумает.

Особа... Слово-то какое колючее... И Зиночка наша начала такой же колючей становиться.

То ей не так сказали, то ей не так подали. Ножками стала топтать, на все ручками махать, кулачками по столу стучать, а что не по ней — и на пол могла падать. А еще и голосом себе помогает, чтобы, стало быть, все узнали,



что она особенная! И так ей нравилось капризничать по любому поводу, так часто она это делала, что дети стали ее не Зиной, а Капризиной называть. Приклеилось это имя к девочке, как репейник, и никак не отклеишь его.

Время шло, Капризина росла. У других детей и друзья за это время появились, и увлечения новые. А у нее нет этого ничего. Ей ведь некогда было. Она же всю свою энергию и силы на капризы тратила, ослабела девочка, а новому ничему не научилась.

Страшно ей стало и горько. Поняла она, что сама себя наказала своими капризами. И решила Капризина поменяться. Стала девочка к другим деткам присматриваться. Как другие ребята себя ведут, чем увлекаются, как им удается так дружить? Пришлось ей теперь больше за другими наблюдать, чем к себе внимание привлекать. И вот что у нее получилось.

У Лены Капризина научилась терпению, каждое дело до конца доводить. Толик помог ей познакомиться с ребятами и рассказал по секрету, что с другими делятся не только сладостями, но и хорошим настроением. А воспитательница Зоя Николаевна помогла ей найти занятие по душе, и Зина теперь главная помощница в уголке природы. Столько интересного она про цветы знает, да и другим рассказать может. Дома родители тоже не нарадуются: дочка по хозяйству маме помогает, с братиком младшим на прогулки ходит.

Ой, что это? Пока я вам сказку про Капризину рассказывала, она уже в милую девочку Зину превратилась.

Чудеса да и только, скажете вы.

Бывает и такое!

А только вспомните про помощников, что на пути у девочки встретились. И о том, что желание большое у нее было поменяться. И сколько усилий она приложила... Вот тут-то и чудо подоспело!

Вот, оказывается, какой секрет у чуда есть!

А вам он открылся?



Конец ознакомительного фрагмента.

Приобрести книгу можно

в интернет-магазине

«Электронный универс»

[e-Univers.ru](http://e-Univers.ru)