

## **ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ СКАЗКИ** **для детей в период адаптации к детскому саду**

### **СКАЗКА 1 «Как Кенгуреныш стал самостоятельным»**

*Возраст: 2-5 лет.*

*Рассматривает проблему: наличие страха расставания с мамой; переживания, тревога, связанные с одиночеством.*

Жила-была большая мама-Кенгуру. И однажды она стала самой счастливой Кенгуру на свете, потому что у нее родился маленький Кенгуреныш. Поначалу Кенгуреныш был очень слабеньким, и мама носила его в своей сумочке на животе. Там, в этой маминой сумочке, Кенгуренышу было очень уютно и совсем не страшно. Когда Кенгуреныш хотел пить, мама поила его вкусным молоком, а когда хотел кушать, мама-Кенгуру кормила его кашкой с ложечки. Потом Кенгуреныш засыпал, и мама могла в это время убирать в доме или готовить еду.



Но иногда маленький Кенгуреныш просыпался и не видел рядом мамы. Тогда он начинал очень громко плакать и кричать до тех пор, пока мама не приходила к нему и не укладывала его опять в свою сумочку. Однажды, когда Кенгуреныш вновь заплакал, мама попыталась положить его в свою сумочку, но в сумочке оказалось очень тесно и ножки Кенгуреныша не помещались. Кенгуреныш испугался и заплакал еще сильнее: он очень боялся, что теперь мама уйдет и оставит его одного. Тогда Кенгуреныш изо всех сил сжался, поджал коленки и пролез в сумочку.

Вечером они с мамой пошли в гости. В гостях были еще дети, они играли и веселились, звали Кенгуреныша к себе, но он боялся уходить от мамы и поэтому, хотя ему и хотелось пойти поиграть со всеми, он все-таки просидел все время в маминой сумочке. Весь вечер к ним с мамой подходили взрослые дяди и тети и спрашивали, почему такой большой Кенгуреныш боится оставить маму и пойти играть с другими ребятами. Тогда Кенгуреныш совсем испугался и спрятался в сумочку так, что даже головы не было видно.

День за днем в маминой сумочке становилось все теснее и неудобнее. Кенгуренышу очень хотелось побегать по зеленой полянке возле дома, построить куличики из песка, поиграть с соседскими мальчишками и девочками, но так

страшно было уходить от мамы, поэтому большая мама-Кенгуру не могла оставить Кенгуреныша и сидела с ним все время.

Однажды утром мама-Кенгуру ушла в магазин. Кенгуреныш проснулся, увидел, что он один, и заплакал. Так он плакал и плакал, а мама все не приходила.

Вдруг в окно Кенгуреныш увидел соседских мальчиков, которые играли в детском саду в салки. Они бегали, догоняли друг друга и смеялись. Им было очень весело. Кенгуреныш перестал плакать и решил, что он тоже сможет сам, без мамы умыться, одеться и пойти к ребятам. Так он и сделал. Ребята с радостью приняли его к себе в игру, и он бегал и прыгал вместе со всеми. А вскоре пришла мама и похвалила его, что он такой смелый и самостоятельный, и забрала его из детского сада домой.

Теперь мама может каждое утро ходить на работу и в магазин – ведь Кенгуреныш уже совсем не боится оставаться один, без мамы в детском саду. Он знает, что днем мама должна быть на работе, а вечером она обязательно придет в детский сад к своему любимому Кенгуренышу, и они вместе пойдут домой.

***Вопросы для обсуждения:***

*- Чего боялся Кенгуренок? Ты боялся того же? Почему теперь Кенгуренок не боится остаться один, без мамы в детском саду?*

***СКАЗКА 2 «Белочка-припевочка»***

*Возраст: 3-6 лет.*

*Рассматривает проблему: несамостоятельность.*

В одном самом обыкновенном лесу, на одной из зеленых елей жила-была самая обычная белочья семья: мама, папа и дочка – Белочка-Припевочка. На соседних елях тоже жили белки. Ночью все спали, а днем собирали орехи, потому что очень их любили.

Мама и папа учили Белочку-Припевочку, как доставать орешки из еловых шишек. Но каждый раз Белочка просила помочь ей: «Мамочка, я никак не могу справиться с этой шишкой. Помоги мне, пожалуйста!».



Мама доставала орешки. Белочка ела их, благодарила маму и прыгала дальше. «Папочка, у меня никак не получается достать орешки из этой шишки!».

«Белочка!», - говорил ей папа: «Ты уже не маленькая и должна делать все сама».

«Но у меня не получается!», - плакала Белочка. И папа помогал ей.

Так Припевочка прыгала, веселилась, а когда ей хотелось съесть орешек, она звала на помощь маму, папу, тетю, дядю, бабушку или еще кого-нибудь.

Проходило время, Белочка росла. Все ее друзья уже хорошо собирали орехи и даже умели делать запасы на зиму. А Белочка всегда нуждалась в помощи. Она боялась сделать что-то сама, ей казалось, что она ничего не умеет. У взрослых уже не было достаточно времени, чтобы помогать Белочке. Друзья стали звать ее неумехой. Все бельчата веселились и играли, а Припевочка стала печальной и задумчивой. «Я ничего не умею и ничегошеньки не могу сделать сама», - грустила она.

Однажды пришли дровосеки и срубили зеленый ельник. Пришлось всем белкам и бельчатам отправиться на поиски нового Дома. Они разошлись в разные стороны и договорились встретиться вечером и рассказать друг другу о своих находках. И Белочка-Припевочка тоже отправилась в дальний путь. Страшно и непривычно было ей прыгать по веткам в одиночестве. Потом стало весело, и Белочка была очень довольна, пока совсем не устала и не захотела есть. Но, как же ей достать орехи? Никого нет рядом, не от кого ждать помощи.

Прыгает Белочка, ищет орехи – нет их и нет. День уже близится к концу, наступает вечер. Села Белочка на ветку и горько плачет. Вдруг смотрит, а на веточке шишка. Сорвала ее Припевочка. Вспомнила, как ее учили орешки доставать. Попробовала – не получается. Еще раз – опять неудача. Но Белочка не отступала. Она перестала плакать. Подумала немножко: «Попробую-ка я свой способ орешки доставать!».

Сказано – сделано. Поддалась шишка. Достала Белочка орешки. Поела, развеселилась. Огляделась, а вокруг большой ельник. На еловых лапах шишек видимо-невидимо. Перепрыгнула Белочка на другую елку, сорвала шишку – там орешки, другую сорвала – и та полная. Обрадовалась Белочка, собрала немного орешков в узелок, запомнила место и поспешила на назначенную встречу с ветки на ветку, с ветки на ветку. Прибежала, видит ее родные и друзья сидят грустные. Не нашли они орешки, устали, проголодались. Рассказала им Припевочка про ельник. Достала орешки из узелка, накормила. Обрадовались мама и папа, улыбнулись друзья и родные, стали Белочку хвалить: «Как же мы тебя неумехой звали – всех обогнала, всем силы придала и новый дом нашла! Ай, да Белочка! Ай, да Припевочка!».

На следующее утро белки пришли на то место, о котором рассказала Припевочка. И действительно, орехов там оказалось много. Устроили праздник-новоселье. Орешки ели, да Белочку-Припевочку хвалили, песни пели и хоровод водили.

***Вопросы для обсуждения:***

- Почему так получилось, что Припевочку стали звать неумехой? Что помогло Припевочке достать орешки из шишки?

### **СКАЗКА 3 «Маленький медвежонок»**

*Возраст: 4-6 лет.*

*Рассматривает проблему: нарушение общения со сверстниками, повышенная агрессивность.*

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 Медвежонку стало хорошо и спокойно на душе.

#### **Вопросы для обсуждения:**

*- Почему Медвежонок думал, что все его хотят обидеть? Так ли это было на самом деле? Почему дети в детском саду сказали Медвежонку, что они не будут с ним дружить? Из-за чего они так подумали? Что помогло Медвежонку подружиться со зверятами? Что бы ты еще ему посоветовал сам?*

#### **СКАЗКА 4 «Случай в лесу»**

*Возраст: 3-6 лет.*

*Рассматривает проблему: неуверенность в себе, тревожность, страх самостоятельных действий.*

*Ключевая фраза: «У меня не выйдет!».*

В одном лесу жил маленький Зайчонок. Больше всего на свете ему хотелось быть сильным, смелым и сделать что-нибудь доброе, полезное для окружающих. Но на деле у него никогда ничего не получалось. Он всего боялся и не верил в себя. Поэтому все в лесу прозвали его «Зайчишка-трусишка». От этого ему становилось грустно, обидно, и он часто плакал, когда оставался один.

Был у него один-единственный друг-Барсучонок.



И вот, как-то раз они вдвоем отправились играть к реке. Больше всего им нравилось догонять друг друга, бегая через небольшой деревянный мостик. Первым догонял Зайчонок. Но когда Барсучонок пробежал по мосту, одна доска вдруг сломалась, и он упал в реку. Барсучонок не умел плавать и стал барахтаться в воде, прося о помощи.

А Зайчонок, хотя и умел немного плавать, но очень испугался. Он бегал по берегу и звал на помощь, надеясь, что кто-нибудь услышит и спасет Барсучонка. Но никого поблизости не было. И тогда Зайчонок понял, что только он может спасти своего друга. Он сказал себе: «Я ничего не боюсь, я умею плавать и спасу Барсучонка!». Не думая об опасности, он бросился в воду и поплыл, а потом вытащил своего друга на берег. Барсучонок был спасен!

Когда они вернулись домой и рассказали про случай на реке, никто сначала не мог поверить, что Зайчонок спас своего друга. Когда же звери убедились в этом, то стали хвалить Зайчонка, говорить, какой он смелый и добрый, а потом устроили большой веселый праздник в его честь. Этот день для Зайчонка стал самым счастливым. Все гордились им, и он сам гордился собой, потому что поверил в свои силы, в то, что способен делать доброе и полезное. Он на всю жизнь запомнил одно очень важное и полезное правило: «Верь в себя и всегда и во всем полагайся только на свои силы!». И с тех пор больше никто и никогда не дразнил его трусишкой!

#### **Вопросы для обсуждения:**

- Почему Зайчонку было плохо и грустно? Какое правило запомнил Зайчонок? Согласен ли ты с ним?

#### **Сказка 5 «Как Оля полюбила садик» (авт. Л. Цвирко)**

*Возраст: 2-5 лет.*

- Не пойду в детский сад, - сказала Оля.

- Оленька, деточка, мне нужно идти на работу,

- просила ее мама, - если я не буду работать, у нас не будет денег, а если не будет денег, нам нечего будет есть.

Но Оля вертела головой и продолжала капризничать.

С кухни прибежал кот Мурзик, вспрыгнул к Оле на колени и сказал: «Мяу, мяу, хочу вкусного молока!»



- Гав! Гав! – раздался звонкий лай пуделя Артемона. – Вечно этот кот выпрашивает еду, я может, тоже хочу вкусную косточку, но жду, когда меня покормят.

- Ну, вот и животным нужна еда, - сказала мама. – И черепашка ждет вкусную капустку.

Оля посмотрела на животных и задумалась.

- Не так уж и плохо в детском саду: на Новый год подарки подарят, дед Мороз придет, на горке мы катались, на музыку мы ходим (перечислить приятные моменты детского сада) а на праздник мамам купит мне платье и красивый бант.

Мама вышла в прихожую. Оля, одетая в шубку и сапожки, ждала маму.

- Идем в детский сад, - сказала она маме. – Я пошутила.

С тех пор Оля всегда ходила в детский сад и не капризничала. Там было всегда весело и много друзей, а когда возвращалась домой, ее радостно встречали кот, пес и черепашка. У них всегда была еда. А Оле к утреннику мама купила очень красивое платье и бант.

***Вопросы для обсуждения:***

- Почему Оле нужно было ходить в детский сад? Что интересного для Оли было в детском саду?



*Материал подготовила педагог-психолог Ахмедова З.Г.*

*МБДОУ г. Иркутска детский сад № 181*