

Государственное автономное учреждение Астраханской области
Научно-практический центр реабилитации детей
«Коррекция и развитие»



Служба психолого-педагогической помощи

Терапевтические сказки ДЛЯ ГИПЕРАКТИВНЫХ ДЕТЕЙ

Проект
Экспериментариум
Магазин
профессиональных советов



Гиперактивность у детей - состояние, при котором активность и возбудимость ребенка значительно превышают норму. Это доставляет много неприятностей родителям, воспитателям и учителям. Да и сам ребенок страдает от возникающих трудностей в общении со сверстниками и взрослыми, что чревато формированием в дальнейшем негативных психологических особенностей личности.

Что же делать родителям гиперактивного ребенка?

Психологи советуют, как можно больше нагружать ребенка утром. Стоит составить распорядок и в соответствии с ним давать ребенку четкие и конкретные задачи. Лучшим выходом лишней энергии для такого ребенка может быть физическая нагрузка, в частности, плавание и бег.

На занятиях гиперактивному ребенку стоит давать конкретные задачи,

целесообразно - индивидуальные. Также надо требовать, чтобы ребенок выполнял задание до конца. Обязательный распорядок для всех членов семьи. По возможности соблюдайте его, чтобы непоседливый, необязательный ребёнок понял, что такое семейный ужин в 19.00 или обязательная уборка комнаты каждый четверг; не приглашайте часто к себе сразу нескольких родственников: нежелательно, чтобы собралась шумная компания. Ребёнку необходима спокойная обстановка. Повышенное внимание к малышу, которое непременно проявляют бабушки, дедушки, дяди и тётки, заставляет ребёнка больше «работать на публику»; ограничьте время, отведённое играм за компьютером. Для легковозбудимых, агрессивных дошкольников достаточно 15 минут за день. Найдите другое интересное занятие, переключите внимание. Ещё лучше: не приучайте гиперактивного малыша к компьютеру с раннего возраста; перед сном обязательно гуляйте, проводите спокойные игры. Ванная с чередой, ромашкой или мелиссой поможет успокоиться, обеспечит здоровый сон. На ночь почитайте книжку, расскажите интересную историю спокойной тематики. Придумайте ритуал отхода ко сну. Укладывайте слишком активного дошкольника спать в одно время. Используйте сказки вместо «внушений».



В ЧЕМ СИЛА ТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ СКАЗОК?

Одно из объяснений данного феномена заключается в том, что смысл сказки воспринимается сразу на двух уровнях, сознательном и подсознательном. Сознание ребенка принимает буквальное содержание сказки как вымышленное: ребенок сочувствует сказочному герою, отождествляет себя с ним и даже, когда узнает свою проблему, он все равно думает, это не про меня, это понарошку. Подсознание же «верит» услышанному и задает нужную программу изменений в поведении, пере структурировании ценностей, взглядов и позиций.

Сознательная и бессознательная психика — это метафорическое обозначение функций левого и правого полушарий мозга. Левое полушарие мозга или то, что мы называем сознательной психикой, отвечает за язык, логику и т.д. Правое полушарие мозга не имеет присущего ему языка в лингвистическом смысле. Его функции — это использование сигналов, приходящих от органов чувств, например, зрительные образы, и оно оказывает значительное влияние на поведение человека. Метафорически мы называем его бессознательной частью психики. Известно, что примерно до 10-12 лет у детей преобладает «правополушарный» тип мышления. Следовательно, наиболее важная для их развития и социализации информация должна быть передана с помощью ярких образов, метафор и сказок.





Часы бывают разные: большие, маленькие, электронные, кварцевые, механические, настенные, карманные, наручные. Бывают часы с боем, с «кукушкой» и даже музыкальные. Наша сказка про маленькие часики по имени Будильник. В одной квартире жил Будильник. Кроме него в этой квартире жили большие настенные часы и нарядные часики с зеркальцем.

Большие настенные часы были главными. Они висели на самом видном месте и всегда показывали точное время. Это были часы хозяина квартиры.

Нарядные часики с зеркальцем принадлежали хозяйке квартиры. Прежде чем узнать, который час, хозяйка всегда вначале смотрела на себя в зеркальце, а уж потом на часики.

Будильник принадлежал сыну хозяина и хозяйки квартиры и был похож на большие папины и красивые мамины часы. Только у Будильника, в отличие от других часов, была еще одна дополнительная стрелка. Он не знал, для чего нужна эта стрелка, и часто, когда хозяева квартиры и их сынишка засыпали, передвигал ее с места на место. Иногда Будильник ставил эту стрелку на цифру «два», иногда на «три», иногда на «четыре».

Каждый раз это были разные цифры, и каждый раз Будильник просыпался среди ночи от странного звона. Иногда он просыпался в два часа ночи, иногда в три, иногда в четыре.

Вместе с Будильником просыпались большие настенные часы, нарядные часики с зеркальцем и все жители квартиры.

— Что такое? — сердились на стене папины часы.

— Почему такой звон среди ночи? — Что случилось? — пугались мамины часики.

— Чего ты звенишь, Будильник?

— Я не знаю, — отвечал Будильник. — Я тоже проснулся от этого громкого звука.

Каждую ночь Будильник звонил среди ночи, и каждую ночь на него сердились большие настенные часы, красивые часики с зеркальцем и все жители квартиры.

Будильник и сам страдал от этих ночных звонов. Он плохо спал, и от этого его стрелки начинали медленнее двигаться и показывали неверное время. Со временем Будильник все больше раздражал другие часы и хозяев

квартиры. Даже сынишка хозяев больше не смотрел на Будильник и проверял время по папиным или маминым часам.

Как-то мальчик и вовсе решил, что ему больше не нужны часы, которые показывают неточное время, да еще и звонят среди ночи. Он даже собрался выбросить Будильник, как вдруг услышал.

— Оставь меня, пожалуйста, в комнате. Я плохо работаю, потому что плохо сплю по ночам, — плакал Будильник.

— Почему ты плохо спишь? — удивился мальчик.

— Я просыпаюсь из-за громкого звона внутри себя и уже не могу уснуть до утра.

«Странно», — подумал сынишка и решил помочь Будильнику. Он взял часы в руки, внимательно посмотрел на циферблат и вдруг заметил дополнительную стрелку.

— Что это за стрелка? — спросил мальчик.

— Я не знаю, — честно ответил Будильник, — я часто играю этой стрелкой, кручу ее туда-сюда.

— Кручу туда-сюда, — передразнил сынишка Будильник и неожиданно спросил:

— Во сколько ты сегодня услышал звон?

— Сегодня в «три», — отозвался Будильник.

— И стрелка показывает на «три», — ненадолго задумался мальчик и вдруг радостно вскрикнул:

— Да это же стрелка-сигнал нужного времени!

— Как это — стрелка-сигнал? — спросил Будильник.

— Все просто, — ответил умный мальчик. — Ставим стрелку на «три» — и слышим звонок ровно в три часа. Ставим на «пять» — и сигнал звучит в пять часов. Понятно?

— Да, — обрадовался Будильник, — теперь я смогу спать всю ночь, если поставлю стрелку на «семь».

Конечно, — подтвердил мальчик догадку Будильника, — ты сможешь спокойно спать всю ночь, ты выспишься, и твои стрелки будут показывать точное время.

С тех пор Будильник и мальчик стали лучшими друзьями. Они вместе спокойно спали ночью, а утром вместе просыпались по звонку стрелки-сигнала. Отдохнувший за ночь Будильник показывал точное время, а отдохнувший мальчик был бодрым и хорошо учился в школе.

ГОЛУБАЯ ИСКОРКА

Эта история о Голубой Искорке. Так звали удивительную маленькую рыбку, которая так быстро двигала хвостиком и плавниками, что никто не мог ее догнать.



Это хорошее свойство, если надо кого-то догнать или, наоборот, от кого-то удрать. Но беда в том, что Голубая Искорка не могла ни минуты оставаться на одном месте, и поэтому у нее не было возможности полюбоваться красотой подводного мира. От этого ей становилось грустно, тем более что другие рыбы рассказывали о необыкновенных вещах, что встречаются на морском дне.

Попробовала она плавать помедленнее, да куда там, словно неведомая сила мчит ее вперед!

В один прекрасный день Голубая Искорка углубилась в воспоминания, и припомнилось ей время, когда и течение было помедленнее и вода поспокойнее. Она так и ощущала это медленное, ласкающее течение и совсем разомлела от своих мыслей. И вдруг заметила, что плавнички и хвостик стали двигаться медленнее!

Рыбка пришла в восторг от своего открытия. Она решила проверить, неслучайно ли это произошло. Снова подумала о тихом ласковом течении, и снова сбавила скорость. Получилось!

Тут она не спеша подплыла к стайке рыбок и вместе с ними стала любоваться лежавшим на дне сундуком с сокровищами. Другим рыбкам тоже было приятно, что Голубая Искорка может теперь играть вместе с ними и узнавать много интересного...

КРОКОДИЛЬЧИК

(Сюжет сказки для детей, проявляющих словесную агрессию)

Может, в море, может, в речке, может, в озере лесном жил Крокодилъчик. Больше всего на свете он любил вкусно поесть. Мог и рыбку, мог и жабку, мог и курочку прожевать, потому что у Крокодилъчика были крепкие, красивые и здоровые зубы. Но была у Крокодилъчика плохая привычка, он часто ругался, говорил много злых и нехороших слов.



Однажды Крокодилъчик обидел доброго волшебника. Волшебник его заколдовал, и теперь после каждого плохого слова у Крокодилъчика выпадал один зуб. Скоро у него совсем не осталось зубов, и он уже не мог вкусно поесть.

Грустно стало Крокодилъчику. Начал он расспрашивать обитателей водоема, почему у него выпали все зубы. Мудрый Бегемот объяснил ему причину. Крокодилъчик все понял, извинился перед волшебником, и у него начали расти новые зубы. С того времени Крокодилъчик бережет свои зубы. Он не только чистит их вовремя, но и, самое главное, не говорит плохих слов.

КОТЕНОК МУР-МУР

В одной семье жил маленький котенок Мур-Мур. Имя ему было выбрано неслучайно, каждый раз, когда хозяева гладили его по пушистой спинке, он громко мурлыкал: «Мур, мур, мур». Это был славный котенок, но, как все маленькие дети, он был озорным, непослушным и неуклюжим.



То запрыгнет на стол и опрокинет вазу с цветами, то наступит лапкой в свою тарелочку и разольет молоко, то разбежится и ударится головой о стену.

Хозяева очень любили котенка. А сам Мур-Мур больше всех любил маленького сына своих хозяев. Ему нравилось, что мальчик весь день мог вместе с ним бегать, прыгать и кувыркаться. Мур-Мур считал его настоящим другом и даже ложился спать с ним в одной комнате.

Но как только дом погружался в ночь, и предметы исчезали в темноте, маленький котенок просыпался. Он не мог спокойно спать ночью, он боялся, что может произойти что-то страшное. Как отважный разведчик, Мур-Мур выходил из комнаты мальчика и начинал бродить между стульями и ножками стола, заглядывать за шкаф и холодильник, обнюхивать каждый угол. Котенок честно охранял сон своих хозяев.

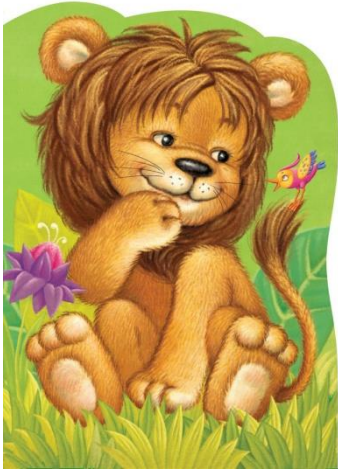
Под утро, когда начинало светать, усталый котенок шел в комнату к мальчику, но почему-то всегда оказывался в спальне его родителей. Он запрыгивал к ним на кровать, и они, конечно же, сразу просыпались.

Хозяевам не нравилось, что Мур-Мур приходит в их комнату и мешает спать, но они не ругали котенка, не прогоняли его в другую комнату. Просто они очень сильно огорчились и говорили друг другу: «Как было б здорово, если бы Мур-Мур до утра спал в комнате сына, а мы могли бы выспаться».

Однажды сынишка узнал, что происходит по ночам и как его родители мечтают выспаться. Тогда он взял котенка к себе в комнату и объяснил ему, что не надо ходить к родителям и мешать им спать.

Котенок все понял и радостно муркнул. С тех пор по ночам он спокойно спит в комнате мальчика.

Водном лесу жила семья львов: папа, мама и два львенка, один по-старше, другой помладше. Львиная семья была дружная и в лесу уважаемая.



Все звери в лесу ценили льва-отца за мудрость и смелость. Маму-львицу любили за ее доброту и мягкость. Старшего львенка уважали за спокойный нрав и выдержку. А младшего львенка еще полюбить не успели, потому что он по лесу один не гулял и с другими лесными жителями общался редко. Пришло время младшему львенку идти в школу.

— Наконец-то другие зверята узнают и полюбят меня как папу, маму и брата, — мечтал маленький львенок, — пойду в школу и заставлю всех себя уважать.

С первого дня в школе львенок добивался уважения одноклассников. Бросит в белочку шишку и спрашивает: «Кто самый меткий? Кто самый сильный?» Повалит на землю медвежонка и радуется: «Я — самый ловкий, я — самый сильный». Ударит слоненка книжкой по голове и кричит от восторга: «И тебя победил. Я в классе самый сильный».

Прошло две недели, только никто из одноклассников не хотел с львенком дружить. Грустно стало львенку, пришел он домой и спрашивает старшего брата:

— Почему никто со мной не дружит? Почему звери меня не уважают, как тебя?

Молчит старший брат. Спокойно наблюдает из-за куста за молодым козленком, который на полянке пасется. А маленький львенок все вокруг брата бегаёт, то за ухо укусит, то за хвост потянет:

— Скажи, почему меня никто не уважает, никто не хочет со мной дружить? Я же сильный, самый сильный в классе! Я же сын царя зверей!

— Царская сила не в том, чтобы кулаками размахивать да одноклассников обижать. Царская сила в выдержке и в спокойствии. Вот ты бегаешь вокруг меня, мелькаешь перед глазами, как суетливая муха, а я глаз не отвожу от козленка. Сила моя в выдержке и в спокойствии. За то меня другие звери уважают, что ни на кого напрасно не кидаюсь.

Послушал маленький львенок старшего брата и пошел к маме-львице:

— Скажи, мама, почему меня никто не уважает, никто не хочет со мной дружить? Я же сильный, самый сильный в классе! Я же сын царя зверей!

Обняла львица своего сыночка, лизнула его нежно и шепнула на ушко:

— Любимый мой котенок, ты же нежный и ласковый. Сила твоя царская в доброте. Если будешь к другим зверятам внимательным и добрым, они все с тобой дружить захотят.

Маленький львенок для себя уже решил: «Буду спокойным и сдержанным, буду добрым и внимательным». Но вдруг задумался: «А для чего мне тогда царская сила?» С этим вопросом маленький львенок побежал к отцу.

— Сказал мне старший брат, что сила царская в выдержке и спокойствии. Мама сказала, что моя сила в доброте. А для чего мне тогда царская сила, для чего мне мускулы, когти и острые зубы? — спрашивает львенок отца.

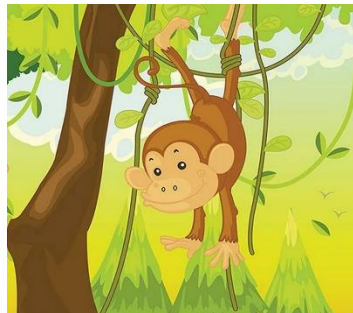
Посмотрел царь зверей на своего сына, положил тяжелую львиную лапу ему на плечо и мягким голосом произнес:

— Правы и мама, и брат. Сила царская нужна не для того, чтобы других зверят обижать. Будешь спокойным и добрым, одноклассники тебя полюбят и будут с тобой дружить. А мускулы нужны, чтобы выигрывать спортивные соревнования. А когти и острые зубы необходимы, чтобы защищать младших и слабых.

Обрадовался львенок, что раскрылась ему царская тайна. Он знал, теперь у него обязательно будут друзья, а одноклассники будут его уважать и любить, как все звери в лесу уважают и любят папу, маму и брата.

СКАЗКА О НЕПОСЕДЕ

В одной далекой и очень жаркой стране, где растут высокие пальмы, жила маленькая обезьянка, которую звали Непоседа. Она была подвижной, постоянно прыгала с дерева на дерево и ни секунды не могла усидеть на одном месте. Эта непоседливость доставляла обезьянке много хлопот и неприятностей. Но самое страшное, что Непоседа была очень тороплива и невнимательна. Особенно опасно это было на дороге, где ездил большие автобусы с туристами.



Однажды в жаркий летний день Непоседа решила оправиться в джунгли за бананами. Путь предстоял трудный, и пролегал он через дорогу, по которой двигалось много автомобилей. Ей захотелось прыгать, бегать и соревноваться с ветром – кто быстрее. И так она побежала по дороге все дальше и дальше, быстрее и быстрее.

И вдруг прямо перед ее носом, подав грозный сигнал, пронесся огромный автобус. В автобусе сидели туристы и фотографировали Непоседу. Она очень испугалась и не знала, что ей делать, так много людей она никогда не видела! Все смотрели на нее и улыбались. Непоседа совсем растерялась...

Откуда-то появился пятнистый Жираф и увел ее с дороги.

– Эй, обезьянка, ты разве не знаешь, что дорогу можно переходить только по пешеходному переходу с разметкой «зебра»?!

– По зебре? – удивилась Непоседа. – А как это?

Вдруг вдалеке обезьянка увидела полосатую зебру, идущую к водоему. «Как же по ней перейти дорогу?» – подумала Непоседа.

– Очень просто, – заметил Жираф. – Зебра какая?

– Полосатая!

– На проезжей части тоже есть такие полосы, как у зебры, которые называются разметкой. Вот по этому пешеходному переходу и нужно переходить дорогу.

– Вот это да, – заинтересовалась обезьянка, – я сейчас же попробую!

И они вместе с Жирафом перешли дорогу правильно. А чтобы не торопиться на дороге, Жираф предложил поиграть в игру «Кто самый внимательный?» Для этого надо обязательно остановиться перед проезжей частью, посмотреть сначала налево, потом направо, еще раз налево и, убедившись, что транспортные средства остановились и пропускают пешеходов, перейти дорогу. В такую игру можно и даже нужно обязательно играть каждый раз, когда переходишь дорогу. Обезьянке очень хотелось выиграть, и она всегда была очень внимательна, переходя дорогу по пешеходному переходу.



**414056, г. Астрахань, ул. Татищева, 12а,
ул.Б.Хмельницкого/Волжская, 42/56а
Тел. 8 (8512) 48-31-81, 48-30-80
е-mail: info@развитие30.рф
centr-reab@rambler.ru [skype: centr-reab](https://www.skype.com/ru/contacts/centr-reab)
www.развитие30.рф**

