

Лечим сказкой кризис трехлеток

С самого рождения Данил был спокойным ребёнком. Про него говорили "мамина радость" — малыш не капризничал просто так, нечасто плакал, его можно было брать с собой в гости или на долгие прогулки. Даже зубки у Данилы прорезались безболезненно. Но к 3 годам всё изменилось, и "образцово-показательного" ребёнка стало просто не узнать. Постоянные капризы, беспричинное упрямство, бурные протесты, обострённая ревность — мирное чадо превратилось в настоящего семейного деспота.

Знакомая история? Действительно, послушный трёхлетка — это явление почти такое же редкое, как ласковый и спокойный подросток. Кризис трёх лет не заметить практически невозможно, этот возраст порой называют "возрастом строптивости". Как помочь ребёнку перерасти непростое время и сохранить при этом здоровую нервную систему (его и свою)?

Сказкотерапия, или Воспитание ребёнка сказкой. Как это работает?

Сказкотерапия — это направление практической психологии, которое позволяет формировать характер ребёнка, используя для этого ресурсы сказки. Воспитательная сила сказок известна людям с древних времён, многие сказки передавались из уст в уста и давно получили статус русских народных. Сказки про Правду и Кривду, Иванушку-дурачка, побеждающего врагов смекалкой, прекрасных и премудрых девиц выступают своего рода "волшебным зеркалом" реального мира. И собственного, пока ещё не открытого внутреннего мира ребёнка. Слушая сказку, малыш учится отличать правильные поступки от неправильных, добрых персонажей от злых, видит негативные последствия плохого поведения. Воспитательный эффект достигается без нотаций и нравоучений, ребёнок получает новые знания о мире и о самом себе, естественно. Убежденность, что добро обязательно побеждает, что можно всегда решить любую задачу, оставаясь честным и добрым человеком, сказывается на характере ребёнка самым положительным образом. Он становится увереннее в себе, смелее и решительнее, ценит друзей и помогает окружающим.

О сказкотерапии в психологии впервые заговорил Шалва Александрович Амонашвили, известный психолог и педагог, доктор психологических наук, профессор, действительный член Российской академии образования. Ещё в 1982 году им была разработана методика воспитания характера малыша через сказки, и с тех пор она непрерывно развивается и совершенствуется.

Давайте рассмотрим, какие сказки нужно выбирать для сказкотерапии, как можно с их помощью побороть все капризы малыша.

Какие выбрать сказки?

Действительно, полезная сказка имеет свои особенности. Очень важно правильно подобрать сюжет и форму изложения истории, чтобы она была и интересна, и эффективна одновременно. Специалисты по сказкотерапии дают следующие советы:

1. В сказках про великодушных, сильных и благородных персонажей главным героем лучше сделать вашего ребёнка. Называйте героя именем малыша, чтобы ваш сын или дочка представляли, что это именно они совершают эти хорошие и добрые дела. Так вы заложите в ребенке правильные представления о том, каким героем он может быть в жизни.
2. Сказки, в которых герой сначала предстаёт перед нами "плохим" (жадным, капризным, эгоистичным), напротив, не стоит привязывать к вашему малышу. Пусть в сказке этого персонажа называют просто "похожим на тебя", а его отрицательным качеством будет то, которое вам действительно не нравится в характере крохи. Это поможет скорректировать поведение ребёнка, не порицая и не стыдя его, ведь в конце истории персонаж обязательно усвоит урок и изменится в лучшую сторону.
3. То, как вы будете читать сказку, имеет важное значение для отношений мамы и малыша. Вы сидите рядышком, ребёнок слышит ваш голос, прижимается к вам, вместе у вас одни и те же эмоции — в такой момент устанавливаются тёплые, доверительные отношения. Ни один профессиональный рассказчик или актёр не сможет заменить ребёнку близости и внимания мамы.
4. В одной сказке может рассматриваться только один каприз или хорошее свойство характера. Нельзя победить все недостатки одним махом — слишком сложный сюжет не обеспечит полезного эффекта от сказки.
5. Сама по себе книжка со сказками не должна привлекать лишнего внимания малыша. Иллюстрации профессиональных художников не дают возможности придумать свои образы, поэтому лучше самостоятельно обсудить с ребёнком внешность героев или устройство волшебного города. Пусть кроха сам подумает, , какая шляпа может быть у доброго волшебника или на чём передвигается храбрый

персонаж. Такие маленькие упражнения отлично развивают фантазию и любовь к творчеству.

"Сказочное" решение для кризиса 3 лет

Кризис трёхлетнего возраста можно (и нужно!) предупредить, и грамотно подобранная сказка станет прекрасным терапевтическим средством для вашего маленького капризули. Наверняка вы уже поняли, что именно в поведении ребёнка вам не нравится. Сын или дочка требует купить игрушку в магазине, обижает других детей, жадничает? На помощь придёт сказка про "малыша, похожего на тебя". У этого героя как раз тот каприз, который вас беспокоит. В результате этот герой видит негативную сторону своего поведения и понимает, как это расстраивало маму, а потому меняется в лучшую сторону. Ваш ребёнок при этом усваивает правильную модель поведения — сам, без нотаций и ссор. Ребёнок чего-то боится или стесняется, плохо общается с другими детьми? Расскажите ему сказку, где герой с таким же именем, как и у него, побеждает зло вместе с верными друзьями. Тогда малыш поймёт, как это здорово — дружить с другими детьми, справившись со своей стеснительностью.

Для трёхлетнего возраста сказки особенно актуальны, ведь это очень эффективный способ справиться с трудностями переходного периода у малыша.

Днём ребёнок капризничал? Перед сном обязательно расскажите ему сказку про то, как малыш с таким же именем поборол в себе этот каприз, и как все этому обрадовались. Пусть в сюжете присутствует завязка, которая познакомит с героем и его поведением (конечно, речь будет идти про дневной случай), а потом обязательно возникнет трудность, которую вызвало именно непослушание героя. В конце повествования персонаж понимает, что так поступать не надо, исправляется, и всё становится хорошо. Если в следующий раз ребёнок начинает капризничать, напомните ему эту историю. "Помнишь сказку про девочку Катю, похожую на тебя? Она тоже не хотела идти в детский садик, но потом узнала, как там здорово и интересно, подружилась в садике с детьми, и мама её похвалила". Если каприз повторяется несколько раз, можно рассказать несколько разных сказок на одну и ту же тему. Но во всех случаях герой сказки обязательно понимает, что вёл себя неправильно, справляется, и тогда всё становится хорошо.

Сказки можно придумывать самостоятельно, гармонично вплетая в них персонажей или предметы из реальной жизни малыша. В этом случае сюжет лучше набросать заранее, а детали придумывать прямо по ходу повествования. Обязательно наблюдайте за реакцией маленького слушателя — переживает ли он вместе с героями, радуется ли их успехам? Если кажется, что сказка "не пошла", то следующую историю нужно сделать другой. Например, добавить в неё волшебства или же, напротив, привязать к событиям из повседневного мира ребёнка.

Терапевтические сказки пишут детские педагоги и психологи. Написанные профессионалами сказки интересны и актуальны для современных детей, но при этом обязательно следуют классическому правилу "Добро побеждает зло".

Сказкотерапия эффективна для детей с 2 лет, поэтому кризис трёхлетнего возраста можно предупредить заранее. Хорошая, добрая сказка научит ребёнка правильному поведению, привьёт важные для успешной жизни качества и справится с детскими страхами. Характер — дело наживное, и в наших силах вырастить малыша добрым, умным, смелым и целеустремлённым, то есть, настоящим Человеком!

Тест: какие сказки нужны моему ребёнку?

Ответьте на вопросы этого простого теста и узнайте, какие качества поможет развить умная сказка у вашего малыша. Выберите один ответ, который наиболее типичен для вашего ребёнка в указанной ситуации.

1. По отношению к другим детям ваш ребёнок:

А) Порой бывает агрессивен — может ударить соседа по песочнице или отобрать понравившуюся игрушку.

Б) Довольно стеснителен, никогда не знакомится с другими детьми сам.

В) Не стесняется, но вообще не интересуется другими детьми, предпочитает общаться с уже знакомыми людьми.

Г) Очень дружелюбен, но не всегда может постоять за себя (например, если в детской компании есть задира).

2. В гостях ваш малыш:

А) Ведёт себя очень уверенно — берёт без спроса чужие вещи или может потребовать в подарок понравившийся предмет.

Б) Не отходит от мамы, стесняется общаться с хозяевами.

В) Не знает, чем заняться в отсутствие привычных игрушек и игр.

Г) Охотно принимается играть в предложенные игры, но бросает их при первых трудностях.

3. В магазине ребёнок:

А) Хватает все игрушки, которые видит, с криком "Купи!", не реагирует на фразы о том, что у мамы нет денег и что ему недавно покупали похожую машинку или куклу. Б) Не выбирает игрушки сам, берёт только то, что мама ему сама предлагает. В) Сразу подходит к тем игрушкам, аналоги которых у него уже есть дома (например, интересуется только машинками и отказывается от конструкторов, роботов, мячиков и других вещей). Г) Берёт любые игрушки, но не может объяснить, нужны ли они ему действительно, при первом же возражении или вопросе отказывается от выбранной игрушки в пользу другой.

4. В общении ваш малыш:

А) Может перебить собеседника или разозлиться, если чужое мнение не совпадает с его точкой зрения.

Б) В основном, отвечает на вопросы, не задаёт их сам, зажат и стесняется.

В) Затрудняется быстро ответить на вопрос, может не ответить сходу даже на то, что точно знает.

Г) Может не закончить до конца мысль, постоянно переключается с одной темы на другую.

5. На прогулке (например, в парке или в зоопарке), ребёнок:

А) Бегает, куда захочет, не слушается родителей. Б) Не любит ходить сам, только за руку с мамой. В) Не говорит сам, куда хотелось бы пойти и что посмотреть. Г) Быстро устаёт от любых событий и зрелищ, начинает хотеть домой на полпути.

Больше ответов А: Ваш малыш очень активен и уверен в себе, но забывает делиться с другими, не любит уступать, часто не слушается родителей. Очень полезны для вас будут сказки про дружбу и сострадание, они помогут ребёнку стать отзывчивее и дружелюбнее к другим людям.

Больше ответов Б: Ребёнок стеснителен, не любит первым идти на контакт. Исправят ситуацию сказки про смелых и храбрых героев, которые смогли побороть свои страхи и получили за это награду.

Больше ответов В: Развить беглость мышления, научить малыша принимать оригинальные решения и стать наблюдательнее помогут сказки про смекалку. Истории, где герой в сложной ситуации находит неожиданный выход понравятся ребёнку, поощрят его любознательность.

Больше ответов Г: Умение доводить до конца начатое, не сдаваться перед трудностями и уверенно смотреть в будущее тоже можно (и нужно) развивать с самого детства. Для этого будут незаменимы сказки, где герой настойчив и целеустремлён, ведь эти волевые качества очень важны для вашего малыша.

Мария Короткова,
специалист по раннему развитию компании "Умница"