6 терапевтических сказок от самых распространённых детских проблем

Сказка «Кнопочка и монстры»

Тема: Избавляем ребёнка от страха темноты и воображаемых монстров.

Жила-была на свете маленькая мышка по имени Кнопочка. И была у неё лучшая подруга — уточка Кря.

Однажды уточка позвала мышку на свой День рождения. Кнопочка обрадовалась приглашению. Она прошлась по пшеничному полю и собрала для уточки целую корзинку зёрен. А затем отправилась в гости. Уточка Кря жила возле озера. И чтобы добраться до её дома, Кнопочке нужно было пройти через густой сосновый бор. Кнопочке хотелось как можно быстрее попасть к своей подруге, и она даже не заметила, как проскочила бор.

Увидев Кнопочку, уточка обрадовалась. Она сразу посадила мышку за стол и начала угощать разными вкусностями. На Дне рождения уточки были и другие зверушки: медвежата, лисята, зайчишки, ежата. Все играли, пели, танцевали и кушали вкусный торт.

День прошёл незаметно, и вот уже начало темнеть. Зверушки поблагодарили уточку Кря за весёлый праздник и разошлись по домам. Мышка Кнопочка тоже отправилась в обратный путь.

Однако, как только она очутилась в дремучем сосновом бору, страх накрыл её с головой. Деревья, которые при свете солнышка казались дружелюбными, в темноте превратились в ужасных монстров с горящими глазами, огромными ртами и длинными лапами. Они угрожающе наклонялись к мышке и, как будто, пытались схватить её!

Кнопочка задрожала от ужаса и спряталась под листом лопуха. Она подумала, что сейчас случится нечто ужасное!

Прошло 5 минут, 10, 30... И ничего не случилось!

На небе появился серебряный месяц и осветил тропинку, ведущую прямо к норке маленькой мышки.

Кнопочка выглянула из-за листа и увидела, что монстры — это совсем не монстры, а обычные сосны, верхушки которых раскачивал озорной ветерок. И огромные рты — это совсем не рты, а дупла. И длинные лапы — это совсем не лапы, а ветви. И горящие глаза — это совсем не глаза, а сидящие на стволе светлячки.

Кнопочка запрыгала от радости. Она поняла, что монстры ей просто почудились из-за неожиданно нахлынувшего страха.

Мышка быстро побежала по тропинке и вскоре оказалась дома. После этого случая Кнопочка больше никогда не боялась ходить через дремучий сосновый бор.

Вопрос для обсуждения с малышом: Почему Кнопочка больше не боится темноты и воображаемых монстров?

Авторка: Татьяна Нененко ❤️

Сказка «Зайчик и детский сад»

Тема: Способствуем успешной адаптации малыша к детскому саду.

На опушке леса в уютном деревянном домике жила-была заячья семья: папа-заяц, мама-зайчиха и малыш-зайчик по имени Кексик.
Кексик был ещё очень мал, поэтому мама носила его на своих лапках и кормила молоком из бутылочки. А когда зайчик засыпал, мама-зайчиха готовила еду и делала уборку. Когда Кексик просыпался, то начинал плакать, ведь он не умел разговаривать. Тогда мама-зайчиха снова качала его на своих лапках, пела весёлую песенку и зайчик успокаивался.
Шло время. Кексик рос не по дням, а по часам. Он научился ползать, потом ходить и прыгать. А затем и разговаривать.
Однажды зайчик проснулся утром и захотел позавтракать свежей морковкой. Но морковки дома не оказалось, и зайчик расстроился.
— Не грусти, Кексик! Я схожу в магазин в соседний сосновый бор и куплю тебе морковку, — сказала мама.
— А как же я? Мне будет скучно сидеть дома одному, пока ты ходишь в магазин, — произнёс зайчик.
— Не волнуйся! Скучать не придётся. Я отведу тебя в одно замечательное место, которое называется детский сад. Там собираются детишки-зверушки со всего нашего леса. Ты поиграешь с ними немного, а я в это время схожу за морковкой. Когда я вернусь, мы пойдём домой и вместе покушаем вкусную свежую морковку. Ты согласен? — спросила мама-зайчиха.
— Да! — согласился Кексик.
Сказано — сделано. Мама отвела зайчика в детский сад, а сама ушла в магазин. Сначала Кексику стало тоскливо без мамы, и он, забившись в угол, тихонько заплакал. К зайчику подошла добрая воспитательница-медведица, погладила его по голове и отвела к детям. Кексик увидел, что все зверушки беззаботно играют друг с другом, и никто не грустит. Кексик заметил, что в саду есть множество самых разнообразных игрушек. И ему стало интересно! Он присоединился к детям и начал играть вместе ними в весёлые игры.
Наступило время обеда, и тут пришла мама-зайчиха с полной корзиной свежей морковки. Зайчик увидел маму и запрыгал от радости. Мама тоже была счастлива видеть своего малыша. Она обняла Кексика и сказала:
— Какой ты у меня стал самостоятельный! Я так горжусь тобой!
Затем мама-зайчиха взяла зайчика за лапку, и они вместе поскакали домой. А дома их ждал папа-заяц, он как раз пришёл с работы на обед. Вся заячья семья покушала свежую морковку и осталась очень довольна.

Вопрос для обсуждения с ребёнком: Почему зайчик полюбил детский сад?

Авторка: Татьяна Нененко ❤️

Большой пальчик и озорной Ротик
Тема: Избавляем малыша от привычки сосать палец.

Жили-были на свете пять братьев-пальчиков. И звали их: Большой, Указательный, Средний, Безымянный и Мизинец.
Жили они дружно и весело прямо на ручке у девочки Катюши. Всё они делали вместе: рисовали карандашами, лепили из пластилина фигурки, держали ложечку и вилочку за едой, помогали Катюше одеваться и раздеваться.
Вот однажды пришёл в гости к братьям-пальчикам озорной Ротик. Очень ему понравился Большой пальчик.
— Какой ты красивый, пухлый и румяный! — сказал Ротик и хвать Большой пальчик.
Затем Ротик начал с удовольствием сосать Большой пальчик. Другие братья-пальчики тоже захотели подружиться с Ротиком.
— В Ротике тепло и уютно! А здесь холодно и одиноко без нашего старшего братика! — сказал Мизинчик.
Стали они все вместе стучаться к Ротику в гости. Ротик открылся и оттуда пулей выскочил Большой пальчик:
— Братья! Не лезьте в Ротик, там нет места для пальчиков! В Ротике живут Язычок и Зубы. Если пальчики будут постоянно в Ротике, то Зубки не смогут расти ровно, а Язычок не сможет говорить ясно.
Озорной Ротик понял свою ошибку и больше не стал хватать Большой пальчик. Остальные пальчики очень обрадовались тому, что к ним снова вернулся их старший брат.
И зажили братья-пальчики ещё лучше чем прежде, радуя Катюшу и во всем ей помогая!

Вопрос для обсуждения с ребёнком: Почему вредно сосать палец?
Авторка: Татьяна Нененко❤️

Сказка «Почему нельзя обманывать»

Тема: Помогаем ребёнку понять, что обманывать не только плохо, но и опасно.

Возле Северного полюса, в Северном Ледовитом океане жил-был медвежонок по имени Сахарок. Он рос хорошим и добрым медвежонком, но была у него одна вредная привычка — обманывать родителей.

Бывало, плывут с мамой-медведицей на льдине и рыбу ловят, а Сахарок нарочно падает в воду и кричит:

— Мама, мама, спаси меня, я тону! Кто-то схватил меня за ногу и тащит вниз!

Мама бросает рыбу и бежит к нему на помощь. А медвежонок как засмеётся громко, брызнет маме водой в морду и крикнет:

— Поверила, поверила! А я тебя обманул!

И так каждый день.

Однажды Сахарок катался с ледяной горы и случайно провалился в глубокую трещину. Попытался выкарабкаться наверх, не получилось — стенки слишком гладкие. Начал он звать на помощь:

— Мама, папа, помогите мне! Я упал в трещину! Тут очень холодно и сыро!

Родители услышали медвежонка, но подумали, что он опять их обманывает, и продолжили заниматься своими делами.

Так Сахарок просидел в трещине весь день. Как только он не звал, как только не кричал — никто не пришёл к нему на помощь! К вечеру медвежонку стало так обидно, что он заплакал от горя. Тут, откуда ни возьмись, в трещину хлынула большая волна и вытолкнула его наружу. Не помня себя от радости, Сахарок побежал домой.

Медвежонок вернулся в свою берлогу за полночь. Он крепко обнял родителей и сказал:

— Простите меня, мама и папа! Я больше никогда не буду вас обманывать! Пожалуйста, только верьте мне!

Мама с папой удивлённо посмотрели на медвежонка и утвердительно закивали головами:

— Хорошо, малыш!

Вопрос для обсуждения с ребёнком: Как получилось, что никто не пришёл на помощь к медвежонку, когда он по-настоящему попал в беду?

Авторка: Татьяна Нененко ❤️

Медвежонок Бу

Тема: Избавляем малыша от страха расставания с мамой.

Около Северного полюса, на льдах Северного ледовитого океана жил белый медвежонок по имени Бу. Он был ещё совсем маленький и не умел ходить. Поэтому мама-медведица постоянно носила его на своих лапах.

Шло время. Вскоре Бу научился ползать, а затем ходить и бегать. Однако с мамы слезать не торопился. И при каждом удобном случае спешил посидеть на мягких и тёплых маминых лапках. А когда медведицы не было рядом, Бу сильно переживал и плакал.

Однажды маму-медведицу и Бу позвали в гости. В гостях было много зверей и их детёнышей. Все играли и веселились. Только медвежонок весь вечер просидел на маминых руках. На самом деле Бу очень хотелось играть вместе со всеми. Но он так любил маму, что боялся расставаться с ней даже на минуту.

Бу рос не по дням, а по часам. И вскоре стал таким большим, что медведице стало тяжело носить его на своих лапах. Она начала быстро уставать и жаловаться на боль в спине.

В одно прекрасное утро, пока медвежонок сладко спал в своей кроватке, мама-медведица отправилась ловить рыбу на завтрак. Бу проснулся раньше времени и понял, что мамы нет рядом. Он очень расстроился и заплакал горькими слезами.

Вдруг медвежонок увидел в окошке, как соседские медвежата весело играют в снежки. Они тоже заметили Бу и позвали его играть вместе с ними. Медвежонку так захотелось порезвиться на свежем воздухе, что он забыл про свой страх и выбежал на улицу. Соседские медвежата с удовольствием приняли Бу в свою игру.

Когда мама вернулась с охоты и увидела весёлого играющего Бу, она была сильно удивлена. Медведица похвалила сына за то, что он стал таким смелым и самостоятельным.

С тех пор каждое утро она уходила ловить рыбу, а медвежонок оставался играть с соседскими медвежатами. Бу больше не боялся расставания с мамой. Потому что знал, что любимая мама скоро обязательно вернётся. И не с пустыми лапами, а с вкусной и свежей рыбой.

Вопрос для обсуждения с ребёнком: Как медвежонок поборол страх расставания с мамой?

Авторка: Татьяна Нененко❤️

Путешествие по сказочному лесу
Тема: Успокаиваем малыша во время истерики.

Мы пойдём с тобой по волшебной тропинке, которая приведёт в сказочный лес. Там растут дубы-великаны, тонкие берёзки и колючие ёлочки. Они все живые и умеют разговаривать между собой, как люди.
Мы выйдем на полянку и увидим на ней множество красивых цветов: белые ромашки, жёлтые одуванчики, синие васильки. А под зелёными листьями найдём ароматные землянички и большие грибы-боровики.
Мы встретим приветливого медвежонка, который угостит нас малиной. Серого зайчика, который помашет нам своей лапкой из кустов. Фыркающего ёжика, который пробежит под нашими ногами — топ-топ-топ!
Затем нас подхватит озорной ветерок, словно мы две лёгкие пушинки, и пронесёт через весь сказочный лес до самого дома.
Мы с тобой нырнём под мягкое одеяло, выпьем по кружечке тёплого молока с печеньем и уснём сладким сном.

Совет родителям. Ласковым, нежным, тихим голосом расскажите малышу сказку-бродилку. Она поможет отвлечься от отрицательных эмоций, снять напряжение и расслабиться.
Авторка: Татьяна Нененко❤️

Сильный Саша
Тема: Сказка для малоежек.

Жил-был на свете мальчик Саша. И он очень не любил кушать.
— Съешь кашу, Сашенька! — предлагала мама.
— Нет! — отворачивался Саша.
— Съешь котлетку, Сашенька! — говорил папа.
— Не хочу! — морщился тот.
— Съешь салатик, Сашенька! — настаивала бабушка.
— Не буду! — отодвигал тарелку Саша.
— Ай-ай-ай! — покачал головой дедушка. — Если ты не будешь хорошо кушать, то будешь слабым. Чтобы вырасти большим и сильным, нужно обязательно кушать полезную еду!
Саша только рукой махнул.
Вот позвали Сашу дети гулять во двор. Саша обрадовался. Он взял с собой самокат, захватил лопатку и выбежал на улицу.
Дети решили покататься с горки. Все быстро залезли по лесенкам на вершину и начали весело съезжать со склона.
Саша тоже хотел залезть на горку, но, сделав несколько шагов по лестнице, остановился. Силы закончились.
Дети решили поиграть в песочнице. Все выкопали глубокие ямки. Саша взял в руки свою лопатку, два раза черпнул и опять силы закончились.
Дети решили погонять на самокатах. Все ловко вскочили на свои самокаты и через пару минут были уже у дома. Саша, запыхаясь, приехал последним. Сил не было совсем.
— Вы такие сильные и ловкие! Почему я такой слабый? — удивился Саша.
Дети пожали плечами. Тут мальчик вспомнил слова дедушки и всё понял. Он зашёл домой, схватил ложку и съел всё, что предлагали родители.
С тех пор Саша хорошо кушал каждый день и вырос большим и сильным. Ловчее всех залезал на лесенки, копал самые глубокие ямки из песка и быстрее всех ездил на самокате.

Вопрос для обсуждения с ребёнком: Почему нужно каждый день кушать полезную еду?
Авторка: Татьяна Нененко❤️

Как лисёнок детский сад пропустил
Тема: Прививаем ребёнку желание ходить в детский сад.

Жил-был на свете лисёнок по имени Лучик. Как и все малыши леса, он ходил в звериный детский сад. Вот однажды проснулся лисёнок рано утром и заявил маме-лисице:
— Не хочу идти в сад!
— Ну ладно, оставайся дома, — согласилась мама.
Сначала Лисёнок обрадовался. «Сегодня я могу играть сколько захочу и как хочу! Никто мне не указ!» — подумал он. Но вскоре ему всё наскучило: одному гонять в машинки было неинтересно, от мультиков заболели глаза, читать сказки он сам не умел — мама была занята домашними делами. Лисёнку казалось, что день тянется необыкновенно долго, и нет ему конца и края.
На следующее утро Лучик проснулся раньше всех. Он забежал в комнату к маме-лисице:
— Мамочка! Вставай скорее! Пойдём собираться в сад!
— Я вижу, ты сегодня готов идти в сад? — спросила мама.
— Да, конечно! Вчера мне было очень скучно дома, — ответил лисёнок.
Когда Лучик зашёл в группу, его со всех сторон окружили малыши.
— Привет, Лучик! Где ты был вчера?
— Эх, лисёнок! Ты такое пропустил!
— Мы вчера ходили к пруду и видели столько интересного!
— Собрали красивые ракушки!
— Поймали рыбу!
— Поиграли со стрекозами!
Лисёнок вздохнул и опустил голову:
— Вот как... А я вчера весь день скучал дома...
— Не грусти, Лучик! — сказала воспитательница. — Впереди ещё много замечательных дней в детском саду!
С тех пор лисёнок больше не пропускал детский сад. Разве что по болезни. И то! Старался как можно быстрее выздороветь, чтобы с новыми силами отправиться в любимый сад.

Вопрос для обсуждения с ребёнком: Почему лисёнок больше не захотел пропускать детский сад?
Авторка: Татьяна Нененко❤️