

Топ книг по сказкотерапии или чтение перед сном с пользой

Чтение перед сном – это всегда безусловная польза для ребёнка. Ребенок, сопоставляя себя с главным героем, учится сопереживать, распознавать эмоции и выносит из сказок какой-то урок.

Но бывает так, что родитель видит у ребенка определенную проблему и не знает, как помочь в данной ситуации. К примеру, ребенок не знает, как совладать со своими эмоциями или сдаётся каждый раз, когда что-то не получается. Проговорить с ним проблему и найти пути решения может быть эффективно, но не всегда ребенок готов воспринимать такой разговор.

Тогда и может прийти на помощь сказка. Форма метафоры более доступна для восприятия ребенка через сказку, ведь чаще бывает проще сопоставить себя с главным героем и найти в сказке ответ, нежели слушать мудрые, но порой очень сложные наставления от взрослых.

Психологами и психотерапевтами разработаны специальные сказки с учетом возраста, которые имеют терапевтический эффект и способны в доступной ребенку форме показать пути решения проблемы, с которой столкнулся он и его родители.

Топ книг и сборников с такими сказками:

- О.В. Хухлаева, О.Е. Хухлаев «Лабиринт души. Терапевтические сказки»
- И.В. Маниченко «50 терапевтических сказок от 33 капризов»
- Елена Ульева «Я побеждаю страхи»
- О.В. Хухлаева, О.Е. Хухлаев «Терапевтические сказки в коррекционной работе с детьми»
- Серия книг Вики Смирновой «Я стесняюсь», «Я обижаюсь», «Я сдаюсь», «Я дерусь» и т.д.
- Серия книг Карнелии Спилман «Когда я... Полезные сказки»

Имея в арсенале эти книги, вы будете всегда держать под рукой «карманного помощника», который подскажет во многих ситуациях ответ на сложные вопросы или поможет справиться с различными непростыми ситуациями.