



## **"Сказки в помощь: развиваем эмоции вместе"**

Предлагаю поговорить о важности сказок в воспитании и развитии эмоционального интеллекта ваших детей.

Сказки — это не только интересные истории, но и мощный инструмент для формирования эмоционального восприятия и социализации.

Рассмотрим, как именно они воздействуют на эмоциональное развитие детей.

### **Эмоциональное восприятие.**

Опознавание эмоций: Сказки часто содержат яркие персонажи, которые переживают различные эмоции — радость, грусть, страх, злость и т.д. Дети, слушая о таких персонажах, учатся распознавать и называть свои собственные чувства. *(Например: персонаж, испытывающий страх перед неизвестным, может помочь ребенку обсудить собственные страхи и тревоги.)*

Эмоциональная эмпатия: Сказки помогают развивать эмпатию, так как дети учатся сопереживать персонажам. Когда ребенок чувствует печаль героя, он может задуматься о том, как это может проявляться в его собственной жизни. Обсуждая поведение героев, дети учатся понимать, как одни эмоции могут влиять на действия и решения других.

### **Социализация.**

Социальные нормы и ценности: Многие сказки содержат мораль или урок, который подчеркивает важные социальные нормы и ценности: дружбу, взаимопомощь, честность и уважение. *(Например, в сказках о дружбе герои, преодолевающие трудности вместе, показывают, как важно быть заботливым и отзывчивым к окружающим.)*

Понимание общественных ролей: Сказки помогают детям понять разные социальные роли и взаимодействия. Они учат, что в мире существуют различные характеры, и даются примеры того, как они могут

взаимодействовать. Это может помочь детям лучше понимать себя и окружающих, а также готовиться к взаимодействию с другими людьми.

### **Практическое применение**

Чтение сказок вместе с родителями: Совместное чтение сказок открывает пространство для обсуждения эмоций и социальных взаимодействий. Родители могут задавать вопросы, обсуждая, что чувствуют герои, и какие уроки можно из этого извлечь.

Ролевые игры: Превращение любимых сказок в ролевые игры — это отличный способ позволить детям самим пережить эмоции персонажей. Играя в разных ролях, дети развивают свои социальные навыки и учатся выражать эмоции.

Важность эмоций в том, что они являются основой нашего общения, понимания друг друга и взаимодействия с миром.

### **Развитие эмоционального интеллекта помогает детям:**

- Распознавать и выражать свои чувства.
- Сопереживать и понимать чувства других.
- Управлять своими эмоциями в различных ситуациях.

Использовать сказки дома можно по-разному: самостоятельно придумывая способы, а можно воспользоваться методами и приемами сказкотерапии.

**Сказкотерапия** — это метод основанный на использовании сказок и сказочных сюжетов для решения проблем и работы с эмоциями. Родители могут эффективно использовать сказкотерапию в различных аспектах воспитания и общения с детьми. Ниже приведены некоторые способы применения сказкотерапии родителями.

### **Применение для эмоциональной поддержки**

Обсуждение эмоций: Чтение сказок, в которых персонажи испытывают схожие чувства, может помочь ребенку понять собственные эмоции. Родители могут спрашивать: «Как ты думаешь, почему герой так себя чувствует?», что станет отправной точкой для обсуждения.

Успокаивающие истории: Сказки о любимых героях, которые преодолевают трудности, могут успокоить ребенка в моменты стресса или страха. Это создаст ощущение безопасности и поддержки.

### **Решение проблем и конфликтов**

Моделирование поведения: Сказки могут показать, как персонажи справляются с трудными ситуациями, решают конфликты или принимают важные решения. Совместное обсуждение этих решений поможет ребенку понять, как можно поступить в аналогичной ситуации.

Проблемно-ориентированные истории: Использование сказок, в которых герои сталкиваются с проблемами, позволяет детям увидеть возможность решения своих собственных проблем через аналогичные ситуации.

### **Развитие социальных навыков**

Учение о дружбе и сотрудничестве: Во многих сказках подчеркиваются важность дружбы и взаимопомощи. Родители могут использовать эти

примеры, чтобы показать детям, как важно поддерживать друзей и работать в команде.

Развитие эмпатии: Обсуждая чувства персонажей, дети могут учиться понимать эмоции других. Родители могут задавать вопросы о том, как бы они себя чувствовали на месте персонажей.

### **Создание собственных сказок**

Творческое взаимодействие: Родители могут предложить детям создать собственные сказки, в которых они будут главными героями. Это позволяет детям выразить свои страхи, мечты и переживания, а также развивает креативность.

Применение ролевых игр: Постановка сцен из сказок, где ребенок может играть разные роли, позволяет глубже понять чувства и решения персонажей, а также развивает актерские навыки.

Для сказкотерапии можно использовать множество сказок, которые помогают детям справляться с различными эмоциями, страхами и проблемами.

### **Вот несколько примеров:**

1. **"Красная Шапочка"** - помогает обсудить темы страха, доверия и необходимость осторожности.
2. **"Три поросенка"** - учит важности труда, планирования и предостерегает от легкомысленности.
3. **"Золушка"** - затрагивает темы неприятия, надежды и веры в чудеса, а также важности доброты и терпения.
4. **"Гадкий утенок"** - способствует пониманию себя, принятия своей индивидуальности и преодоления трудностей.
5. **"Колобок"** - помогает обсудить правила безопасности и осторожности с незнакомцами.
6. **"Снегурочка"** - может использоваться для работы с темами потери, обретения себя и поиска смысла.
7. **"Маленький принц"** - предлагает глубокие размышления о дружбе, любви и целях в жизни.
8. **"Кот в сапогах"** - демонстрирует, как смекалка и находчивость могут помочь справиться с трудностями.
9. **"Бременские музыканты"** - говорит о дружбе, сотрудничестве и стремлении к мечте, даже если ты столкнулся с трудностями.
10. **"Сказка о рыбаке и рыбке"** - обсуждает темы жадности, удовлетворенности и последствий желаний.
11. **"Репка"** - можно использовать для работы с темами сотрудничества, командной работы и упорства.
12. **"Царевна-лягушка"** - рассматривает идею внутреннего роста и преодоления предвзятости.
13. **"Аист и щенок"** - показывает важность дружбы и поддержки.

14. **"Фея"** (разные версии) - может быть использована для работы с темами волшебства, надежды и исполнения желаний.

*Каждая из этих сказок может быть адаптирована под конкретные ситуации и проблемы, с которыми сталкивается ребенок, а также использоваться для создания сюжетов, позволяющих ребенку выразить свои чувства и переживания.*

Сказкотерапия — это не только чтение, но и обсуждение, рисование, разыгрывание сцен и создание новых историй на основе уже знакомых.

**Сказки — это уникальный способ развивать эмоциональную грамотность, общение и понимание. Используя сказки в воспитании, мы помогаем нашим детям стать более чуткими, эмпатичными и уверенными в себе.**

*Подготовил педагог-психолог :  
Емельянова С.В.*