# Как Кенгуреныш стал самостоятельным.

**Возраст: 2-5 лет.****Направленность: Страх расставания с мамой. Переживания, тревога, связанные с одиночеством.****Ключевая фраза: «Не уходи. Я боюсь один».**

Жила-была большая мама-Кенгуру. И однажды она стала самой счастливой Кенгуру на свете, потому что у нее родился маленький Кенгуреныш. Поначалу Кенгуреныш был очень слабеньким, и мама носила его в своей сумочке на животе. Там, в этой маминой сумочке, Кенгуренышу было очень уютно и совсем не страшно. Когда Кенгуреныш хотел пить, мама поила его вкусным молоком, а когда хотел поесть, мама-Кенгуру кормила его кашкой с ложечки. Потом Кенгуреныш засыпал, и мама могла в это время убираться в доме или готовить еду.

Но иногда маленький Кенгуреныш просыпался и не видел рядом мамы. Тогда он начинал очень громко плакать и кричать до тех пор, пока мама не приходила к нему и не клала его опять в свою сумочку. Однажды, когда Кенгуреныш вновь заплакал, мама попыталась положить его в свою сумочку; но в сумочке оказалось очень тесно и ножки Кенгуреныша не помещались. Кенгуреныш испугался и заплакал еще сильнее: он очень боялся, что теперь мама уйдет и оставит его одного. Тогда Кенгуреныш изо всех сил сжался, поджал коленки и пролез в сумочку.

Вечером они с мамой пошли в гости. В гостях были еще Дети, они играли и веселились, звали Кенгуреныша к себе, но он боялся уходить от мамы и поэтому, хотя ему и хотелось пойти поиграть со всеми, он все-таки просидел все время в маминой сумочке. Весь вечер к ним с мамой подходили взрослые Дяди и тети и спрашивали, почему такой большой Кенгуреныш боится оставить маму и пойти играть с другими ребятами. Тогда Кенгуреныш совсем испугался и спрятался в сумочку так, что даже головы не было видно.

День за днем в маминой сумочке становилось все теснее и неудобнее. Кенгуренышу очень хотелось побегать по зеленой полянке возле дома, построить куличики из песка, поиграть с соседскими мальчишками и девчонками, но так страшно было уходить от мамы, поэтому большая мама-Кенгуру не могла оставить Кенгуреныша и сидела с ним все время. Однажды утром мама-Кенгуру ушла в магазин. Кенгуреныш проснулся, увидел, что он один, и заплакал. Так он плакал и плакал, а мама все не приходила.

Вдруг в окно Кенгуреныш увидел соседских мальчиков, которые играли в салки. Они бегали, догоняли друг друга и смеялись. Им было очень весело. Кенгуреныш перестал плакать и решил, что он тоже сможет сам, без мамы умыться, одеться и пойти к ребятам. Так он и сделал. Ребята с радостью приняли его к себе в игру, и он бегал и прыгал вместе со всеми. А вскоре пришла мама и похвалила его, что он такой смелый и самостоятельный.

Теперь мама может каждое утро ходить на работу и в магазин — ведь Кенгуреныш уже совсем не боится оставаться один, без мамы. Он знает, что днем мама должна быть на работе, а вечером она обязательно придет домой, к своему любимому Кенгуренышу.

Вопросы для обсуждения
Чего боялся Кенгуренок? Ты боялся того же? Почему теперь Кенгуренок не боится оставаться один, без мамы?

**Фея Равнодушие и Страна Надежды**

**Возраст:**5 – 11 лет.

**Направленность:**Переживания, тревога и беспокойство,

связанные с разводом родителей.

**Ключевая фраза:**Обычно ребенок не говорит ничего —

он переживает про себя.

В стародавние времена, далеко-далеко — в той стране, где всегда лето,— произошла эта история.

Жил-был мальчик и было ему.... лет. Он был очень похож на тебя: любил кататься на велосипеде, есть мороженное, играть в футбол с друзьями, ходить кататься на аттракционах со своими родителями по выходным.

Вообще, в своей семье ему жилось замечательно. Мама его ласкала и воспитывала, это было, наверное, нужно, и было чрезвычайно приятно, что именно она — мама — хочет, чтоб из ребенка вырос такой же человечище, как папа, которого она, между прочим, всегда в пример ставила. Папа тоже занимался воспитанием сына: гулял с ним (именно он научил кататься на велосипеде нашего героя), а главное — у папы был еще один друг — автомобиль, занимаясь с которым, они с сыном проводили много времени (что-то там все время барахлило). Отец возился под капотом, а сын, в помощь отцу, в салоне нажимал на педали, чтобы папа мог оценить работу двигателя.

И так длилось долгое время. Но злая волшебница Равнодушие заколдовала родителей. Мама и папа стали часто ссориться. Все чаще по вечерам бабушка, а не мама, сидела у кроватки и читала нашему мальчику сказки. А мама и папа на кухне о чем-то спорили и громко кричали. В эти моменты мальчику хотелось одновременно и спрятаться, сжавшись в комок, чтобы этого не слышать, и забежать на кухню, чтобы прервать разговор родителей, помешать им ссориться, помирить их. Или, наконец, заклеить им рты пластырем и, связав, уложить спать.

Наутро все просыпались расстроенными и невыспавшимися:
мама — с заплаканными глазами, папа — сердитым.

Грустно и тоскливо, буквально до слез, было нашему мальчику.

И тут Равнодушие придумала новую беду — развод. Мама и папа решили, что вместе они жить не могут и надо попробовать жить отдельно друг от друга. Мальчик наш остался жить с мамой, так как именно она могла ухаживать за подрастающим сыном лучше всех и именно она умела выслушать сына, понять его и пожалеть. А папа уехал...

Тогда нашему мальчику стало очень тоскливо. Грустные мысли одолевали его. Ему казалось, что папа уехал именно потому, что не любит его. И что родители тогда, по вечерам, ссорились именно из-за него. И что развод — это наказание ему за плохое поведение. Казалось, что этому не будет конца.

И вот однажды во сне ему явился волшебник из Страны Надежды. Он был высок и красив, голос его походил на папин. Он взял мальчика на колени, как делал это папа, когда они вдвоем смотрели по телевизору футбол. Это было так прекрасно и удобно. Волшебник объяснил ему и про фею Равнодушие, и про то, что родители по-прежнему его любят.

И мальчику стало так тепло и хорошо, что утром он проснулся радостный. Не успев зайти на кухню, чтобы позавтракать, он услышал телефонный звонок. Это был папа.

Затаив дыхание, сын слушал, как отец приглашал его пойти погулять, покататься на велосипеде, а затем заехать в гараж, поковыряться в машине...

О, что за денек выдался тогда! Солнце припекало и поблескивало в спицах велосипеда. Глаза папы и сына сияли счастьем. Они держались за руки. И все бабушки во дворе говорили, что сын похож на отца. Когда же они возвращались домой, папа купил три порции мороженого и со словами «Одно для мамы, передай ей» протянул сыну.

И в тот день мальчик понял, что в жизни его произошли некоторые перемены: у него стало два дома — мамин и папин, и родители его по-прежнему любят и ценят, и каждый из них хочет быть рядом с ним всю жизнь. И ничто — даже фея Равнодушие со страшным разводом — не помешает этому счастью, потому что страна Надежды всегда будет с ним.

**Вопросы для обсуждения**

Что сделала с родителями фея Равнодушие и почему мальчику стало так грустно от этого?

Как ты думаешь, прав ли был мальчик, когда думал, что папа

уехал именно из-за него?

Что понял мальчик в конце истории, согласен ли ты с ним?

## Сказка про Енота

**Возраст: 5-9 лет.
Направленность:** Трудности общения со сверстниками. Страх общения. Неумение устанавливать контакты. Зажатость. Скованность.
**Ключевая фраза**: «Я не знаю, как подружиться»

Жил-был маленький полосатый Енот. Он боялся всего-всего на свете, и поэтому у него не было друзей. Ему было очень тяжело с кем-нибудь познакомиться. Каждое утро он ходил через ручей за деревянными палками. Это была его работа. Но с палками он не мог разговаривать, и поэтому ему было очень скучно.

Однажды утром, переходя ручей, он заметил Белочку, которая мыла грибы и складывала их в корзину. Он испугался и тихо перешел ручей, чтобы она его не заметила. Енот шел по лесу и думал о том, что Белочка ему очень понравилась. Но как с ней познакомиться, он не знал.

Каждое утро по дороге в лес Енот видел Белочку, но подойти к ней и заговорить он не решался. Енот потерял аппетит и почти не мог спать, потому что всё время думал о Белочке. Он исхудал, ослабел и работал еле-еле.

Однажды, переходя ручей по мелкому месту, он остановился и стал издалека наблюдать за ней. В это время Белочка нечаянно уронила корзину с грибами в ручей, и она стала медленно уплывать по течению в сторону Енота. Белочка пыталась поймать ее палкой, но корзина была уже далеко от берега. Эти грибы Белочка собирала целый год, ей было очень горько и обидно, она села на берег и стала плакать. Енот стоял в оцепенении и ничего не мог поделать с собой. Это был его единственный случай, когда он мог бы помочь Белочке. Но очень боялся это сделать, сам не понимая почему. Корзина медленно приближалась к Еноту и уже стала проплывать мимо него, а он все никак не мог ничего сделать. Колени его дрожали, к горлу подступала тошнота, на лбу выступил пот, а самому ему стало очень, очень холодно. И когда корзина начала отплывать от Енота, он все же решился. Шагнув вперед и утонув по пояс в воде, он схватил корзину за ручку и вытащил на берег.

От холодной воды все его страхи исчезли. Енот смело подошел к Белочке, поставил корзину и сказал: «Вот ваша корзина, не расстраивайтесь». Белочка очень обрадовалась, благодарно посмотрела на Енота и сказала: «Большое спасибо. Ты настоящий друг». Маленький Енот весь засветился от счастья, ему еще никто не говорил таких добрых слов. «Но ты весь мокрый,— сказала Белочка,— пойдем ко мне, ты должен обсохнуть». Они пошли к Белочке, пили чай с вкусным вареньем и долго разговаривали.

С тех пор Енот и Белочка стали дружить и всегда друг другу помогали. Тот день стал самым счастливым в жизни Енота, потому что у него появился друг.

**Вопросы для обсуждения**
Из-за чего грустил Енот? Ты когда-нибудь грустил из-за того же?
Что мешало Еноту подружиться?
Как бы ты поступил на месте Енота, когда мимо него проплывала корзина? Что помогло Еноту подружиться с Белочкой?

## Сказка о Вороненке

**Возраст:** 5-9 лет.
**Направленность:** Неуверенность. Боязнь самостоятельности. Тревожность и боязливость.
**Ключевая фраза:** «Я боюсь, у меня не выйдет»

Когда-то давно в одном небольшом городке на большом тополе жила Ворона. Однажды она снесла яйцо и села его высиживать. Гнездо было без крыши, поэтому маму Ворону морозили ветра, засыпал снег, но она все терпеливо переносила и очень ждала своего малыша.

В один прекрасный день птенец застучал внутри яйца своим клювиком, и мама помогла выбраться своему Вороненку из скорлупы. Он вылупился нескладным, с голеньким беспомощным тельцем и с большим-большим клювом; он не умел ни летать, ни каркать. А для мамы он был самый красивый, самый умный и самый любимый, она кормила сына, согревала его, защищала и рассказывала сказки.

Когда Вороненок подрос, у него выросли очень красивые перышки, он много всего узнал из маминых рассказов, но он по-прежнему не умел ни летать, ни каркать.

Наступила весна, и пришло время учиться быть настоящим вороном. Мама посадила вороненка на край гнезда и сказала:

— Сейчас ты должен смело прыгнуть вниз, взмахнуть крыльями — и ты полетишь

В первый день Вороненок уполз в глубину гнезда и тихо плакал там. Мама, конечно, огорчилась, но ругать сына не стала. Прошло некоторое время, и уже все молоденькие воронята вокруг научились летать и каркать, а нашего Вороненка мама по-прежнему кормила, оберегала и долго-долго уговаривала перестать бояться и попробовать научиться летать.

Как-то этот разговор услышала Старая Мудрая Ворона и сказала молодой неопытной маме:

— Так больше продолжаться не может, не будешь же ты всю жизнь бегать за ним, как за маленьким. Я помогу тебе научить твоего сына и летать, и каркать.

И когда Вороненок на следующий день сел на краю гнезда подышать свежим воздухом и посмотреть на мир, Старая Ворона тихо подлетела к нему и столкнула вниз. От страха Вороненок забыл все, чему так долго учила его мама, и стал камнем падать на землю. От испуга, что он сейчас разобьется, он открыл свой большой клюв и… каркнул. Услышав самого себя, и от радости, что, наконец, научился каркать, он взмахнул крыльями раз, другой — и понял, что летит… И тут он увидел рядом с собой маму; они полетали вместе, а потом дружно вернулись в гнездо и от всей души поблагодарили Старую Мудрую Ворону. Так в один день Вороненок научился и летать, и каркать. А на следующий день в честь своего сына, который стал совсем взрослым и самостоятельным, мама Ворона устроила большой праздник на который пригласила всех птиц, бабочек, стрекоз и многих-многих других, а на почетном месте важно восседала Старая Мудрая Ворона, которая помогла не только маленькому Вороненку, но и его маме.

**Вопросы для обсуждения**
Что почувствовал Вороненок, когда мама сказала, что ему пора летать?
Как ты думаешь, Вороненок хотел летать? Чего он боялся|? Почему Вороненок все-таки полетел?

## Роза и ромашка

**Возраст:** 4-10 лет.
**Направленность:** Низкая самооценка. Неуверенность. Чувство неполноценности.
**Ключевая фраза:** «Я некрасивая и плохая».

В маленьком городе без названия был крошечный садик, в котором росла прекрасная алая роза. Неподалеку от розы росла бедная беззащитная ромашка. Она только что распустилась, ее еще не окрепшие лепестки были белыми, обычными. Ромашку окружало множество разнообразных полевых цветов. Но ее ничего не радовало. В ее крошечной желтенькой головке была большая мечта — стать прекрасным, необычным цветком. Ромашка с восхищением смотрела на ухоженную розу. Когда была засуха, хозяин поливал свой цветок, когда шли обильные дожди, розу накрывали, и ни одна грозная капля не попадала на бархатные лепестки нежного цветка. «Как же ей хорошо,— думала ромашка.— Оказаться бы мне на ее месте»,— не переставал мечтать маленький желтенький цветок с длинными лепесточками, похожими на крылышки бабочек.

Но вот однажды шел по дорожке ребенок. Увидев ромашку, он с восхищением сказал: «Какой красивый цветок!». Ромашка сначала не могла понять этих слов, до этого момента она считаласебя самым уродливым растением. Малыш просветил ромашку, она поняла, что все цветы хороши по-своему.

**Вопросы для обсуждения**
Почему Ромашка с восхищением смотрела на розу? Что значит «все цветы хороши по-своему»? Можно ли эту фразу сказать про людей?

**Маленький Котенок**

**Возраст:** 4-7 лет.
**Направленность:** Переживания, связанные с наказанием и чувством вины.
**Ключевая фраза:** «Я непослушный»

Дело было в деревне. У людей жил маленький Котеночек. Но до того он был непослушный! Когда люди уходили и оставляли его, то он то тарелочку разобьет, то еще чего-нибудь натворит. И вот когда люди ушли, он опять разбил, очень неудачно, и попал себе на одну лапку. Когда люди пришли (они очень любили животных), они сказали: «Что же ты так, разбил тарелку». Они перевязали ему лапку и наложили гипс. Когда гипс сняли, все хорошо срослось. Но Котенок знал, что больше не будет бить тарелки,— только тогда, когда ему разрешат.

**Вопросы для обсуждения**Трудно порекомендовать конкретные вопросы. Содержание сказки на наш, «взрослый» взгляд неоднозначно, однако всем детям и самой девочке-автору эта сказка приносила заметное облегчение. Просто смотрите за реакцией ребенка и следуйте своей интуиции.

**Сказка о Зайчике, который обиделся на свою маму.**

**Возраст:** 4-9 лет.
**Направленность:** Конфликтные отношения с родителями. Негативные чувства (обида, злость и пр.) по отношению к родителям. Неадекватная реакция на наказание и неодобрение.
**Ключевая фраза:** "Мама меня совсем не любит! Если бы она меня любила, то не стала бы наказывать"

В уютном домике на лесной опушке жил Зайчик. Как-то раз захотелось ему поиграть с друзьями на солнечной поляне.
- Мама, можно я пойду погулять с друзьями?- спросил он.
- Конечно, можно,- сказала мама,- только не опоздай к обеду. Когда кукушка прокукует три раза, возвращайся домой, а то я буду волноваться.
- Я обязательно приду вовремя,- сказал Зайчик и побежал гулять.
На лесной поляне ярко светило солнышко, и зверята весело играли то в прятки, то в салочки, то в чехарду... Кукушка прокуковала и три раза, и четыре, и пять раз. Но Зайчик так увлекся игрой, что и не услышал ее. И только когда наступил вечер и зверята стали расходиться по домам, Зайчик тоже весело побежал домой к маме.
Но мама его была очень сердита на него за то, что он опоздал. Она отругала Зайчика и в наказание запретила ему выходить из дома. Зайчик обиделся на маму: он ведь не хотел ее огорчать, просто заигрался с друзьями и совсем забыл о времени, а его так несправедливо наказали. "Мама меня совсем не любит,- подумал Зайчик.- Если бы она меня любила, то не стала бы наказывать".
И Зайчик убежал из дому в лес, нашел норку и решил остаться там жить. Ночью пошел дождь, стало холодно и неуютно. Зайчик чувствовал себя очень одиноким, ему хотелось домой к мамег но он не мог простить ее за то, что она его наказала.
Утром Зайчика разбудила болтовня сорок, которые сидели на соседнем дереве. "Бедная Зайчиха,- говорила одна сорока другой.- Вчера ее Зайчонок убежал из дома, она всю ночь искала его в лесу под дождем, а теперь она тяжело заболела от огорчения и беспокойства".
Услышав эти слова, Зайчик подумал: "Раз мама волнуется из-за меня, значит, она меня, наверное, любит. Она заболела, потому что я убежал, и ей теперь очень плохо. Я должен простить её и вернуться домой, ведь я тоже ее люблю". И Зайчик помчался домой.
Как только мама увидела его, она сразу выздоровела, встала с кровати и ласково обняла своего Зайчонка.
- Как я рада, что ты вернулся, мой хороший,- сказала мама.- Мне было очень плохо без тебя, ведь я так сильно тебя люблю.
- Я тоже тебя люблю, мамочка,- сказал Зайчик.
С тех пор Зайчик и его мама жили дружно и не обижались друг на друга. Зайчик понял, что мама его любит и будет любить всегда, что бы ни случилось.

**ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ**
За что Зайчик обиделся на маму? Обиделся бы ты на его месте?
Почему Зайчик вернулся к маме?
Что понял Зайчик из этой истории?

## Сказка про ежика Витю

**Возраст:** 4-9 лет.
**Направленность:** Трудности в общении со сверстниками. Чувство неполноценности.
**Ключевая фраза**: «Я плохой. Со мной никто не будет дружить!»

В одном лесу под старой сосной жил в своей маленькой норке ежик Витя. Он был маленьким серым ежиком с кривыми лапками и множеством колючек на спинке. Вите очень плохо жилось в этом лесу. Никто из зверей не хотел дружить с ним.

— Посмотри, какой у меня красивый и пушистый хвост. Разве я могу дружить с такой серой колючкой как ты ? — говорила Вите лиса.

— Ты слишком маленький, я случайно могу раздавить тебя одной левой,— бурчал медведь.

— Ты такой неуклюжий, ни попрыгаешь с тобой, ни побегаешь,— пищал зайка.

— У тебя же нет ни голоса, ни слуха. Лягушки на болоте — и те поют лучше тебя,— курлыкал ему прямо в ухо соловей.

Бедному ежику было очень обидно слышать такие слова. Витя подолгу сидел на берегу старого лесного пруда и смотрел на свое отражение в воде. «Ну почему я такой маленький, такой колючий, неуклюжий, почему у меня нет музыкального! слуха?»— плакал он. Маленькие слезы ежика градом лились в пруд, но некому было даже пожалеть бедняжку. Витя так грустил и переживал из-за того, что никто не хотел с ним дружить, что чуть было не заболел.

Однажды утром Витя как обычно отправился на лесную поляну поискать грибов и ягод себе на завтрак. Ежик медленно брел по дорожке, погруженный в свои печальные мысли, как вдруг мимо него промчалась лиса и чуть было не сбила его с ног. Витя огляделся вокруг и увидел, что за лисой гонится охотник с ружьем. Ежику было очень страшно. «Охотник такой большой, а я такой маленький»,— подумал он. Но несмотря на страх Витя, ни минуты не раздумывая, свернулся клубочком и бросился охотнику под ноги.

Охотник споткнулся об острые колючки ежика и упал. Пока охотник поднимался на ноги, лиса уже успела убежать, а ежик поспешил спрятаться под куст. Там, дрожа от страха, Витя дождался пока охотник уйдет. Только под вечер, сильно хромая, ежик побрел к своей норке. Спасая лису, он повредил себе лапку, и теперь ему было очень трудно идти, потому что она сильно болела. Когда ежик наконец добрался до старой сосны, там его ждала лиса.

— Спасибо тебе, ежик. Ты очень смелый. Все в лесу испугались охотника и спрятались в свои норки. Никто не решился помочь мне, а ты не испугался и спас меня. Ты настоящий друг, -— сказала лиса.

С тех пор ежик и лиса стали лучшими друзьями. Лиса заботилась о нем и приносила Вите лекарственные травы, грибы и ягоды, пока у него болела лапка и ему трудно было ходить. Ежик быстро поправлялся, ведь теперь он был не одинок, теперь у него был настоящий друг.

Ведь настоящий друг — это не тот, у кого красивый хвост, великолепный голос или быстрые ноги. Настоящий друг — это тот, кто не бросит в беде и не отойдет в сторону, если тебе нужна помощь.

**Вопросы для обсуждения**
За что было обидно ежику, почему он плакал? Что изменило жизнь ежика? Кто такой настоящий друг по мнению ежика? А как считаешь ты?