

## Сказкотерапия: "Зайчонок"



Доброго дня, уважаемые родители!  
Сегодня вашему вниманию предлагается сказка про зайчонка, который был не уверен в своих силах. Посредством этой сказки можно проработать *страх самостоятельных действий, тревожность и неуверенность в себе*. Ключевая фраза «У меня не выйдет!». Возраст слушателей: 3-6 лет.

### Случай в лесу

(по книге О.В. Хухлаева, О.Е. Хухлаев «Лабиринт души»)

В одном лесу жил маленький Зайчонок. Больше всего на свете ему хотелось быть сильным, смелым и сделать что-нибудь для окружающих. Но на деле у него никогда ничего не получалось. Он всего боялся и не верил в себя. Поэтому все в лесу прозвали его «Зайчишка-трусишка». От этого ему становилось грустно, обидно, и он часто плакал, когда оставался один. Был у него один-единственный друг — Барсучонок.

И вот, как-то раз они вдвоем отправились играть к реке. Больше всего им нравилось догонять друг друга, бегая через небольшой деревянный мостик. Первым догонял Зайчонок. Не когда Барсучонок пробегал по мосту, одна доска вдруг сломалась и он упал в реку. Барсучонок не умел плавать и стал барахтаться в воде, прося о помощи. А Зайчонок, хотя и умел немного плавать, но очень испугался. Он бегал по берегу звал на помощь, надеясь, что кто-нибудь услышит и спасет Барсучонка. Но никого поблизости не было. И тогда Зайчонок понял, что только он может спасти своего друга. Он сказал себе: «Я ничего не боюсь, я умею плавать и спасу Барсучонка!» Не думая об опасности, он бросился в воду и поплыл, а потом, вытащил своего друга на берег. Барсучонок был спасен!

Когда они вернулись домой и рассказали про случай на реке, никто сначала не мог поверить, что Зайчонок спас своего друга. Когда же звери убедились в этом, то стали хвалить Зайчонка, говорить, какой он смелый и добрый, а потом устроили большой веселый праздник в его честь. Этот день для Зайчонка стал самым счастливым. Все гордились им и он сам гордился собой, потому что поверил в свои силы, в то, что способен делать доброе и полезное. Он на всю жизнь запомнил одно очень важное и полезное правило: «Верь в себя и всегда и во всем полагайся только на свои силы!» И с тех пор больше никто и никогда не дразнил его трусишкой!

Источник: <https://azbyka.ru/deti/labirint-dushi-terapevticheskie-skazki-o-v-huhlaeva-o-e-huhlaev>

После прочтения сказки обязательно обратите внимание, насколько внимательно ребенок слушал, задайте вопрос: Понравилась ли ему сказка? Если Вы заметили, что малыш был увлечен сюжетом, эту сказку можно

читать несколько дней подряд до тех пор, пока ребенок сам не начнет отказываться слушать ее.

На сегодня это всё! Всем интересного дня и занимательного настроения!