

## Сказка для сказкотерапии детей дошкольного возраста

Терапевтический эффект - снижение у ребенка страха темноты

### «Сказка о Темноте-Темноте»

Жила-была Темнота-Темнота. Когда солнышко садилось, и вечерело, выходила она из домика, раскрывала свой черный плащ, и становилось вокруг темно. Люди сердились на темноту и говорили: «Ах, уже стемнело. А мы работу закончить не успели. Совсем ничего не видно стало». Они зажигали фонари. Но плащ у Темноты был такой черный, что света фонарей не хватало, чтобы осветить все вокруг. Поэтому людям приходилось идти в свои дома и ложиться спать.

А Темнота радовалась: «Вот какая я сильная, вот какая я мощная. Захочу - и ни у кого ничего не получится. И никто на улицу не выйдет». Гуляла Темнота по лесам, по лугам, по дорожкам городским. И только когда утром снова вставало солнышко, шла она спать.

Вот однажды, когда вечер уже наступил, вышла Темнота на прогулку и слышит - плачет кто-то. Видит: сидит маленькая девочка и горько плачет. Темнота у нее спрашивает: «Ты кто такая и чего плачешь?»

А девочка ей отвечает: «Я - Варя. Пошли мы с бабушкой моей за ягодой морошкой. Собирали, да только я от бабушки отстала, а в темноте тропы не видно. Как я теперь домой попаду?»

«Вот, - думает Тьма, - какая я! Самая главная на свете! Все от меня зависит! И никто кроме меня, помочь не может».

Вдруг слышит девочка: «Угу! Угу!» Испугалась она, под дерево спряталась, стоит, дрожит.

Видит - два желтых глаза в темноте светятся.

«Здравствуй, Варя! Это я, филин. Я тебе помогу. Мне Темнота не страшна. Я днем сплю, а ночью всегда летаю и в темноте все вижу. Иди за мной, я тебя из леса выведу».

Вскоре они из леса вышли, вдалеке домики показались. Сказала девочка филину спасибо, и он в лес улетел. А Варя уже по дорожке сама домой прибежала. Вот бабушка двери открыла, а там свет в комнате, Темнота-Темнота испугалась света и осталась за дверью. Тут уж петухи запели, небо посветлело. Это солнышко проснулось. Пришлось Темноте в свой домик быстро бежать, потому что она самая большая трусиха - она всего на свете боится: и света и смелых людей.

А Варя с тех пор Темноту бояться перестала

Подготовила по материалам интернет- ресурсов психолог В.Н.Полянская