

Сумський дошкільний навчальний заклад (ясла-садок) № 25 «Білосніжка»  
м. Суми, Сумської області

**Консультація для батьків:**

*“Терапія обіймами та казкою: створюємо для дитини відчуття  
безпеки та спокою”*

**«Казка, фантазія – це ключик, за допомогою якого можна відкрити джерела думки і слова. Без казки, без гри уяви дитина не може жити... Казка – це образно кажучи, свіжий вітер, що роздмухує вогник дитячої думки і мови».**

## **В.**

### **Сухомлинський**

Дошкільний вік є найбільш важливим періодом формування моральних і загальнолюдських цінностей. Одним з ефективних засобів розвитку доброзичливих взаємин у дітей дошкільного віку є казка. У чарівний світ казок дитина потрапляє в самому ранньому віці. Слухаючи їх, малюк, немов по сходах, йде по життю і залишається з нею назавжди. З дитячої казки починається його знайомство зі світом літератури, з миром людських взаємин і з навколишнім світом в цілому. Казка є таким же необхідним етапом розвитку дитини, як і гра.

Казка активно впливає на почуття і розум дитини, розвиває його сприйнятливість і емоційність. У казці ніхто не вчить дитину «жити правильно». Дитина вчиться розуміти вчинки героїв казки, події казкового сюжету природно і послідовно впливають одне з іншого. Діти прагнуть скористатися позитивним прикладом свого героя. Казка допомагає виробити те чи інше ставлення до навколишньої дійсності, до вчинків людей, викликає прагнення наслідувати хорошему казковому герою і протівитися поганому поведженню казкових героїв, тим самим закласти в душі і свідомості дитини певні моральні установки. Діти і казка нероздільні, вони створені одне для одного і тому знайомство з казками допомагає у вирішенні морального виховання дітей дошкільного віку.

Казки є важливим виховним засобом, протягом століть виробленим і перевіченим народом. Життя, народна практика виховання переконливо довели педагогічну цінність казок. Діти і казка - нероздільні, вони створені одне для одного і тому, знайомство з казками свого народу має обов'язково входити в курс освіти і виховання кожної дитини.

Казка є одним з найдоступніших засобів, для повноцінного розвитку дитини. Не потрібно применшувати роль дитячих казок у вихованні дітей. Отже, правильно підібрати казки з віковими особливостями дітей, можна позитивно впливати на емоційний стан дитини. Схвалення позитивних вчинків казкових героїв і несхвалення негативних дозволяє малюкам не

тільки зрозуміти але і застосовувати в реальному житті поняття про те, як можна чинити, а як не можна.

Не менш дієвим засобом терапії є обійми. Так звана терапія обіймами - надзвичайно дієвий метод лікування. Дослідження показують, що обійми, як і сміх, ефективні під час лікування різних недуг, а також допомагають позбутись депресії та стресу. За словами вчених, правильні глибокі обійми коли серця двох людей немов торкаються один одного, приносять неабияку користь, а саме:

1. Обійми викликають відчуття довіри та безпеки. Це допомагає поводитись більш впевнено та відкрито.

2. Обійми здатні підвищувати рівень гормону, який допомагає позбутись відчуття самотності та гніву (окситоцину).

3. Довгі обійми сприяють виділенню гормону щастя (серотоніну). Саме завдяки ньому у людини піднімається настрій і з'являється відчуття щастя.

4. Завдяки обіймам розслабляються м'язи, знімається напруга та стрес, а також - втамовується біль.

5. Обійми зміцнюють імунну систему.

6. Обійми здатні підвищувати самооцінку. Коли наші рідні обіймають нас, то проявляють не лише свою любов, а й показують те, що ми - особливі. Такі відчуття та асоціації притаманні кожній людині ще з дитинства.

7. Обійми позитивно впливають на нервову систему, заспокоюючи її та покращуючи емоційний стан людини.

8. Дія обіймів схожа на медитацію та сміх. Вони вчать нас відпускати погане і насолоджуватись теперішнім моментом; допомагають об'єднати серце, почуття та дихання.

9. Обійми вчать нас дарувати та приймати, адже в будь-якому з цих випадків ви почуватиметесь краще.

10. Енергія, якою між собою обмінюються люди, обіймаючи один одного, - це внесок в їхні стосунки. Він спонукає до співчуття та розуміння. Це той випадок, коли  $1 + 1 = 3$ , тому що приходить розуміння, що ціле - більше, ніж сума його частин. І ця взаємодія, найімовірніше, приведе до безпрограшних результатів.

Батьки, що люблять своїх дітей, завжди знають, як розумно провести час з користю і для себе і, головне, для своєї дитини. Цей "потрачений" час на спілкування з сином чи донькою вернеться до вас сторицею вдячністю маленьких сердечок ваших дітей.

Бажаємо вам успіху в цій, здавалось би, легкій та, в той же час, важкій справі, як спілкування з дитиною, її виховання.