**Приказкотерапия за психическото и физическото здраве на децата в предучилищна възраст**

Приказкотерапията е част от литературната психотерапия. Появила се е като направление в психологията едва в края на миналия век, но учудила всички с високата си ефективност за справяне с редица психологически проблеми на децата. Наред с много други видове психотерапия (музикотерапия, рисувателна терапия, театрална терапия, поезиотерапия, танцова терапия, игрова терапия, терапия чрез бойни изкуства и така нататък), тя е част от арт терапията.

Приказкотерапията по същество е манипулация чрез вълшебна история, която детето трябва не само да изслуша, но и да преправи, допише, изиграе по роли, обясни причините за поведението на определен персонаж. По този начин детето натоварва персонажите със своите преживявания и на светло излизат всичките му обиди и комплекси, които до този момент са оставали прикрити.

Приказката притежава психотерапевтичен ефект, тъй като в нея, абсолютно винаги, се намира изход от проблемната ситуация, а слабият или ощетеният герой, в края на повествованието, се трансформира в силна, успяваща личност.

В някои случаи, е по-полезно да представиш своята житейска история във вид на приказка, а не да търсиш готов приказен сценарий. Когато, по време на психотерапевтичен сеанс, на възрастен човек му предложат да измисли приказка за самия себе си, той тръгва по същия път, по който върви и всеки автор, от хилядолетия – насам: разказва за нещата, които го вълнуват, които го огорчават, които го плашат най – много, тоест – за своите лични проблеми.

Любопитен е фактът, че приказките, измислени от деца, не са толкова “цветни” – много по – реалистични са и рядко краят им завършва щастливо.

Когато детето разказва приказката по свой начин и обяснява поведението на героите не бива да бъде прекъсвано, трябва да бъде изслушвано внимателно и при нужда да му се задават уточняващи въпроси, за да му се помогне да изрази себе си по най-добрия начин. Преправяйки приказката така, както на него му харесва, детето ще подбере такъв вариант, който е най-подходящ за собственото му вътрешно състояние.

Приказките на възрастните, често, изобщо нямат край – нито добър, нито лош. Всъщност, краят им се натрапва от само себе си, както става и при приказките, но разказвачът не го вижда ясно. Или, по-точно – на него, от самото начало, не му достигат сили да приеме очевадното решение на проблема си.

Приказкотерапията е мощно оръжие за справяне с проблеми, както при възрастните, така и при децата от всяка възрастова група. Може да се прилага успешно като част от работата на педагозите в детската градина, но е полезна и в домашна обстановка като метод, който родителите могат да използват, за да подобрят емоционалното и психическото здраве на децата си.