

ИСТОРИЯ О КОТЕ-ПСИХОЛОГЕ

Давайте представим себе, что где-то есть детский садик для зверят. В этот детский садик приводят своих деток-зверят взрослые звери — их мамы и папы. И в этом садике все, почти как у нас. Там работает воспитательница — добрая и мудрая Сова, которая играет со зверятами, учит их писать, читать и считать. Там работает няня — шустрая Белка. Она помогает накрывать на стол во время еды и убирать в группе. Медведь-повар там готовит кушать. А если кто-нибудь из малышей вдруг заболеет, Еж-врач тут как тут — каждого вылечит и обязательно угостит вкусными витаминами. А еще в том детском садике работает Кот-психолог.

У Кота-психолога есть свой кабинет, где много книг, игрушек и даже есть маленькая песочница с самым настоящим песком. Часто к Коту-психологу в кабинет приходят в гости зверята, чему он всегда очень рад. Со своими маленькими гостями Кот-психолог ласково разговаривает, рисует, играет, выдумывает разные истории и рассказывает сказки.

Вот однажды к Коту-психологу пришел в гости Лисенок. Он хотел о чем-то спросить у психолога, но почему-то стеснялся. И Кот не стал Лисенка торопить, а предложил ему поиграть в мяч:

- Я буду начинать предложение и бросать тебе мяч,- сказал Кот, - а ты лови мячик и заканчивай мое предложение.

- Хорошо, я попробую, - ответил Лисенок.

- Я люблю... - начал игру Кот и бросил мяч Лисенку. - Мороженое, -ответил Лисенок, пойман мяч.

- Мне нравится... - Играть. Я хотел бы... - Стать смелым. Я боюсь... - Темноты. - Ты боишься темноты? - переспросил у Лисенка Кот. - Да, - робко ответил тот. - А может быть, — говорит Кот, — ты хочешь перестать бояться темноты?

—Очень, очень хочу, — сказал Лисенок. — но вы только не смейтесь надо мной.

—А знаешь что, — сказал Кот, — когда я был еще маленьким котенком и ходил в детский садик, я тоже боялся темноты.

—И Вы боялись темноты? — удивился Лисенок. - Да, я думал, что там прячутся разные страшилища, привидения и огромные-огромные мыши. - Неужели Вы боялись мышей? - рассмеялся Лисенок. - Ну я тогда был маленьким, и совсем нестрашные вещи казались мне в темноте очень страшными. - ответил Кот. -

Мне тоже кажется, - говорит Лисенок, - что в темноте прячется чудовище, которое хочет меня обидеть. А как Вы перестали бояться?

—Я нарисовал свой страх. Нарисовал чудовище карандашами. Оно было огромное и страшное и смотрело на меня прямо с рисунка. Тогда я сказал ему: «Чудовище, я тебя больше не боюсь! Убирайся!» и разорвал рисунок на много-много маленьких кусочков, которые выбросил в мусорную корзину. Так я победил свое чудовище, и оно больше ко мне не приходило.

—Вот это да! — воскликнул Лисенок. - А хочешь победить свой страх? — спросил у Лисенка Кот-психолог.

—Вы думаете, у меня получится? - Конечно. Держи бумагу, карандаши и попробуй нарисовать свой страх.

И Лисенок стал рисовать. А когда он закончил, Кот-психолог спросил: - Ты хочешь подружиться со страхом или победить его? - Я хочу его победить, — ответил Лисенок. - Тогда давай мы его посадим в клетку.

Лисенок нарисовал клетку так, что чудовище оказалось запертым в ней на замок.

-Я тебя больше не боюсь, - сказал Лисенок чудовищу, - я тебя победил. И Лисенок разорвал рисунок чудовища на мелкие кусочки.

- А сейчас закрой глаза - сказал Кот-психолог - и почувствуй, каким ты становишься смелым. Вдохни глубоко воздух - он сделает тебя смелым, а затем выдохни свой страх. Еще раз вдохни глубоко воздух и выдохни свой страх. Открой глаза, посмотри в зеркало, улыбнись себе. Видишь, каким смелым ты стал. - Да, -

ответил Лисенок. - Я чувствую, что теперь смогу победить хоть сто чудовищ!

Потом к Коту-психологу приходили и другие зверята. А кого-то приводили мамы, папы или воспитательница. И тем из них, кто боялся, психолог помогал стать смелее. Тем, кто ни с кем не дружил, - помогал найти друзей. Злым детям помогал стать добрее. А тем, кто плохо учился, — помогал стать хорошим учеником. Кот-психолог никогда не смеялся над детьми, всех внимательно слушал и всем старался помочь.