



*Дорогой Сказкотворец,
ознакомься пожалуйста, как работать со сказкой.*

☀ Для широкого видеоформата – нажми клавишу F5. Для перехода на следующую страницу – нажимай левую клавишу мышки или клавишу «Enter». Для возврата на предыдущую страницу – нажимай клавишу со стрелкой влево.

☀ Чтобы сотворить свою сказку и стать настоящим Сказочником, необходимо читать «сказку-основу» и выполнять задания, которые выделены другим цветом.

☀ Задания – это приглашение фантазировать. Поэтому можешь не ограничиваться ответами на вопросы – фантазируй больше, чем прописано в заданиях. Можно представлять мысленно, а можно записывать или рисовать свои ответы, отмечать ощущения и чувства. При желании, можешь сначала прочитать текст сказки, а потом приступить к выполнению заданий.

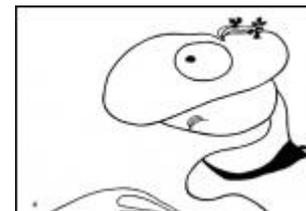
☀ Предложение поработать с картинками – это приглашение (используя предлагаемые картинки) «увидеть» свою картину, образ.

*Внимание!
Сказка начинается...*

Жил был человек. Прекрасный человек. По крайней мере, многие о нем так говорили и искренне считали его таковым. Внешне он вполне симпатичен, кроме того, интересен, отзывчив...

- Какой он еще, как ты думаешь? Опиши его.

- Нарисуй его, если есть возможность и желание. Или выбери из предлагаемых картинок ту (или те), которая лучше и полнее отображает этого человека.







Этот человек жил жизнью, мало чем отличающейся от жизней других людей: семья, друзья, работа, свободное времяпровождение.



И вот однажды снится человеку сон: он входит в изумительной красоты сад.

В этом саду одно растение красивее другого.

Цвета и запахи действуют на него каким-то волшебным образом, наделяя необыкновенно чудесными силами.

Ничего удивительного – ведь это волшебный сад, и растения в саду действительно могут творить чудеса.

Даже единожды попав в подобный сад, обретаешь невероятную уверенность в себе и неистребимый интерес к постижению себя и мира.

И тогда все невозможное становится явным и возможным, а недостижимое – понятным и доступным.

Человек гулял в саду, наслаждаясь его бузупречностью и совершенством.

-Какие там растут растения? Как они пахнут?

-Что эти растения любят? Может им чего-то не хватает? Возможно, ты им можешь чем-то помочь.

-Нарисуй этот сад или выбери из предлагаемых картинок те, которые лучше всего, на твой взгляд, отображают растения сада.

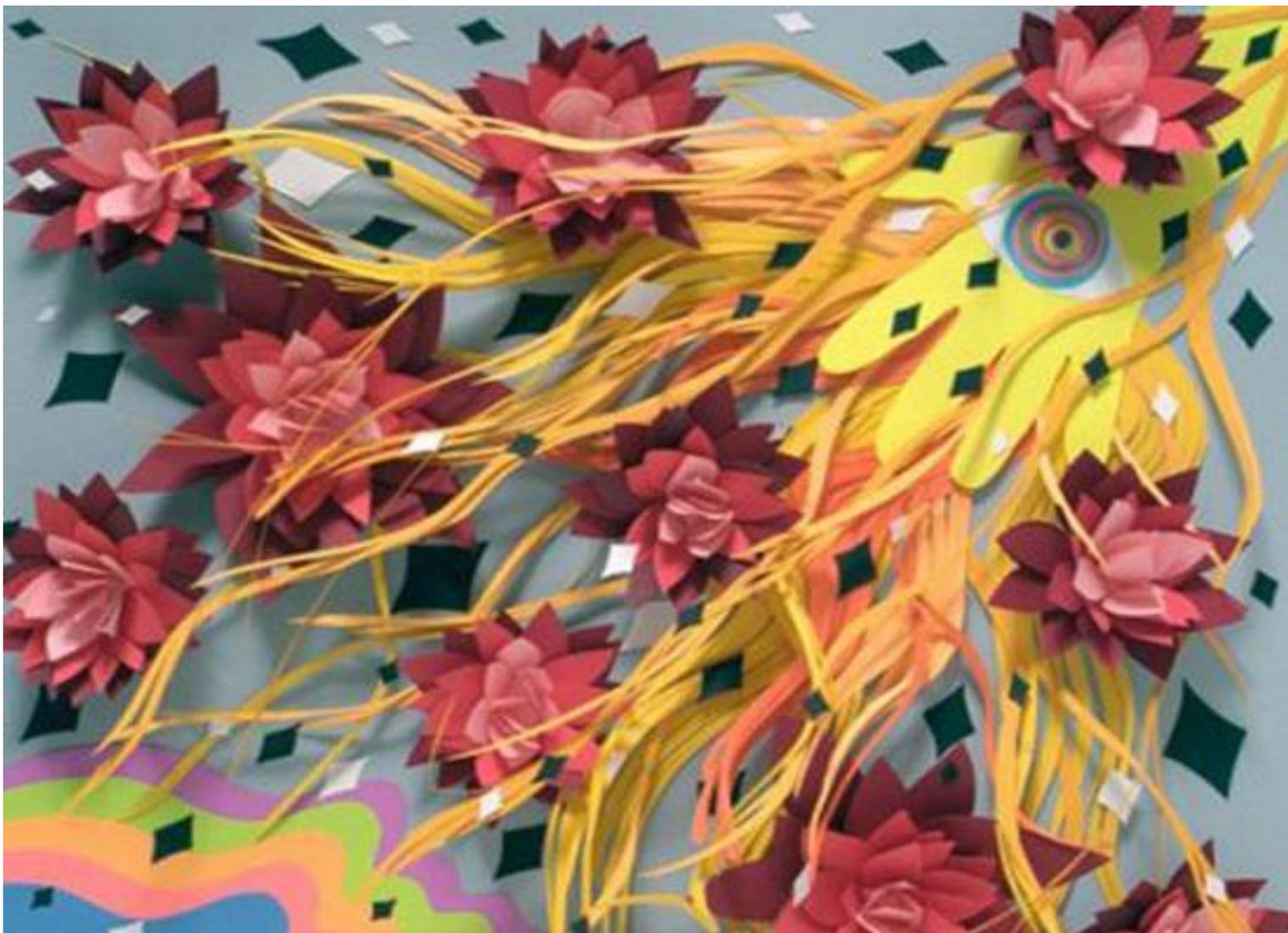


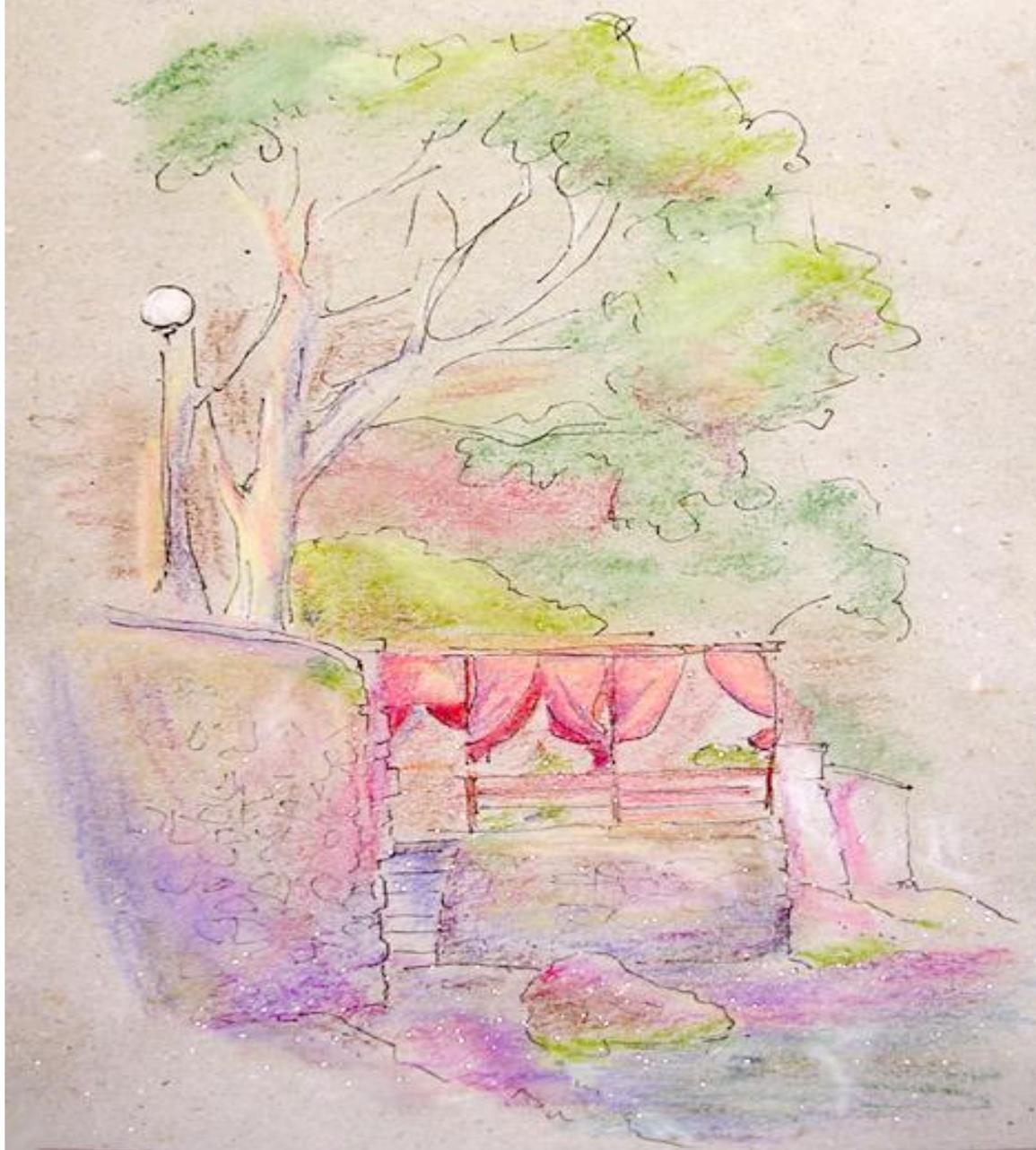
2011



Автор текста - Виктория Григорьева
Лео.









Когда пришло утро, человек не сразу смог сообразить: наяву он был в этом саду или видел его во сне.

Все еще ощущая запах сада, человек отправился в ванну приводить свой внешний вид в порядок.

Как обычно, он посмотрел в зеркало и... застыл от удивления.

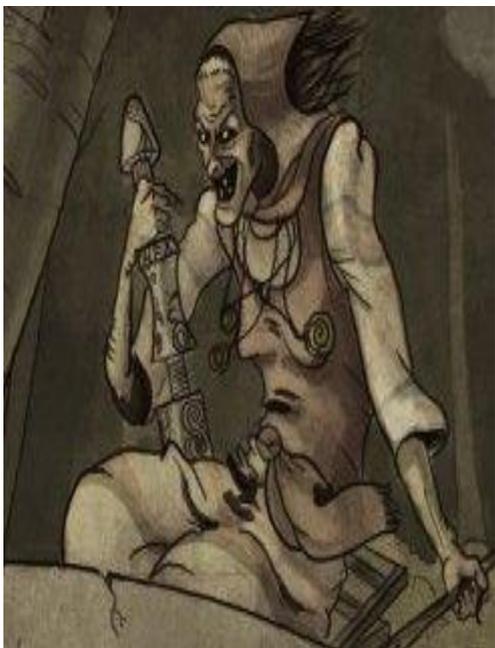
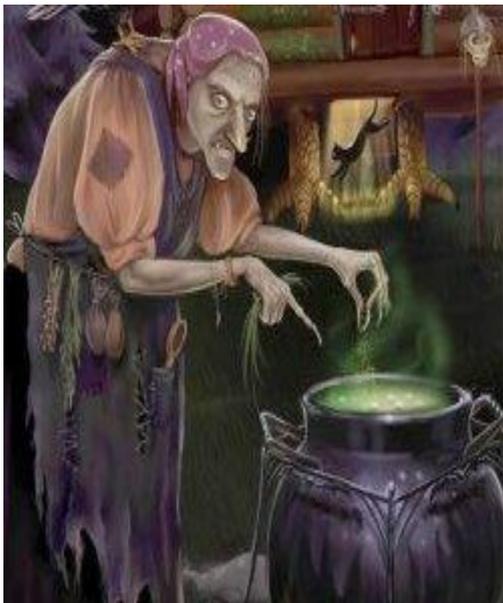
В зеркале, рядом с собой, он увидел свою тень. В один миг тень вдруг превратилась в страшную старуху.

Старуха смотрела в глаза злым, напряженным взглядом.

-Как выглядела эта старуха: сколько у нее рук, ног, голов, глаз, какие волосы, как одета и пр.?

-Что чувствовал и думал человек, глядя на нее?

-Нарисуй старуху или выбери из предлагаемых картинок (можешь составить ее из нескольких картинок) те, которые лучше всего ее отображают.



«Ты кто?» - дрожащим голосом, почти шепотом, спросил человек. «А чего ты так испугался? ...Ха, смешной какой! Всю сознательную жизнь со мной рядом живешь, растишь меня. Родной мой, я твоя тень. Все, чего ты боишься, стыдишься, скрываешь от других – это все я...»,- ответила ему старуха.

- Как еще представилась старуха человеку?

- Как человек реагировал на ее слова?



«Хочешь ли ты еще раз попасть в тот сад, который приснился? Хочешь или нет – это не так и важно. Как только я снова превращусь из старухи в тень, ты сможешь в него войти (если захочешь, конечно), и твоя жизнь изменится.

Я же превращусь обратно в форму тени, когда ты какое-то время поживешь со мной, такой «ожившей».

С сего момента я буду везде и всюду ходить с тобой, общаться с теми, с кем и ты общаешься. Представляться и рассказывать о твоих страхах и тайнах, то есть о нашей с тобой жизни, я буду сама», - объяснила старуха человеку.

-Как человек реагировал на такие слова?



И вот началась странная жизнь: тень везде и всюду ходила с человеком в образе страшной старухи.

В то же самое утро, когда человек впервые увидел старуху, они отправились к нему на работу.

-Как произошло появление старухи и человека на работе? Как отреагировали сотрудники на их появление и что они услышали от старухи?

- Как чувствовал себя при этом человек, и как себя чувствовала старуха?

После работы у человека состоялась долгожданная встреча со своими друзьями и приятелями. Кого-то из них он давно не видел, с кем-то общался довольно часто.

*-Как эта встреча произошла? Как реагировали собравшиеся?
Что ощущали человек и старуха?*

-Что интересного, нужного, неожиданного, приятного и неприятного друзья и человек услышали от старухи?

После встречи с друзьями человек вернулся домой, где его ждала семья. Неожиданно в гости к человеку приехали самые дальние и ближние родственники и все увидели необычную парочку.

-Как произошло знакомство?

-Как на слова старухи реагировали окружающие и сам человек?

- Как чувствовал себя человек и как чувствовала себя старуха?

Наступила ночь. Человек опять видел во сне тот сад и гулял по нему.

-Как спала старуха, может ей что-то снилось?

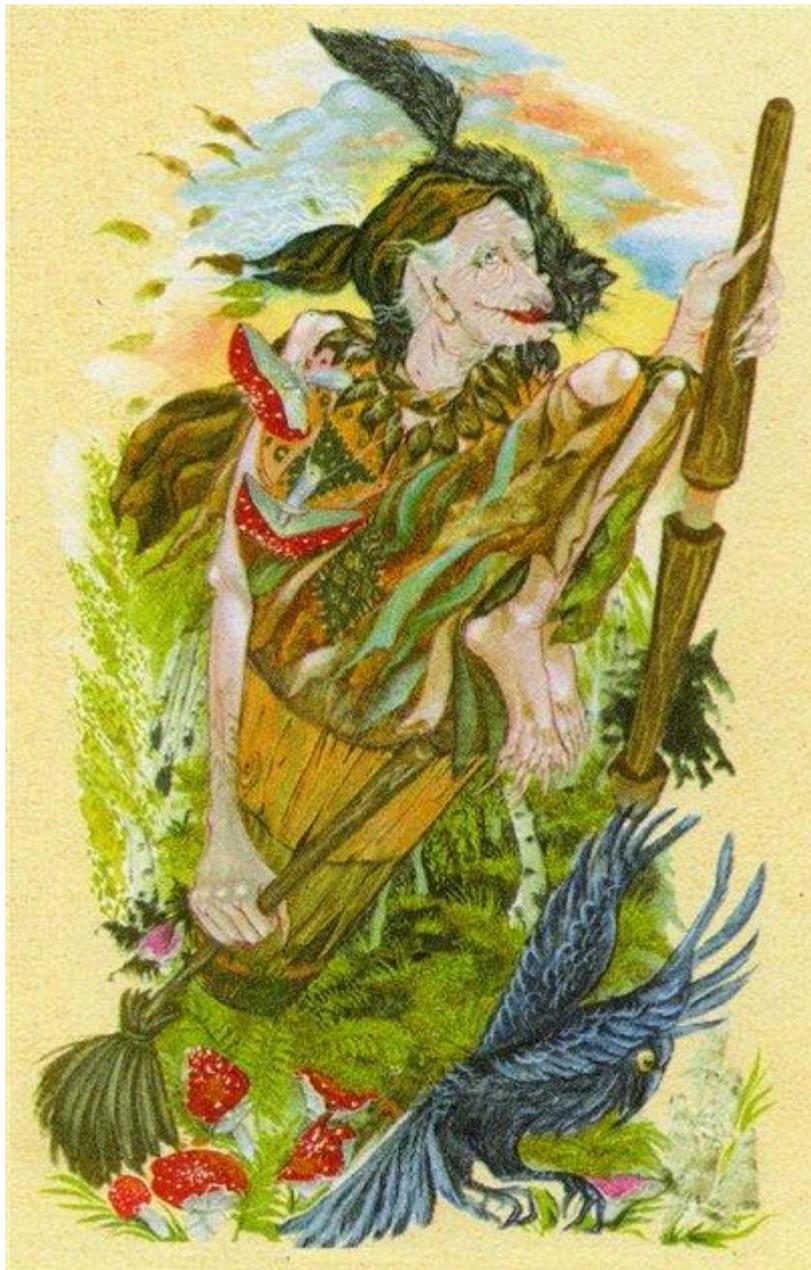
Утром человек увидел, что старуха обрела другой человеческий облик. Она выглядела не такой устрашающей и гнетущей.

-Как преобразилась старуха?

-Какой диалог произошел между старухой и человеком?

-Нарисуй ее или выбери из предлагаемых картинок те, которые лучше всего отображают новый облик.

- А может , сказочник, старуха вовсе и не изменилась или изменилась не в лучшую сторону, а наоборот? Разреши себе ее видеть такой, как хочется тебе.



Автор текста - Виктория Григорьева
Лео.

В течении дня старуха в новом образе, и человек опять побывали на работе у человека, пообщались с незнакомыми людьми в общественном месте.

-На работе что-то изменилось в общении, в сравнении с предыдущим? Как чувствовали себя сотрудники, человек и старуха?

-Как произошло общение с незнакомыми людьми?

- Дорогой сказочник, что может сделать человек, чтобы даже с видимой всем старухой, чувствовать себя уютно в любом обществе, вообще в жизни? Будь уверен, ты-сказочник, имеешь достаточно возможностей, чтобы помочь человеку.

В этот день вновь состоялась встреча с друзьями человека.

-Кто пришел на эту встречу: кого-то не было, добавился кто-то новенький?

-Как реагировали друзья на новый облик старухи?

-О чем все они говорили: что говорила тень, сам человек, его друзья?

- Как чувствовали себя человек и тень?

Как всегда, вечером, человек и тень, в новом образе, вернулись домой, где ждала семья.

-В каком составе семья сегодня, после вчерашнего общения с тенью человека?

- Что изменилось в разговорах и чувствах тени, членов семьи, человека?

Ночью человек опять снил сад, и этот сад все больше и больше давал ему понять, что необходим ему, как глоток воды, как воздух, как солнечный свет, как искренняя улыбка.

-Что изменилось, раз человек так почувствовал сад?

-Нарисуй этот сад или выбери из предлагаемых картинок те, которые лучше всего отображают сад и растения в нем.











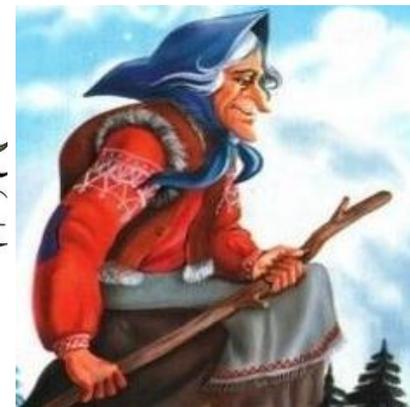
Наступило третье утро, и в этот раз тень явилась человеку в преображенном виде. Она выглядела значительно привлекательней, чем в предыдущий раз.

-Что изменилось в образе тени? Как человек реагировал на ее новый облик?

-Нарисуй новый облик тени или из предлагаемых картинок выбери те, которые лучше всего отображают ее новый облик.

-Сказочник, а может старуха не поменяла свой облик так, как предлагает основа сказки? Разреши себе ее увидеть такой, как хочется тебе.

-Дорогой Сказочник, что может сделать человек, чтобы даже с видимой всем старухой, чувствовать себя уютно в любом обществе, вообще в жизни? Будь уверен, ты-сказочник, имеешь достаточно возможностей, чтобы помочь человеку.



В этот день первым делом человек и тень встретили соседей по дому.

-Как произошла эта встреча?

-Как представилась тень, как реагировали соседи и человек?

Утром, как обычно, человек отправился на работу.

-Как в этот раз реагировали сотрудники на приход человека с преобразившейся тенью?

-О чем все говорили?

Встреча с друзьями состоялась и в этот день.

-Что изменилось в отношении друзей к человеку?

- Как вели себя ты, человек, друзья?

Вечером дома, как обычно, ждала семья.

-Как произошла встреча в этот раз: кто отсутствовал, кто присутствовал?

- О чем и как все говорили и чувствовали себя?

Перед сном тень сказала человеку, что завтра она явится к нему в привычной форме, и что сад, в котором человек гуляет во сне, отныне будет открыт для него и наяву.

-Как человек реагировал на слова тени?

-Что в эту ночь снилось человеку?

-Как спала тень и что ей снилось?

Настало утро, человек проснулся и первым делом огляделся. «Ожившей» тени больше не было. Она, как и говорила, превратилась в привычную форму тени. Человек отправился в ванну. Смотрясь в зеркало, он не мог оторвать глаз от собственного отражения. Оно изменилось, озарившись светом. Человек засмотрелся в свои собственные глаза.

-Как выглядели глаза и лицо человека?

-Нарисуй лицо и глаза человека или выбери из предлагаемых картинок те, которые лучше всего отображают его лицо и глаза.





Долго ли, коротко ли смотрел человек в свои глаза, как вдруг увидел в них сад...

-Что было дальше?

-Вошел человек в сад или нет? Если не вошел, то что помешало? Встретил ли он кого-нибудь около сада или в саду?

-Как он себя чувствовал?

Неизвестно, сколько времени прошло, пока человек смотрел в отражение своих глаз в зеркале. Как вдруг он почувствовал, будто что-то держит в руке. Человек медленно перевел свой взгляд с зеркала на руку, разжал ладонь и увидел в ней сверток бумаги. Он неспешно развернул сверток и ... стал читать написанное. Это было благодарное письмо от тени.

-Что писала тень? Может она призналась в чем-то человеку? Может обещала появляться в жизни человека в «живом» облике? Если да, то с какой регулярностью и с какой целью? Может о чем-то просила человека или требовала, выставляла свои условия (какие)?

-Как реагировал человек на письмо?

Милый сказкотворец, сказка подошла к концу. Спасибо тебе за твое внимание и творение, за энергию и смелость, за дерзость и искренность. Остался «последний штрих» к твоей сказке.

-Придумай ей название. Рядом с названием запиши свои имя и фамилию, дату творения сказки и кому ты посвящаешь эту сказку.

Я же остаюсь с искренними пожеланиями для тебя всего самого главного и шлю ветер хороших перемен.

Виктория Григорьева.



Внутри каждого человека полным полно возможностей, сил, энергии, ресурсов, творчества, смелости, спонтанности, доверия, красоты, любви и других сокровищ. Для меня человек – это остров нескончаемых сокровищ. С этой позиции очень интересно рассматривать и изучать мир и все, что в нем.

Чтобы показать человеку его внутреннее пространство, пригласить исследовать его внутреннюю планету и начать поиски сокровищ – я использую все свои инструменты, полученные во время приобретения профессии – психолог и при самостоятельном глубоком погружении в метод сказкотерапии, а также желаю с помощью сказки творить чудеса. Обычно в процессе работы я с радостью обнаруживаю новые инструменты – это дары внутреннего пространства другого человека.

Виктория Григорьева Лео (Литва, Вильнюс).

Больше информации о моей деятельности на сайте www.pertainuvejas.lt