Александр Осипов

Сказки под подушку

Новогодний сонник



александр Осипов

Сказки под подушку. Новогодний сонник

«Автор»
2026

Осипов а.

Сказки под подушку. Новогодний сонник / а. Осипов — «Автор», 2026

Новогодние праздники — пора восторга, гирлянд и утренников. Но оборотная сторона веселья — естественное перевозбуждение малыша, когда после насыщенного дня уснуть бывает непросто.Сборник «Сказки под подушку» клинического психолога Александра Осипова создан для мягкого вечернего расслабления. Каждая история построена на бережных метафорах безопасности и помогает справиться с детскими тревогами: страхом темноты, страхом пропустить праздник или неумением вовремя отдохнуть.В книге четыре убаюкивающие сказки: о медвежонке, боявшемся проспать ёлку; о робкой снежинке, доверившейся ветерку; об огоньке с ёлки, охраняющем покой комнаты; о снеговичке под звёздным небом.Читайте неторопливым голосом перед сном. Спокойных и сказочных снов вашему малышу!

© Осипов а., 2026
© Автор, 2026

александр Осипов
Сказки под подушку. Новогодний сонник

АЛЕКСАНДР ОСИПОВ
СКАЗКИ ПОД ПОДУШКУ

Новогодний сонник

Уютные терапевтические сказки для спокойного сна малышей

Предисловие клинического психолога для мам и пап

Новогодние дни для ребёнка — это пора невероятного восторга, ярких гирлянд, гостей, утренников и подарков. Но оборотная сторона этого праздника — естественное перевозбуждение детской нервной системы. Вечером малышу бывает сложно затормозить бегущие мысли, отпустить впечатления дня и спокойно уснуть.

Этот сборник сказкотерапии создан для того, чтобы бережно перевести ребенка из активного состояния в фазу глубокого расслабления. Каждая история построена на мягких метафорах безопасности, доверия и тепла, использует ритмичные замедляющие фразы и помогает мягко преодолеть детские тревоги: страх темноты, страх пропустить праздник или неумение вовремя отдохнуть. Читайте эти сказки тихим, размеренным голосом при приглушенном свете ночника.

Сказка первая. Медвежонок, который боялся проспать ёлку

В самом сердце заснеженного хвойного леса, под пушистыми лапами вековой ели, пряталась уютная берлога. Внутри было тепло, пахло сухой лесной земляникой и мятным чаем. На мягкой перине из сухого мха ворочался маленький бурый медвежонок по имени Мика.

Мика никак не мог закрыть глаза. На пушистом носу у него прыгала тревога: «Мама, а вдруг пока я буду спать, пройдёт самый главный праздник? Вдруг Дедушка Мороз принесёт на лесную поляну подарки, а я всё пропущу?».

Мама-медведица тихонько улыбнулась, поправила лоскутное одеяло из сосновой коры и бережно погладила Мику теплой пушистой лапой за ушком: «Мика, милый мой, праздник никогда никуда не торопится. Снежная зима приходит только тогда, когда земля хорошенько выспится под снежной периной. Даже сами снежинки, прежде чем кружиться в хороводе, отдыхают на пушистых облаках».

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.