

Исаева Айида Магамадзагировна  
Педагог-психолог  
МАДОУ - детский сад №10 ст.  
Старовеличковской, Калининского р-на

## Сказкотерапия – действенный метод в работе педагога-психолога детского сада

Сказкотерапия – это направление практической психологии, использующее ресурсы сказок для решения целого ряда задач: воспитание, образование, развитие личности и коррекция поведения. Так как сказки, в широком смысле, окружают человека всю его жизнь, то это направление идеально подходит и детям, и взрослым; людям с высшим образованием и не имеющим никакого образования.

Сказкотерапия имеет значительные преимущества перед другими методами психологии:

- Сказкотерапия позволяет психологу установить идеальный контакт с ребёнком, даёт удивительную возможность найти и буквально говорить с ним на одном языке, языке сказочных метафор.

- Сказкотерапия позволяет ловко обойти психологическое сопротивление ребёнка и даже поработать с проблемой, которую он по той или иной причине пока не готов озвучить открыто.

- Сказкотерапия позволяет выйти за те искусственные рамки, что выстраивает ребёнок в реальной жизни, расширить фокус внимания и арсенал возможностей. Это помогает увидеть другие возможные пути развития событий и решения жизненных проблем.

- Сказкотерапия даёт ребёнку возможность преобразить внутренний и внешний мир, увидеть и принять его красоту и уникальность, ведь в сказках всё наполнено гармонией, которая передаётся малышу.

- Сказкотерапия способствует пробуждению творческих сил в самом психологе.

- Сказкотерапия даёт специалисту большую свободу для творчества, позволяет гармонично интегрировать и применять техники других направлений психологии (психодрамы, гештальт-психологии, арт-терапии).

Как инструмент диагностики сказка предполагает выявление уже имеющихся жизненных сценариев и стратегий поведения ребенка.

Можно узнать, какая сказка больше всего нравится малышу, а, следовательно, какую модель поведения он будет реализовывать в жизни: Буратино или Джека-Воробья, Золушки или хитрой лисички. Исследования психологов показывают, что в любимых сказках запрограммирована жизнь ребенка. "Скажи мне, какая твоя любимая сказка, и я скажу, кто ты" - так перефразировали известную пословицу психоаналитики.

В диагностических целях ребёнку можно предъявить такую инструкцию: «Сочини сказку о мальчике пяти лет» или «Сочини любую сказку»; затем провести анализ сказки.

Существуют и специальные методики, использующие сказку для диагностики различных проблем детей: САТ, проективная методика Луизы Дюсс, др. Для выявления страхов перед различными стихиями можно применять сказку об Иванушке, предложенную Виталией Лаврентьевой

Как инструмент познавательного и социального развития сказка позволяет в ненавязчивой форме передать ребёнку опыт поколений, моральные нормы и правила поведения в обществе, а также позволяет развить фантазию, творческое воображение, мышление, речь, внимание и память малыша, обогатить его представления об окружающем мире.

Как инструмент коррекции и терапии, сказка позволяет расширить поле сознания и поведения ребёнка, найти нестандартные, оптимальные выходы из различных ситуаций и, в конечном итоге, вернуть ребёнку гармоничное самоощущение.

Воздействие на ребёнка осуществляется с помощью следующих видов сказок (по Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой):

- художественных
- дидактических
- психокоррекционных
- психотерапевтических
- медитативных

Художественные сказки – всё литературное наследие наших предков: сказки, мифы, легенды и пр. Художественные сказки могут быть народными и авторскими (А.С. Пушкин, П.П. Бажов, Г.Х. Андерсен, Ш.Перро, др.). Они содержат опыт, мировоззрение, систему ценностей как отдельного автора, так и этноса в целом.

Дидактические сказки – это сказки, которые придумывают педагоги для создания положительной мотивации к учебному процессу. Эта категория сказок призвана передавать в доступной форме дидактический материал, учебные задания и инструкции. Одним из первых создателей дидактических произведений был Л.Н. Толстой. Он считал, что рассказ учителя даст ребенку намного больше знаний, чем сухой материал учебника. Поэтому сведения о природоведении, географии, истории дети Яснополянской школы получали в форме художественных рассказов. Для рассказывания и чтения детям можно предложить серию сказок Пиркко Коскимиес и Майи Линдген о Зайчишке-Пушишке, где рассказывается об удивительных и в тоже время жизненно-познавательных приключениях маленького зайчишки. В коротких увлекательно-познавательных произведениях Г.Н. Юдина можно найти множество сведений про электричество, часы, водолазов, про животных и растения.

Психокоррекционные сказки – это сказки, сочиняемые психологами, психотерапевтами, педагогами и родителями. В них метафорически отражаются проблемы клиента: эмоциональные и поведенческие затруднения, проблемы

во взаимоотношениях, тревоги, обиды, страхи. Примером может служить книга Дорис Бретт «Жила-была девочка, похожая на тебя...».

Психотерапевтические сказки – это сказки, которые в полном смысле лечат душу. За образами этих сказок стоят глубинные механизмы бытия, рассуждения о понятиях любовь, добро, гордыня, смерть... Примером могут служить притчи, авторские сказки петербургского сказочника А.В. Гнездилова, С.А Черняевой. Сказка может предназначаться как для большого контингента людей, так и для конкретного человека. Отличным пособием для создания подобных сказок может служить книга Джойс Миллс и Ричарда Кроули «Терапевтические метафоры для детей и «внутреннего ребёнка»».

Медитативные сказки нацелены на создание какого-то положительного эмоционального состояния (например, перед сном); снятия усталости, напряжения, возбуждения; развития личностного ресурса. Эти сказки нужно слушать в комфортной располагающей обстановке. Отличительной особенностью этих сказок – является отсутствие конфликтов и злых героев.

#### Формы работы со сказками

Разнообразные сказки, по высказыванию А.В. Гнездилова, «подаются под разными «соусами»».

Рассказывание сказок. Дети очень любят слушать сказки. Некоторые произведения они готовы слушать десятки раз, вновь и вновь переживая события, изучая характеры персонажей, прорабатывая модели поведения. Рассказывая детям сказку, взрослый должен вжиться в образы героев и передать их интонации, вовремя делать паузы и смысловые акценты. Важно не передавать детям свою внутреннюю проблематику, а позволить им выработать личное отношение к событиям и сделать собственные открытия.

Ребёнку, любящему приврать по пустякам, стоит почитать сказку "Заяц-хвостун", легкомысленному и шаловливому "Приключения Незнайки", эгоистичному и жадному малышу будет полезно послушать сказку "О рыбаке и рыбке", а робкому и пугливому - "О трусливом зайце". В этом случае не стоит явно указывать на сходство героя с ребёнком - малыш сделает выводы сам.

Знакомую сказку можно попробовать рассказать от первого лица (от лица какого-то персонажа). Такой приём позволит малышу поставить себя на место другого.

Сегодня в интернете и литературе можно найти разнообразные психокоррекционные сказки, написанные по определённой проблеме (напр., Р.М. Ткач «Сказкотерапия детских проблем»).

Анализ сказок используется для того, чтобы помочь слушателям осознать основные идеи произведения, понять, что с его помощью хотел передать автор. С этой целью рассказчик заранее подготавливает вопросы: О чём эта сказка? Чему она учит? В каких ситуациях жизни нам пригодится то, что мы узнали из сказки? И др.

Переписывание и дописывание сказки. Переписывая сказку, ребёнок сам выбирает наиболее соответствующий его внутреннему состоянию сюжет или конец. Он находит тот вариант, который позволяет ему освободиться от

внутреннего напряжения. В этом – психокоррекционный смысл переписывания сказок. Переписывание любимых сказок детства может быть полезным для взрослых, если она стала жизненным сценарием и не даёт человеку свободно и осознанно строить свою жизнь. (Напр., «Золушка» - женщина полагает, что счастье можно заслужить, только если долго и тяжело трудиться)

Сочинение сказок. Сочинять сказку можно с группой детей (по кругу); взрослый и ребёнок могут сочинять сказку вместе; ребёнок может сочинить сказку самостоятельно. Сочинение сказок ребёнком и для ребёнка – основа сказкотерапии.

Помогая ребёнку сочинить сказку, сначала описывают героя, похожего на ребенка по возрасту и характеру ("Жил-был мальчик, очень похожий на тебя..."). Далее, показывают жизнь героя в сказке так, чтобы ребенок сам увидел сходство со своей жизнью. Затем, герой попадает в проблемную ситуацию, похожую на реальную ситуацию ребенка (он тоже чего-то боится, чувствует себя одиноким и. т. п.). Герою приписывают все переживания малыша. По сюжету должно появиться много возможностей и способов для преодоления этих препятствий. Потом, сказочный герой (а с ним и ребёнок) начинает искать выход из создавшегося положения и, конечно, находит его (желательно найти не меньше 7 решений). Уже просто написание самой сказки является мощным терапевтическим воздействием.

Постановка сказок. Драматизация, или постановка сказок, показывает себя в как один из наиболее успешных коррекционных и развивающих приёмов. Предполагается разыгрывание психокоррекционных, психотерапевтических или обучающих сказок.

Можно разыграть сказку с помощью кукол. «Оживляя» куклу, ребёнок становится волшебником, заставляя её двигаться по собственному желанию. Это помогает ему приобрести уверенность и в дальнейшем более успешно корректировать свои действия. Используют пальчиковый театр, теневой театр, настольный театр, театр-рукавички, куклы бибабо, сказки на песке. Игра будет более интересной, если ребёнок изготовит куклу сам или с помощью взрослого. Произведение разыгрывают по ролям, когда каждый говорит свой текст; либо весь текст проговаривает ведущий, а актёры (дети) водят кукол молча. Разыгрывая психотерапевтические сказки ребёнку дают возможность импровизировать, не уклоняясь, тем не менее, от «генеральной» линии. Пример организации такой игры хорошо представлен в книге Т. Шишовой «Страхи – это серьёзно».

Сказки также разыгрывают по ролям. Психолог или воспитатель на основе индивидуальных особенностей каждого участника подбирает им соответствующие роли в сказке. Взрослый стимулирует развитие сказочного сюжета.

Сказочное рисование. Все сказки, сказочных героев и сказочные сюжеты можно ещё и рисовать. Темы рисунков могут задаваться взрослым или выбираются ребёнком спонтанно. Рисунок выполняет и диагностическую, и коррекционную функции. По ходу психокоррекционной сказки ребёнка

можно попросить нарисовать: «В какое сказочное существо я бы превратился у входа в Сказочную страну», «Мой маскарадный костюм» (самовосприятие), «Моя семья в образах животных» (отношение к семье), «Как я поборол свой страх», пр.

Медитации на сказку – ещё одна из форм работы со сказкой. Медитация – погружение в какой-либо процесс.

Психодинамическая медитация связана с перевоплощениями (в сказочных героев, в животных, в камень, в растения, пр.) или с погружением в различные стихии (земля, вода, воздух, огонь), а также с движениями в танце. Пример можно найти в книге Н.М. Погосовой «Погружение в сказку. Сказкотерапевтические программы.» Так, в сказке «Заяц Коська и Родничок» участникам предлагается двигаться под белым тюлем, подражая облаку: легко, медленно и плавно. «Соединяясь частью своей души с духом животного, птицы, сказочного персонажа, - пишет автор, - мы обретаем новые для себя качества, необходимые нам в жизни. Мы становимся более гибкими или более стойкими, более лёгкими или решительными, обретаем необходимую нам смиренность или твёрдость духа».

В случае статической медитации участники, находясь в лежачем или сидячем положении, в расслабленном состоянии, слушают медитативную сказку. Медитативная сказка рассказывается чаще всего под музыку и способствует ещё большему расслаблению, погружению в собственное бессознательное и достижению эмоционального равновесия.