

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 поговорку 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.