Сказкотерапия, как метод психологической работы с детьми.

**ГКОУ «специальная (коррекционная) общеобразовательная**

 **школа – интернат г. Моздок».**

 Педагог – психолог: Миронова К.С.

Сказкотерапия, как метод психологической работы с детьми.

Классики психологии неоднократно обращались к анализу сказок. Еще К.Г. Юнг заметил, что персонажи сказок, как и мифов, выражают различные архетипы и поэтому влияют на развитие и поведение личности. Другой классик, Э. Берн, указывал на то, что конкретная сказка может стать жизненным сценарием человека. И задача, которую ставит перед собой сказкотерапевт, обычно не столько объяснительная, сколько помогающая.

Важно, конечно, как сформировался жизненный сценарий, в какие тупики он заводит человека, но еще важнее, чтобы человек сумел выйти из своих тупиков и пойти к своей подлинности - к жизни осмысленной и радующей, наполненной общением и чувством свободы.
Можно сформулировать несколько определений понятия сказкотерапия:

* Сказкотерапия - это лечение сказками, то есть совместное с ребенком открытие тех знаний, которые живут в душе и являются в данный момент психотерапевтическими. Она несет в себе человеческое участие и мудрость. Это то, в чем на самом деле больше всего нуждается современный человек и в этом смысле сказка, безусловно, активизирует ресурсный потенциал личности;
* Сказкотерапия - это процесс поиска смысла, расшифровка знаний о мире и системе взаимоотношений в нем. В сказках можно найти полный перечень человеческих проблем и образные способы их решения, так называемый "банк жизненных ситуаций";
* Сказкотерапия - это процесс переноса сказочных смыслов в реальность, то есть осознание взаимосвязи смысла сказочной ситуации и сказочных событий с реальной жизнью и поведением человека в реальных обстоятельствах, объективизация проблемных ситуаций;
* Сказкотерапия - это процесс активизации когнитивного и творческого потенциала личности. Анализ сказок (когнитивный аспект) позволяет изменить или существенно обогатить взгляд на привычные ситуации. Сочинение, рисование, драматизация сказок (творческий аспект) позволяет высвободить творческую энергию воображения. Эти силы позволяют конструктивно изменить свою жизнь;
* Сказкотерапия - это синтез многих достижений психологии, педагогики, психотерапии, философии разных культур

Итак, сказкотерапия - это один из наименее травмоопасных и наиболее безболезненных способов психотерапии. Возможно, потому, что именно с помощью сказок (или под их влиянием) формируется жизненный сценарий и, соответственно, с помощью сказки можно проходит переосмысление, трансформацию и преображение внутреннего и внешнего мира, осмысление своего прошлого и моделирование лучшего будущего.

Разумеется, любой психотерапевтический подход сам по себе не идеален. Иногда ребенок не хочет или по каким-то причинам не готов сразу погружаться в мир творчества, фантазии совершенно не связанный с его реальной жизнью. В этом случае сказкотерапия на начальном этапе будет не эффективна, вызвав, возможно, даже сопротивление клиента относительно дальнейшей работы.

В случае, сильно развитого логического мышления этот метод может и вовсе не подойти.

Формированию сказкотерапии предшествовали три этапа

1. Этап спонтанного создания и передачи историй. Он продолжается и сейчас, поскольку человечество не перестает придумывать сказки.
2. Этап научного осмысления метафорического материала. Собирать, систематизировать и исследовать фольклор в Европе начали братья Грим, Шарль Перро, Владимир Даль.
3. Этап использования сказки «упаковки» основного инструментария психолого – педагогической работы. На этом этапе начали использовать сказку педагоги и психологи. Они активно создавали дидактические сказки, появилось само понятие сказкотерапии, начало развиваться это направление в психологии.

Вовремя рассказанная сказка для ребенка значит столько же, сколько психологическая консультация для взрослого. Отличие только в том, что от ребенка не требуют вслух делать выводы и анализировать, что с ним происходит: работа идет на внутреннем, подсознательном уровне.

Ткач Р.М. в своей книге «Сказкотерапия детских проблем» структурирует сказки  по отдельно взятым детским проблемам:

1.Сказки для детей, которые испытывают страхи темноты, страх пред медицинским кабинетом и другие страхи.

2. Сказки для гиперактивных детей.

3. Сказки для агрессивных детей.

4.Сказки для детей, страдающие расстройством поведения с физическими проявлениями: проблемы с едой;  проблемы с мочевым пузырем и т.д.

5. Сказки для детей, которые столкнулись с проблемами семейных отношений. В случае развода родителей. В случае появления нового члена семьи. Когда дети считают, что в другой семье им будет лучше.

6. Сказки для детей в случае потерь значимых людей или любимых животных.

**Жанры, используемые в сказкотерапии**

В сказкотерапии используются разнообразные жанры: притчи , басни, легенды, былины, саги, мифы, сказки.

Как пишет Вачков И.В. , главным средством психологического воздействия в сказкотерапии является метафора, как основа любой сказки.

Именно точность подобранной метафоры определяют эффективность сказкотерапевтических приемов в работе, как с детьми, так и с взрослыми.

Несколько приемов, которые очень хорошо зарекомендовали в психологическом консультировании. Это работа с притчей и работа со сказкой. Необходимо выявить функции притч и сказок.

**Функции сказок**

Выделяют несколько основных функциональных особенностей сказок.

1. Тексты сказок вызывают эмоциональный резонанс, как у детей, так и у взрослых. Образы сказок обращаются одновременно к двум психическим уровням: к уровню  сознания и подсознания.
2. Концепция сказкотерапии основана на идее ценности метафоры как носителя информации:
* о жизненно важных явлениях;
* о жизненных ценностях;
* о постановке целей;
* о внутреннем мире автора (в случае авторской сказки).
1. В сказке в символической форме содержится информация о том:
* как устроен этот мир, кто его создал;
* что происходит с человеком в разные периоды его жизни;
* какие этапы в процессе самореализации проходит женщина;
* какие этапы в процессе самореализации проходит мужчина;
* какие трудности препятствия можно встретить в жизни и как с ними справляться;
* как приобретать и ценить дружбу и любовь;
* какими ценностями руководствоваться в жизни;
* как строить отношения с родителями и детьми;
* как прощать.

**Функция притч**

Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева утверждает: «Как правило, именно [притча](http://olga2901l.narod.ru/Pritchi..html) является носителем глубинной жизненной философии. Жизненный урок в притчах не завуалирован, а прямо сформулирован. Обычно одна притча посвящена одному уроку». Притчу можно использовать в работе, как с взрослыми, так и с подростками.

При семейном и индивидуальном консультировании также  достаточно часто используются истории, притчи, [афоризмы](http://olga2901l.narod.ru/Aforizmi.html), метафоры, [метафорические карты](http://olga2901l.narod.ru/Metafori_karti.html), [сказки](http://olga2901l.narod.ru/Skazki.html) и [анекдоты](http://olga2901l.narod.ru/Anekdoti_psixologi.htm).

По мнению Н. Пезешкиана: «Истории могут оказывать самое различное воздействие на человека. Они имеют воспитательное  и терапевтическое значение. Смысл каждой истории человек воспринимает по-своему, в зависимости от своего образа мыслей.

Если истории и притчи при психологическом консультировании  подобраны правильно, то они позволяют выбрать определенную дистанцию, чтобы по-иному взглянуть на собственные конфликты и найти способы разрешить конфликты.

Истории предлагают различные варианты действий.

После знакомства с семьей и выявлением ее актуальных проблем психолог выбирает в качестве темы для обсуждения ситуацию, историю, миф, притчу, которые бы отражали семейные проблемы.

Одна из важных функций истории – это хранение опыта, то есть после окончания психотерапевтической работы она продолжает оказывать свое действие на клиента и делает его более независимым от терапевта».

**Психокоррекционные сказки**

Ткач Р.М. считает, для того чтобы сказка или история обрела силу и оказала помощь, необходимо придерживаться определенных правил ее создания:

1. Сказка должна быть в чем-то идентичной проблеме ребенка, но ни в коем случае не иметь с ней прямого сходства.
2. Сказка должна предлагать замещающий опыт, используя который ребенок может сделать новый выбор при решении своей проблемы. Либо в этом должен помочь психолог.
3. Сказочный сюжет должен разворачиваться в определенной последовательности:

**Жили-были.**

Начало сказки, встреча с ее героями.

Для детей 3-4 лет рекомендуют делать главными героями сказок игрушки, маленьких человечков и животных.

Начиная с 5 лет – фей, волшебников, принцесс, принцев, солдат и пр.

Примерно с 5-6 лет ребенок предпочитает волшебные сказки.

В подростковом возрасте могут быть интересны сказки-притчи и бытовые сказки.

**И вдруг однажды…**

Герой сталкивается с какой-то проблемой, конфликтом, совпадающей с проблемой ребенка.

**Из-за этого…**

Показано в чем состоит решение проблемы, и как это делают герои сказки.

**Кульминация.**

Герои сказки справляются с трудностями.

**Развязка.**

Развязка терапевтической сказки должна быть позитивной.

**Мораль сказки…**

Герои сказки извлекают уроки из своих действий. Их жизнь радикально изменяется.

По мнению Зинкевич-Евстигнеевой Т. Д. психокоррекционные  сказки создаются для мягкого влияния на поведение ребенка. *Под коррекцией здесь понимается «замещение» неэффективного стиля поведения на более продуктивный, а также объяснение ребенку смысла происходящего.*
Надо сказать, что применение психокоррекционных сказок ограничено по возрасту (примерно до 11–13 лет) и проблематике.

Для создания психокоррекционной сказки психологу можно использовать *следующий алгоритм*.

1В первую очередь подобрать героя, близкого ребенку по полу, возрасту, характеру.

2. Потом описать жизнь героя в сказочной стране так, чтобы ребенок нашел сходство со своей жизнью.

3.Далее поместить героя в проблемную ситуацию, похожую на реальную ситуацию ребенка, и приписать герою все переживания ребенка.

4. Поиск героем сказки выхода  из создавшегося положения. Для этого необходимо начинать усугублять ситуацию, приводить ее к логическому концу, что также подталкивает героя к изменениям. Герой может встречать существ, оказавшихся в таком же положении, и смотреть, как они выходят из ситуации; он встречает «фигуру психотерапевта» — мудрого наставника, объясняющего ему смысл происходящего и т.д. Задача терапевта — через сказочные события показать герою ситуацию с разных сторон, предложить ему альтернативные модели поведения, помочь найти позитивный смысл в происходящем.

5. Осознание героем сказки своего неправильного поведения и становление на путь изменений.

Зарубежные психологи часто называют психокоррекционные сказки психотерапевтическими историями.

Психокоррекционную сказку можно просто прочитать ребенку, не обсуждая. Таким образом, мы дадим ему возможность побыть наедине с самим собой и подумать. Если ребенок захочет, то можно обсудить с ним сказку, проиграть ее с помощью кукол, рисунков, песочницы и миниатюрных фигурок.

**Психотерапевтические сказки**

Сказки, раскрывающие глубинный смысл происходящих событий. Истории, помогающие увидеть происходящее с другой стороны. Такие сказки не всегда однозначны, не всегда имеют традиционно счастливый конец, но всегда глубоки и проникновенны. Психотерапевтические сказки часто оставляют человека с вопросом. Это, в свою очередь, стимулирует процесс личностного роста. Многие психотерапевтические сказки посвящены проблемам жизни и смерти, отношению к потерям и приобретениям, любви и пути. Эти сказки помогают там, где другие психологические техники бессильны; там, где нам нужно перейти в область философии событий и взаимоотношений.

В сказкотерапии в зависимости от решаемых проблем можно использовать  как русские народные сказки, так и сказки русских  и зарубежных авторов, где главным персонажем является девушка или женщина. Например, русские народные сказки [«Морозко»](http://olga2901l.narod.ru/Skazkoterap_Morozko.html),[« Крошечка-Хаврошечка»](http://olga2901l.narod.ru/Skazkoterap_Krochezka_Xavrochezka.html), [«Сестрица Аленушка и братец Иванушка»](http://olga2901l.narod.ru/Skazkoterap_Alenushka_bratez_Ivan.html), [«Снегурочка»](http://olga2901l.narod.ru/Skazkoterap_Snegurka.html), сказка С.Т. Аксакова [«Аленький цветочек»](http://olga2901l.narod.ru/Skazkoterap_Alenkii_zvetok.html), сказки зарубежных авторов  «[Золушка](http://olga2901l.narod.ru/%D0%A0%E2%80%9D%D0%A0%C2%BB%D0%A1%D0%8F%20%D0%A0%D0%85%D0%A0%D1%95%D0%A0%D0%86%D0%A0%D1%95%D0%A0%D1%96%D0%A0%D1%95%20%D0%A1%D0%83%D0%A0%C2%B0%D0%A0%E2%84%96%D0%A1%E2%80%9A%D0%A0%C2%B0/psiholog/skazkoterap_Soluchka.html)» и «Спящая красавица» Ш. Перро, «Госпожа Метелица» братьев Гримм  и другие .
Есть мужские сказки («Царевна-лягушка», где хотя и просматривается женский путь, но главным героем является мужчина). В работе с особыми детьми подойдет авторская сказка «[Серая шейка](http://olga2901l.narod.ru/Skazkoterap_Seray_Cheika.html)» Мамин-Сибиряк .

По мнению французского психиатра, доктора медицины и психологии Жана Годэна сказки Ш.Перро можно использовать при конкретных проблемных ситуациях. Так, например, сказку «Спящая красавица» можно применять при работе с детьми, переживающих кризис, а сказку «Ослиная шкура»  при проблеме инцеста, «Мальчик с пальчик» —  с брошенными детьми.

К детским сказкам условно можно отнести:
[«Красную Шапочку»](http://olga2901l.narod.ru/Skazkoterap_Krasn_Chapochka.html) Ш.Перро, и русские народные сказки «[Гуси-лебеди](http://olga2901l.narod.ru/Skazkoterap_Gusi_Lebedi.html)», [«Волк и семеро козлят»](http://olga2901l.narod.ru/Skazkoterap_volk_7_kozl.html), [«Баба Яга»](http://olga2901l.narod.ru/Skazkoterap_Baba_Yaga.html) и ряд других сказок русских и зарубежных авторов.

 **Особенности сказкотерапии с детьми**

По мнению ряда авторов: Савченко С.Ф., Ивановской О.Г., Барабохиной В. А. , в процессе сказкотерапевтической работы психолог делает акцент на приобретение ребенком необходимых знаний, связанных с его проблемой (например, с изменением в составе его семьи). При этом важным моментом является само общение между взрослым и ребенком.  В связи с этим одним из главных условий эффективной работы становится эмоциональное отношение взрослого к содержанию своего рассказа.

От психолога требуется выполнение следующих условий:

* При чтении или рассказывании должны передаваться подлинные эмоции и чувства;
* Во время чтения или рассказывания следует расположиться перед ребенком так, чтобы он мог видеть лицо психолога и наблюдать за жестами, мимикой, выражением его глаз, обмениваться с ним взглядами;
* Нельзя допускать затянувшихся пауз.

Для индивидуальной или групповой работы может быть предложена любая сказка, ее необходимо прочитать вслух . Сказочная ситуация, которая задается ребенку, должна отвечать определенным требованиям:

* Ситуация не должна иметь правильного готового ответа (принцип «открытости»);
* Ситуация должна содержать актуальную для ребенка проблему, «зашифрованную» в образном ряде сказки;
* Ситуации и вопрос должны быть построены и сформулированы так, чтобы побудить ребенка самостоятельно строить и прослеживать причинно-следственные связи.

Однако, как пишет Чех Е.В. , сказки должны подходить ребенку по возрасту.

В два года ребенок может удерживать в памяти простые действия сказочных персонажей, появляется интерес к сказке. Желательно, чтобы сказки были простые и сюжетные. Например, сказки «[Теремок](http://olga2901l.narod.ru/Skazkoterap_Teremok.html)», «[Колобок](http://olga2901l.narod.ru/Skazkoterap_Kolobok.html)», «[Репка](http://olga2901l.narod.ru/Skazkoterap_Repka.html)».

Способность четко отделять сказочную действительность от реальности возникает к 3,5-4 годам.

**Заключение**

Таким образом, для изучения вопроса использования терапевтической сказки в психологическом консультировании я опирались на работы сказкотерапевтов Вачкова И.В., Зинкевич-Евстигнеевой Т. Д., Ефимкина Р. П., Сакович Н.А., Ткач Р.М. и других авторов.

Описаны основные методы сказкотерапии.

В заключении можно сказать, что специалист-сказкотерапевт должен быть хорошо подготовлен, чтобы уметь писать разные виды психологических и педагогических сказок. Уметь писать метафоры под проблему клиента, владеть мастерством интерпретации сказочных песочных картин, работать с различными видов кукол и т. д.

Список литературы:

1. Вачков И.В. Сказкотерапия. Развитие самосознания через психологическую сказку. – М.: Ось- 89, 2007. -144 с.
2. Гребенщикова Л.Г. Основы куклотерапии. Галерея кукол. – СПб.: Речь, 2007. — 80 с.
3. Ефимкина Р. П. Пробуждение Спящей красавицы. Психологическая инициация женщины в волшебных сказках. Монография. — СПб.: Речь, 2006. — 263 с.
4. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Формы и методы работы со сказками. — СПб.: Речь, 2008. – 240 с.
5. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Основы сказкотерапии.
6. Киселева М.Б. Арт-терапия в работе с детьми: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми. — СПб.: Речь, 2006. – 160 с.
7. Притчи, сказки, метафоры в развитии ребенка. — СПб.: Речь, 2007. – 296 с.
8. Сакович Н.А. Технологии игры в песок. Игры на мосту. СПб.: Речь, 2008. — 176 с.
9. Ткач Р.М. Сказкотерапия детских проблем. СПб.: Речь; М.: Сфера, 2008. — 118 с.
10. Чех Е.В. Я сегодня злюсь. Расскажи мне сказку. – СПб.: Речь; М.: Сфера, 2009. – 144 с.
11. Зинкевич-Евстегнеева Т.Д. Мастер сказок. 50 сюжетов в помощь размышления о жизни, людях и себе для взрослых и детей старше 7 лет. — СПб.: Речь. 2012. — 220 с.