

Муниципальное автономное дошкольное
общеобразовательное учреждение
«Цветик-семицветик»

Доклад на городском методическом
объединении педагогов – психологов на
тему:

«Сказкотерапия, как метод
работы педагога-психолога»

Подготовил
Педагог-психолог
МАДОУ «Цветик-
семицветик»
Ярмусевич И.Г.

Цель: познакомить педагогов – психологов города с особенностями составления и применения коррекционных сказок.

Содержание.

1. Теоретические основы метода сказкотерапии.
2. Влияние терапевтической сказки на эмоциональный мир ребенка.
3. Виды терапевтических сказок и особенности их применения.
4. Практикум по составлению терапевтической сказки.

1. Теоретические основы метода сказкотерапии.

Сказка ложь, да в ней намек, добрым молодцам урок! Гласит народная мудрость. Веками наши предки рассказывали сказки, через них передавалась мудрость поколений, нравы, обычаи, способы поведения в различных ситуациях. Сказки были неким метафорическим объяснением окружающей действительности.

Научный интерес к этому жанру появился в XVII веке. Так, истоки зарождения сказкотерапии прослеживаются в работах известного философа Карла Густава Юнга. Он изучил огромное количество сказаний различных народов мира, и обозначил факт о том, что на разных концах нашей планеты встречаются одинаковые сказки. Он заметил, что персонажи сказок, как и мифов, выражают различные архетипы и поэтому влияют на развитие и поведение личности. Эрик Берн, указывал на то, что конкретная сказка может стать жизненным сценарием человека, который формируется еще в раннем детстве и влияющий на формирование судьбы человека независимо от его свободного выбора. Впервые в литературе сказкотерапия, как "одна из формальных техник работы с детьми", была описана Ричардом Гарднером в 1971 году, однако даже этот автор упоминал, что вряд ли он был первым терапевтом, работающим по данной методике.

Сказкотерапия - направление практической психологии, которое, используя метафорические ресурсы сказки, позволяет развить самосознание, стать самими собой, и построить особые доверительные, близкие отношения с окружающими. Сказкотерапия - один из наиболее экологических и безболезненных способов психотерапии.

В России исследованию сказок и методу сказкотерапии посвятили себя Татьяна Дмитриевна Зинкевич-Евстигнеева, Андрей Владимирович Гнездилов, Игорь Викторович Вачков, Наталья Александровна Сакович, Разида Мугаллимовна Ткач, которые собрали и обработали огромное

количество материала по данной проблеме. Так, А.В. Гнездилов определяет сказкотерапию как процесс воспитания Внутреннего ребенка, развитие души, приобретение знаний о законах жизни, а также повышение уровня осознанности в своих действиях.

Наиболее известны в нашей стране исследования Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой, которая отмечает, что сказкотерапия это открытие знаний, которые живут в душе и являются в данный момент психотерапевтическими, а также процесс образования связи между сказочными событиями и поведением в реальной жизни. Кроме того, по мнению Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой, сказкотерапия не подразумевает под собой использование только сказки, совсем наоборот, это могут быть разнообразные жанры: притча, басня, легенда, былина, миф и даже анекдот.

Татьяна Дмитриевна Зинкевич-Евстигнеева выделяет 4 этапа в развитии сказкотерапии

1 этап - устное народное творчество. Его начало затеряно в глубине веков, но процесс устного творчества продолжается по сей день. К нему относятся притчи, сказки, байки, метафоры, мифы, которые всегда передавались из поколения в поколение, неся многовековую мудрость народа.

2 этап - собирание и исследование сказок и мифов. (К.Г. Юнг, М.-Л. фон Франц, Б. Беттельхейм, В. Пропп и др.);

3 этап - психотехнический (применение сказки как повод для психодиагностики, коррекции и развития личности);

4 этап - интегративный, связанный с «формированием концепции комплексной сказкотерапии, с духовным подходом к сказкам, с пониманием сказкотерапии как природосообразной, органичной человеческому восприятию воспитательной системы, проверенной многими поколениями наших предков.

Таким образом, сказка и сказкотерапия - это способ объяснения окружающей действительности через выдуманных персонажей, метод коррекции поведения ребенка в кризисной ситуации. В основе сказкотерапии лежит идея о том, что каждая сказочная ситуация несет в себе скрытый смысл решения сложных жизненных ситуаций. Преимущество данного метода заключается еще и в том, что он объединяет множество психотехнических приемов в единый сказочный контекст.

2. Влияние терапевтической сказки на эмоциональный мир ребенка.

Особенность метода сказкотерапии заключается в том, что он имеет несколько уровней воздействия на личность:

- . Неосознаваемый уровень;
- . Осознаваемый уровень;
- . Поведенческий.

В процессе восприятия ребенком сказки, его левое полушарие головного мозга извлекает логический смысл из сюжета, в то время, как правое полушарие свободно для мечтаний, фантазий, воображения, творчества. Психологи, применяющие в работе сказки, метафоры, часто отмечают, что на осознаваемом, вербальном уровне ребенок может и не принимать сказку, однако, положительный эффект от работы все равно присутствует, т.е. изменения часто происходят на подсознательном уровне. При этом наблюдается замечательный факт. Одна и та же сказка по-разному влияет на каждого ребенка, каждый находит в ней что-то свое, актуальное для него, созвучное его проблемам. Таким образом, сказочная форма, обращаясь к сокровенным пластам психики, с одной стороны, уводит от реальности внешней, но приводит к внутренней, а с другой стороны, устраняет контроль сознания за совершением действий, проговариванием собственных мыслей, оценок. Это яркое эмоциональное изложение конкретных фактов и событий, имеющих нравственное содержание. Воздействуя на чувства, сказка помогает воспитанникам понять и усвоить смысл моральных оценок и норм поведения.

3. Виды терапевтических сказок и особенности их применения.

Существует огромное количество сказок, как народных, так и авторских. Исследователи, занимающиеся проблемами сказкотерапии, классифицируют сказки следующим образом.

Т.Д. Зинкевич-Евстегнеева в сказкотерапевтическом процессе выделяет 5 видов сказок: 1) художественные 2) дидактические 3) медитативные 4) психотерапевтические 5) психо-коррекционные [11, с. 27].

С этой классификацией перекликается и классификация И.В. Вачкова, который в зависимости от целей воздействия выделяет сказки: 1) фольклорные 2) авторские, выделяя в них: художественные, дидактические, психо-коррекционные, психотерапевтические, психологические.

Ткач Р.М. структурирует сказки по отдельно взятым проблемам:

1. Сказки для детей, которые испытывают страхи, например, темноты.
2. Сказки для гиперактивных детей.
3. Сказки для агрессивных детей.
4. Сказки для детей, страдающие физическими расстройствами.
5. Сказки для детей, которые столкнулись с проблемами семейных отношений (в случае развода родителей, 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

Также сегодня мне хотелось бы коснуться классификации сказок представленной сказкотерапевтом Ириной Терентьевой, которая основана на моделях составления непосредственно самих сказок.

1. Позитивная сказка. Применяется в ситуациях, где требуется решение проблемы через позитивное принятие ситуации. Это может быть подготовка к новым событиям (школа, садик, рождение брата или сестры, переезд, отпуск). В такой сказке отсутствует негатив.
 2. Негативная модель написания сказки. Это сказка с плохим концом. Применяется в ситуациях, когда много перепробовано, но ничего не помогает. В случае с крайне негативным поведением ребенка.
 3. Модель сказки «Весы». В этой сказке уравновешены негативная и позитивная часть.
 4. Модель сказки «Параллель».
 5. Релаксационные сказки. Они направлены на снятие эмоционального напряжения. Их особенность – отсутствие сюжета, конфликта и злых героев.
- Существующие модели встречаются в литературе и мы их учитываем при подборе сказок под конкретную ситуацию при работе с детьми.

На этом мне хотелось бы перейти к практической части моего выступления. Прежде чем сделать это, предлагаю рассмотреть несколько принципов, на которые необходимо опираться при составлении сказки и которые являются ключевыми:

1. Сказка всегда пишется или подбирается с учетом проблемы конкретного ребенка. Необходимо понимать, что это за ребенок, в какой среде он живет, как у него организована жизнь.
2. При составлении сказки учитывается сколько лет ребенку. Нужно обращать внимание на количество персонажей. Как правило, число персонажей соответствует возрасту ребенка +1. В случае необоснованно большого числа героев сказки ребенок потеряет ход событий в сказке.
3. Сказка должна быть составлена по существу, без лишних описаний, которые могут уводить в сторону ребенка.
4. В сказке должны быть короткие предложения (не более 10 слов).
5. В сказке не должно быть нотаций (сказочное пространство – это безоценочное пространство, ребенок делает выводы сам)
6. Одна сказка должна быть направлена на решение одной проблемы.
7. Решение, представленное в сказке, должно быть реалистично и выполнимо ребенком. (В сказке мы прописываем конкретную модель и способ поведения. Например, и с тех пор лисичка Маша сама убирала свои игрушки, кукол она садила на столик, кубики складывала в коробку и т.д.)
8. В сказке должно присутствовать описание эмоций (учитывая то, что дети дошкольники мыслят эгоцентрично, они часто не понимают, что чувствуют другие, через сказочных героев мы доносим до них особенности эмоционального мира).
9. В сказке должен присутствовать идентификатор, то есть ребенок должен понять, что события, которые происходят в сказке не про него, но как у него. (Важным сигналом того, что сказка для ребенка актуальна, является его узнавание событий и обозначение их, как у меня.)
10. Отношения между героями сказки должны быть такими же как в жизни ребенка. (Мама, папа, братья, сестры и т.д)

Особенности подбора главного героя.

1. Главный герой сказки должен быть положительным, так как ребенок с ним себя идентифицирует. Например, если мы говорим о страхе, то главным героем может стать хорошенький маленький мышонок, который боялся темноты. Следует учитывать, что мы можем работать с поведением, с личностью мы не работаем (безоценочный подход).
2. Главный герой должен быть кем-то другим, не этим ребенком, Он лишь похож на этого ребенка, но чем-то отличается. Что касательно

половой принадлежности ребенка, то до 3-х лет пол не важен, а после 4-х пол должен совпадать.

3. До 4-х лет рекомендуется главными героями сказок делать животных, после 4-х лет и у младших школьников- мальчиков и девочек простых и сказочных. При работе с подростками главными героями мы выбираем людей или предметы.

При рассказывании сказок эмоциональное состояние ребенка должно быть спокойным, желательно, чтобы он и рассказчик были в хорошем настроении. Нельзя заставлять слушать сказку, так как включаются механизмы сопротивления. Сказку мы рассказываем медленно и плавно, чтобы ребенок успел воспринять события сказки, а успели уловить реакцию ребенка. Рассказывать сказку необходимо эмоционально, передавая настроение героев интонационно. Во время сказки мы кратко отвечаем на вопросы, которые задает ребенок. Если ребенок просит убрать персонажа из сказки, то необходимо выяснить, чем он ему не нравится. В случае, если во время рассказывания сказки ребенок отстранился, то его либо что-то напугало, либо события описанные в сказке для него не актуальны. В этом случае лучше прекратить рассказывать сказку.

Для того, чтобы сказка была более эффективной, существуют «усилители» сказок.

1. Присказка (она, как правило, носит легкий гипнотический эффект). «Далеко-далеко, в тридевятом царстве, в тридесятом государстве, за семью морями, за семью лесами». Повторяющиеся элементы ослабляют контроль сознания. Эти присказки особенно рекомендованы в случае, если к рассказу планируется сказка с неприятной или болезненной для ребенка темой (страхи, агрессия, расставание с родителями)
2. Использование органов чувств в сказке (описание звуков, тактильных ощущений, зрительных образов) Чтобы они помогли ребенку включиться в сказку, мы даем эти описания в начале.
3. Детям до 3-х лет для усиления эффекта сказки можно включать звукоподражание. (Ква-ква, мяу и т.д.)
4. В сказке главный герой с интересами ребенка. При подборе сказки имеющих персонажей мы можем заменить на тех, что интересны ребенку. Можно ввести в сказку любимую игрушку ребенка, героев любимого мультфильма или сказки.

5. Включение в сказку фраз и ситуаций, которые присутствуют в жизни ребенка. Что говорят родители на действия ребенка, что он им отвечает.
6. Использование в сказке положительных формулировок, без частицы не. «И с тех пор зайчик складывал машинку в шкафчик»

Сегодня я предлагаю рассмотреть более подробно и составить сказку по модели «Весы». Это универсальная модель сказки, она может применяться в различных ситуациях. Сказка построена таким образом, что мы в начале описываем негативную модель поведения и ее последствия, затем происходит ключевой момент. В момент которого происходит перелом в сказке. Затем мы описываем позитивную модель сказки. Сейчас я прошу вас подумать на какую тему вы хотели бы составить сказку, выбрать главного героя и придумать название вашей сказки.

Затем следует описание главного героя, мы помним, что главный герой у нас хороший, он похож на ребенка, их увлечения похожи, но это не ребенок.

У главного героя есть особенность поведения, которую мы описываем и указываем к каким последствиям это привело.

У маленького ребенка чрезвычайно развит механизм идентификации, т.е. процесс эмоционального объединения себя с другим человеком, персонажем и присвоение его норм, ценностей, образцов как своих. Поэтому, воспринимая сказку, ребенок, с одной стороны, сравнивает себя со сказочным героем, и это позволяет ему почувствовать и понять, что не только у него есть такие проблемы и переживания. С другой стороны, посредством ненавязчивых сказочных образов ребенку предлагаются выходы из различных сложных ситуаций, пути решения возникших конфликтов, позитивная поддержка его возможностей и веры в себя. При этом ребенок отождествляет себя с положительным героем. Происходит это не потому, что дошкольник так хорошо разбирается в человеческих взаимоотношениях, а потому, что положение героя более привлекательно по сравнению с другими персонажами. Это позволяет ребенку усваивать правильные моральные нормы и ценности, различать добро и зло. В дошкольном и младшем школьном возрасте восприятие сказки становится специфической деятельностью ребенка, обладающей невероятно притягательной силой, позволяющей ему свободно мечтать и фантазировать [39, с. 8]. При этом сказка для ребенка не только вымысел и фантазия. Это еще и особая реальность, которая позволяет раздвигать рамки обычной жизни, сталкиваться со сложными явлениями и чувствами и в доступной для

понимания ребенка сказочной форме постигать взрослый мир чувств и переживаний. Практика показывает, что у благополучных, «беспроблемных» детей терапевтическая сказка часто не находит эмоционального отклика и воспринимается просто как интересная история, не приводящая к изменениям в поведении ребенка [41, с. 23].

Еще одним большим достоинством сказки является отсутствие возрастных ограничений. Она эффективна не только с дошкольниками или младшими школьниками, для которых является «родным языком», но и с подростками «группы риска». Последние, как правило, характеризуются противоречивостью Я-концепции, в связи с чем им довольно сложно выстраивать отношения с миром. Используя богатый ресурс сказкотерапии, психолог способствует достижению согласованности между отдельными аспектами Я-концепции подростка.

Так что же такое сказкотерапия? Созерцание и раскрытие
внутреннего и внешнего мира, осмысление прожитого,
моделирование будущего, процесс подбора каждому клиенту
своей особенной сказки... Процесс Познания в наиболее
созвучной нашей Душе образной форме. Может быть, именно
для этого многовековой мудростью человечества послана нам
Сказка?.__