

Способ диагностики с помощью сказки.



Сказкотерапия - метод, использующий сказочную форму для интеграции личности, развития творческих способностей, расширение сознания, совершенствования взаимодействий с окружающим миром. К сказкам обращались в своем творчестве известные зарубежные и отечественные психологи: Э. Фромм, Э. Берн, Э. Гарднер, А. Менегетти, М. Осорина, Е. Лисина, Е. Петрова, Р. Азовцева, Т. Зинкевич-Евстигнеева и т. д.

Тексты сказок вызывают интенсивный эмоциональный резонанс как у детей, так и у взрослых. Образы сказок обращаются одновременно к двум психическим уровням: к уровню сознания и подсознания, что дает особые возможности при коммуникации. Особенно это важно для коррекционной работы, когда необходимо в сложной эмоциональной обстановке создавать эффективную ситуацию общения.



Почему сказки помогают детям?

Итак, почему же терапевтические сказки обладают таким влиянием на детей?

Сказка – язык ребёнка, он понятен ему лучше, чем нравоучения и наставления. Сказки помогают нам щадящим образом повлиять на внутренний мир малыша, показать ситуацию под другим углом, приобрести жизненный опыт и дать понять, что наш ребёнок не единственный, у кого есть такая проблема. Кроме того, несмотря на то, что ребёнок уже в состоянии отличить реальное от сказочного, эти границы ещё очень размыты, и, слушая сказку, ребёнок по-настоящему переживает её события вместе с героями.

С какого возраста сказкотерапию можно использовать для детей?

С какого возраста можно использовать терапевтические сказки? Использовать терапию сказкой для детей младше 2-х лет. Дело в том, что они просто не будут эффективны. Ребёнок не в состоянии проанализировать сказку, установить причинно-следственные связи, сделать выводы. После 2-х лет можно понемногу использовать простые терапевтические сказки, чтобы успокоить малыша, показать пример хорошего поведения, предупредить о возможных опасностях, успокоить малыша во время детских истерик, при проблемах с едой. Начиная с 3-х лет, можно использовать терапевтические сказки в полной мере, и они будут наиболее эффективны.

Виды терапевтических сказок

1. Терапевтические сказки о ребёнке, который похож на малыша.

В таких сказках главным героем вы делаете ребёнка, который попадает в ситуацию, похожую на ситуацию вашего малыша. Сказка не должна прямо повторять сюжет из жизни вашего малыша, но должна быть похожей. Ребёнок понимает, что не один он может оказаться в подобной ситуации, и на примере другого ребёнка делает выводы и учится самостоятельно решать проблему. Такие сказки всегда развиваются по определённому сценарию:

Знакомство с героями (Жил-был мальчик Петя, который...). Если ребёнок очень маленький, то на месте героя может быть животное, игрушка. Для детей постарше гораздо эффективнее, если героем сказки будет настоящий ребёнок. Для дошкольников (после 4 лет) желательно вводить в сказку волшебных героев или волшебные предметы, а с 5 лет волшебство является обязательным условием сказки (в большинстве случаев).

Проблема. Герой сказки сталкивается с проблемой, конфликтом, страхом, присущим вашему ребёнку.

Пути решения проблемы. Рассказывается, что нужно сделать герою сказки, чтобы справиться с проблемой. Нередко при этом ему необходима помощь волшебных предметов.

Кульминация. Герой сказки справляется с проблемой.

Развязка. У терапевтической сказки всегда должна быть развязка. Нельзя оставлять конец открытым, недоделанным.

Мораль. Выводы, которые делает герой сказки. Мораль не должна быть затянута, 1-2 предложения. Не стоит обсуждать её с ребёнком. Он сам сделает выводы на подсознательном уровне.

2. Терапевтические сказки про ребёнка.

Эти сказки отличаются от сказок первого вида тем, что главным героем является ваш малыш. Рассказывая сказки, нужно обязательно использовать какие-то элементы из жизни ребёнка, имена друзей и родных, название улицы, ввести в сказку любимую игрушку, предметы домашнего обихода и пр. Таким образом, ребёнок действительно поверит, что вы рассказываете *сказку про него самого*.

Дети по своей природе эгоцентричны. Ещё Джанни Родари в своей книге «Грамматика фантазии» говорил о том, как важны для ребёнка сказки про него самого и каким огромным потенциалом они наделены.

Главным отличием сказки данного вида является то, что *вы наделяете главного героя сказки (своего ребёнка) тем качеством, которое хотите ему привить*. Грубо говоря, мама или папа создают для своего малыша идеальную утопичную ситуацию, показывая чего можно достичь при желании.

Примеры

Например, если ваш ребёнок **невежлив**, в сказке вы показываете его очень вежливым, он обязательно здоровается со всеми встречными, говорит спасибо. Если ребёнок **боится темноты**, в сказке он смелый герой, помогающий маленькому котёнку, который заблудился в темноте. Ребёнок, который **с трудом ложится спать**, в сказке всегда идёт в кровать во время и, засыпая, попадает в волшебную страну, где его ждут невероятные приключения и т.п. Такие сказки отличаются от сказок первого вида тем, что *проблема, которую вы хотите решить, не стоит на центральном месте*. Положительное качество ребёнка играет вспомогательную роль, помогает герою бороться с врагами, защищать слабых и т.п. Сюжет этой сказки может быть немного запутаннее, терапевтическая цель более завуалирована.

Сказкотерапия - Диагностика межличностных отношений с помощью сказки

О методике

Идея использования сказки в работе психологов с клиентами не является новой. Ее с успехом используют для диагностики и коррекции в индивидуальной работе с клиентами.

Особенность представляемого метода заключается в том, что он позволяет обследовать одновременно пару людей, сделать выводы о динамике их отношений и личности каждого.

Используемая нами процедура предельно проста: испытуемым дается стандартная проективная инструкция: “Сочините вместе сказку”, - никаких наводящих комментариев.

Сочиняемый текст и особенности процесса взаимодействия партнеров заносятся в протокол.

Соответственно, диагностическую информацию можно получать из двух источников:

- 1. Непосредственно из содержания сказки (сочиненный текст).***
- 2. Из характера межличностного взаимодействия испытуемых в процессе сочинения.***

В обоснование можно сказать следующее. В ходе сочинения сказки двумя людьми возникают индивидуальные проекции рассказчиков (в сказке находят отражение смысловые образования клиентов), но в большей степени актуализируется именно межличностная проекция (совместное семантическое пространство), так как люди, оказавшись вместе и занимаясь общим делом, невольно взаимодействуют так же, как это они делают в большинстве других ситуаций.

Характер их отношений переводится на метафорический язык сказки - в сюжет вводятся типичные формы поведения и те затруднения, которые свойственны для данной диады в обыденной жизни. Сказка выступает как своеобразный экран, на который рассказчики проецируют свои отношения. Но экраном служит не только текст, но и сама ситуация совместной работы: то, как они общаются друг с другом в повседневной жизни, отражается на процедуре совместного сочинения сказки. Если люди находятся в противоречиях, часто конфликтуют, то, вероятно, во время сочинения сказки они будут вводить конфликтующих персонажей (например, герой - антагонист). При этом каждый партнер будет пытаться положить в основу сказки именно свой сюжет, они могут начать спорить о том, что должно последовать дальше.

Анализ текста по следующей схеме:

- 1. Тема** - то, о чем сказка. Это могут быть: дружба, любовь, испытание и т.д. По выбранной теме можно судить, что для данной диады является наиболее значимым.
- 2. Роли** - то, с какими персонажами из сказки идентифицируются рассказчики. Какие еще персонажи введены в сказку и кому из реальной жизни они соответствуют.
- 3. Инициатива** - начальный момент в осуществлении управления процессом взаимодействия со стороны одного из партнеров, обозначение его ведущей или направляющей роли.
- 4. Дистанция** - межличностное расстояние, определяющееся количеством преград, стоящих на пути сближения людей. Преграды бывают внешние и внутренние. На наличие межличностной дистанции указывают различные признаки. Например, паузы в речи, ничем не обоснованный перевод разговора на другую тему, обилие физических преград и т.д.
- 5. Пристройка** - обозначает вертикальную составляющую психологического пространства взаимодействия. Пристройка может быть сверху, снизу и на равных. Пристройка сверху' - это стремление доминировать. Может выражаться в поучениях, осуждениях, высокомерных и покровительственных интонациях, взглядах сверху вниз и т.д.
Пристройка снизу может выражаться в просьбах, извинениях, оправданиях, наклонах корпуса в сторону партнера и т.д. Пристройка на равных - это отсутствие пристроек сверху и снизу. Выражается в стремлении к сотрудничеству, повествовательных интонациях, вопросах и т.д.
- 6. Преобладающие эмоции** указывают на то, что чувствует каждый из диады по отношению друг к другу.
- 7. Цели**, которые преследуют персонажи, информируют о том, к чему тот или иной человек стремится, чего добивается.
- 8. Типичные формы поведения** дают информацию о том, как преимущественно ведут себя партнеры в проблемной ситуации или при достижении целей.
- 9. Затруднения** - состояния, вызванное наличием препятствия в достижении цели.
- 10. Стратегии** - способы достижения целей и совладания с трудностями.

Современное значение сказок как психотерапевтического, коррекционного метода сводится к следующему:

.Сказкотерапия, как инструмент передачи опыта "из уст в уста". Это способ воспитания у ребенка особого отношения к миру, принятого у данного социума.

2.Сказкотерапия - это способ передачи индивидууму (чаще ребенку) необходимых моральных норм и правил. Эта информация заложена в фольклорных сказках и преданиях, былинах, притчах. Древнейший способ социализации и передачи опыта.

.Сказкотерапия как инструмент развития. В процессе слушания, придумывания и обсуждения сказки у ребенка развиваются необходимые для эффективного существования фантазия, творчество. Он усваивает основные механизмы поиска и принятия решений. Эти же механизмы работают и у взрослых, именно поэтому многие тренеры и коучи используют сказки в работе, чтобы помочь найти клиентам более эффективный способ решения жизненных задач. Слушая и воспринимая сказки человек, встраивает их в свой жизненный сценарий, формирует его. У малышей этот процесс особенно ярок, многие дети просят читать им одну и ту же сказку по много раз. В некоторых психотерапевтических подходах (например, юнгианство, нарративная психотерапия) этим любимым детским сказкам уделяется особое внимание.

.Сказкотерапия как психотерапия. Работа со сказкой направлена непосредственно на лечение и помощь клиенту. Сказкотерапевт создает условия, в которых клиент, работая со сказкой (читая, придумывая, разыгрывая, продолжая), находит решения своих жизненных трудностей и проблем. Возможны как групповые, так и индивидуальные формы работы

