

Сказкотерапия

ПРЕДМЕТ СКАЗКОТЕРАПИИ.

- Термин “сказкотерапия” вызывает неоднозначную реакцию. У психологов и педагогов она имеет преимущественно положительную окраску. Деловые люди сначала воспринимают ее как некую несерьезную систему, и только узнав поближе, открывают поистине безграничные возможности метода. Почему?
- Может быть, потому, что сказкотерапия является самым древним психологическим и педагогическим методом. Знания о мире, о философии жизни передавались из уст в уста, переписывались, читались, впитывались испокон веков. Сегодня мы соотносим с этим явлением термин – сказкотерапия. Понимая под ним способы передачи знаний о духовном пути души и социальной реализации человека. Именно поэтому мы называем сказкотерапию воспитательной системой, сообразной духовной природе человека.
- Многие думают, что сказкотерапия адресована только детям. Причем, дошкольного возраста. Да, это так, дорогие друзья. Однако возрастной диапазон, охватываемый сказкотерапией, не имеет границ.
- Предметом сказкотерапии является процесс воспитания Внутреннего Ребенка, развития души, повышение уровня осознанности событий, приобретение знаний о законах жизни и способах социального проявления созидательной творческой силы.



СКАЗКОТЕРАПИЯ КАК СПОСОБ ПЕРЕДАЧИ ЗНАНИЙ О ЖИЗНИ.

- В наш просвещенный век трудно представить себе, как далекие предки обходились без знания высшей математики, филологии, юриспруденции... Но тем не менее, они от этого не были менее “социально адаптированными”. Возникает вопрос – почему. Может быть потому, что наши далекие предки придавали большее значение развитию “практического интеллекта”, передаче и накоплению жизненного опыта. Может быть потому, что они имели такие знания, к которым мы на рубеже тысячелетий интуитивно стремимся?..
- Странно, но сегодня на прием к психологу обращается немало родителей одаренных, хорошо интеллектуально развитых детей. Оказывается, и у них могут быть проблемы! Часто их источником оказывается чрезмерно развитая интеллектуальность в ущерб элементарным житейским представлениям и навыкам. Чего же не хватило этим одаренным детям? Конечно, сказок!



Предмет сказкотерапии

- Издавна житейский опыт передавался через образные истории. Однако опыт опыту рознь. Можно просто рассказать историю, которая произошло недавно. А можно не просто рассказать интересный сюжет, но и сделать определенный вывод, или задать вопрос, который бы подтолкнул слушателя к размышлениям о жизни. Именно такие истории и являются особенно ценными, терапевтическими. Именно эти истории являются основой сказкотерапии.
- Известно, что наши предки занимались воспитанием детей, рассказывая им занимательные истории. Препные бабушки и дедушки не спешили наказывать провинившееся дитя. Они рассказывали историю, из которой становился ясным смысл проступка. Многие обычаи предохраняли детей от напастей. К сожалению, сегодня не многие знают обычаи, не понимают их смысла, считают “пережитком прошлого”.

ОСНОВЫ СКАЗКОТЕРАПИИ.

- И все же, как появились первые сказки и мифы. Относительно волшебных сказок на этот вопрос ответить непросто. А о появлении бытовых сказок можно выдвинуть такую гипотезу.
- Представьте, что с вами произошла какая-то интересная история. Будите ли вы ее скрывать? Чаще всего нет! Вы расскажите ее друзьям, приятелям, знакомым. После пятого-шестого рассказа вы осознаете, что история постепенно начинает обрастать новыми меткими подробностями, ваше поведение в истории становится более осмысленным и эффективным. Благодаря неоднократному повторению истории, через некоторое время у нее появится “мораль”, резюме. Пройдет еще немного времени, и ваша история превратится в байку.
- Не исключено, что похожие события были в жизни еще некоторых людей. Байки имеют свойство “ходить из уст в уста”. И очень скоро появится коллективная байка, или анекдот, или притча, или бытовая сказка. Так истории нашей жизни, многократно рассказываемые близким и знакомым, участвуют в процессе сложения бытовых сказок.
- Появление первых мифов часто объясняется процессом осмысления человеком явлений окружающего мира. Причем, осмысление сопровождалось оживотворением всего, что попадало в поле зрения нашего далекого предка.
- Если внимательно изучать самые древние мифы и мифологию народов, “неиспорченных цивилизацией” (индейцы, африканские племена, северные народности), можно увидеть три доминирующих идеи: рождение, размножение, смерть. Ранняя мифология тесно связана с выживанием, поэтому неудивительно, что многие мифы жестоки. В них отражаются кровавые сцены, а также взаимоотношения, неприемлемые для современного развитого человека. Они интересны для анализа и исследования, но не для терапевтических целей. Однако, есть еще одна важная тенденция в мифах – отражение процесса объяснения человеком идеи сотворения мира. Стремление осознать свои истоки, назначение обрядов и ритуалов тесно связано с “мифотворческим” мышлением. Наверное, эта тенденция актуальна и сегодня.



Сказкотерапия в работе с детьми и взрослыми

- С каждым днем сказкотерапия становится все более популярной.
- Это связано с тем, что смысл сказки воспринимается сразу на двух уровнях, сознательном и подсознательном.
- **Сказкотерапия** – это направление практической психологии, использующее ресурсы сказок для решения целого ряда задач: воспитание, образование, развитие личности и коррекция поведения.
- Сказкотерапия может использоваться при работе с детьми дошкольного возраста, подростками и взрослыми. При этом этот метод подходит для людей с высшим образованием и для тех, кто его не имеет. Для мужчин и женщин. Использование терапевтической сказки позволяет обойти психологическое сопротивление клиента и даже поработать с проблемой, которую по той или иной причине клиент пока не готов озвучить.
- В кратчайшие сроки возможно проработать с клиентом стрессовые или конфликтные ситуации. С детьми проработать всевозможные страхи. Показать на примере сказочных персонажей пути решения проблем и т.д.



Виды сказок.

- Сегодня в рамках сказкотерапии мы осмысливаем через сказку разнообразные жизненные явления, события жизни, феномены духовного поиска, и многое другое.



Художественные сказки.

- К художественным сказкам относятся сказки, созданные многовековой мудростью народа, и авторские истории. Собственно, именно такие истории и принято называть сказками, мифами, притчами. В художественных сказках есть и дидактический, и психокоррекционный, и психотерапевтический, и даже медитативный аспекты. Художественные сказки создавались вовсе не для психологического консультирования, но тем не менее успешно ему служат.



Авторские художественные сказки.

- **Народные сказки**
- Наиболее древние народные сказки в литературоведении называются мифами. Древнейшая основа мифов и сказок — единство человека и природы. Древнему сознанию было свойственно находить персоналии человеческим чувствам и отношениям: любви, горю, страданию и пр. Это явление мы также используем в психолого-педагогической практике сегодня.
- В свою очередь несколько слов надо отдельно сказать о сюжетах сказок.
- Сюжеты народных сказок многообразны. Среди них можно выделить следующие виды.
- **Сказки о животных, взаимоотношениях людей и животных.** Дети до пяти лет идентифицируют себя с животными, стараются быть похожими на них. Поэтому сказки о животных лучше всего передадут маленьким детям жизненный опыт.
- **Бытовые сказки.** В них часто рассказывается о превращениях семейной жизни, показаны способы разрешения конфликтных ситуаций. Они формируют позицию здравого смысла и здорового чувства юмора по отношению к невзгодам, рассказывают о маленьких семейных хитростях. Поэтому бытовые сказки незаменимы в семейном консультировании и при работе с подростками, направленной на формирование образа семейных отношений. Например, одна из русских народных сказок "[Кто заговорит первый?](#)"
- **Страшные сказки.** Сказки про нечистую силу: ведьм, упырей, вурдалаков и прочих. В современной детской субкультуре различают также и сказки-страшилки. По-видимому, здесь мы имеем дело с опытом детской самотерапии: многократно моделируя и проживая тревожную ситуацию в сказке, дети освобождаются от напряжения и приобретают новые способы реагирования.
- Для повышения стрессоустойчивости и «отыгрывания» напряжения полезно использовать рассказывание страшилок в группе детей (старше 7 лет) и подростков. При этом обычно вводятся два правила: рассказывать историю нужно «страшным» голосом, протягивая гласные, «растягивая» интонацию; конец страшилки должен быть обязательно неожиданным и смешным.
- **Волшебные сказки.** Наиболее увлекательные сказки для тех, кому 6–7 лет. Благодаря волшебным сказкам в бессознательное человека поступает «концентрат» жизненной мудрости и информации о духовном развитии человека [5].
- Работа со сказками начинается с ее анализа, обсуждения. Когда сказочные смыслы будут проработаны и связаны с реальными жизненными ситуациями, можно использовать и другие формы работы со



Дидактические сказки.

Психокоррекционные сказки

- **Дидактические сказки.**
- На сказкотерапевтических занятиях ребята учатся переписывать заданные на дом математические примеры в виде дидактических сказок. В этих историях решение примера – это прохождение испытания, ряд решенных примеров приводят героя к успеху.
- **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 (неадекватное, неэффективное поведение).
- Создать психокоррекционную сказку нетрудно, и многие писатели, сами не осознавая этого, сочиняют их блестяще.



Психотерапевтические сказки.

- **Психотерапевтические сказки.** Сказки, врачующие Душу... Сказки, раскрывающие глубинный смысл происходящих событий. Истории, помогающие увидеть происходящее с другой стороны, со стороны жизни Духа. Они 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, повторяющимся событиям, Любви и Пути. Эти сказки помогают там, где другие психологические техники бессильны; там, где нам нужно перейти в область Философии событий и взаимоотношений.
- Как объяснить ребенку уход близкого человека? Мы не знаем, как говорить с ним о смерти! В ответ на этот вопрос приводим здесь психотерапевтическую сказку, специально написанную для разговора мамы с пятилетним сыном, в ситуации когда семья потеряла старшую двадцатилетнюю дочь. Называется сказка *“Самый важный секрет”* (см. *“Практикум по креативной терапии” Т.Зинкевич-Евстигнеевой, Т. Грабенко*)
- Не нужно бояться рассуждать с ребенком на “взрослые” темы. Если жизнь уже поставила его перед острой ситуацией, было бы странным обходить вопросы стороной. Подобное размышление – большая духовная работа, но она гармонизирует и состояние взрослого.
- Психотерапевтические сказки создаются в процессе поиска смысла происходящих событий и проблемных ситуаций. Наверное, нередко слушая рассказ клиента, Вы невольно задавали себе вопросы: почему это происходит именно с ним? Зачем ему дано это пережить? Есть смысл в том, что происходит с ним? Какой же позитивный опыт может



Медитативные сказки.

- **Медитативные сказки** создаются для накопления положительного образного опыта, снятия психоэмоционального напряжения, создания в душе лучших моделей взаимоотношений, развития личностного ресурса.
- Главное назначение медитативных сказок - сообщение нашему бессознательному позитивных "идеальных" моделей взаимоотношений с окружающим Миром и другими людьми. Поэтому отличительная особенность медитативных сказок – это отсутствие конфликтов и злых героев.



Спасибо за внимание