**Баженова И.А., педагог-психолог**

**МДОУ №33, г. Электросталь**

**Сказкотерапия как инновационная форма работы педагога-психолога**

Актуальность и новизна комплексной сказкотерапии заключается в объединении многих методических, педагогических, психотерапевтических приемов в единый сказочный контекст и адаптация их к психике ребенка и взрослого человека. Данное направление отличается методологической простотой использования сказки в повседневной психологической практике при глубоком теоретическом обосновании. Эта простота приносит хорошие результаты, помогая ребенку выбраться из затруднений.

Принципы сказкотерапевтической психодиагностики, коррекции и развития близки к принципам гуманистической, позитивной терапии:

1. Под психодиагностикой с помощью «сказочных» приемов подразумевается проективная диагностика, описывающая как целостную картину личности, так и отдельные ее проблемные и потенциальные элементы.

2. Под сказкотерапевтической коррекцией понимается систематическое усиление потенциальности и творческих способностей человека, за счет которого происходит преодоление проблемных элементов.

3. Сказкотерапевтическая коррекция исключает директивное изменение негативных форм поведения. Вместо этого предлагается принцип «расширения спектра альтернативных реакций».

4. Сказкотерапия является также профилактикой негативного поведения ребенка. То есть человеку в сказочной форме предлагается множество моделей поведения в различных ситуациях и предоставляется возможность проиграть, «прожить» как можно больше из этих моделей. Опыт показывает, что, чем больше у человека моделей поведения, тем лучше он адаптирован к условиям окружающего мира.

Привлекательны сказки тем, что:

1. Глубинный смысл сказки и ее мораль не дидактичны. В сказках нет прямых нравоучений, как в баснях. Бессознательно идентифицируя себя с героем, ребенок может научиться прогнозировать будущие проблемы и вовремя их решать, гибко совмещая удовольствия и необходимые дела. В сказке никто не учит ребенка «жить правильно». События сказочной истории естественно и логично вытекают одно из другого. Таким образом, ребенок воспринимает и усваивает причинно-следственные связи, закономерности, существующие в этом мире. Сказочным свойством «мягкого намека» обладают также притчи, истории из жизни. Метафора глубоко проникает в бессознательное человека и активизирует психологические «иммунные тельца» - потенциальные части нашей личности, которые, в свою очередь, помогают человеку найти свой собственный, лучший на данный момент, выход из проблемного состояния. Метафора недирективна, она лишь мягко намекает и направляет. Эта особенность метафоры позволяет создавать вокруг человека ауру психологической защищенности. С другой стороны, человек получает возможность «приподняться» над своей проблемой, посмотреть со стороны на то, что ему мешает. Через истории, притчи, мифы и сказки человек сознательно понимает свою интуицию и фантазии, учится мыслить в образах данной истории, тем самым мягко изменяя свою позицию. Это особенно важно тогда, когда разум человека не может справиться с проблемной ситуацией. Иногда смысл сказки или притчи понятен сразу, а бывает, что мы сталкиваемся с явлением «отсроченного эффекта». Человек осознает связь сказочной истории и своего поведения или ситуации через какой-то срок, часто как озарение. Поэтому сказкотерапевту важно быть терпеливым, ибо эффект от его работы может проявиться как сразу, так и через некоторое время. Одно можно сказать с уверенностью - воздействие с помощью метафоры является глубинным и удивительно стойким, так как затрагивает не только поведенческие пласты психики, но и ее ценностную структуру.

2. Следующим важным фактом для психологической, терапевтической и развивающей работы будет то, что сказки содержат собирательность образов, неопределенность места действия и имени главного героя. Определенное место действия психологически отдаляет ребенка от событий, происходящих в сказке. Ребенку сложно перенести себя в конкретное место, особенно если он там никогда не был. Детям легче перенести себя за тридевять земель, чем, скажем, в какой-либо город. Главный герой в сказке - собирательный образ. Имена главных героев повторяются из сказки в сказку: Иванушка, Аленушка, Марья. Отсутствие жесткой персонификации помогает ребенку идентифицировать себя с главным героем. Это свойство сказок не ставит детской и взрослой фантазии, воображению никаких рамок и преград.

3. Сказки - это многогранность и многоуровневость хранимой информации. Образность языка. Благодаря своей образности сказки легко запоминаются и после окончания психологического воздействия продолжают «жить» в повседневной жизни человека, помогая ему разбираться в ситуациях, принимать решения. В сказочных сюжетах зашифрованы ситуации и проблемы, которые переживает в своей жизни каждый человек. Жизненный выбор, любовь, ответственность, взаимопомощь, преодоление себя, борьба со злом - все это «закодировано» в образах сказки. Каждая сказочная ситуация имеет множество граней и смыслов. Читая сказку, человек бессознательно выносит наиболее важный для себя опыт. Со временем та же самая сказка понимаем совсем иначе. При изменяющихся условиях по-другому интерпретируется содержание историй, обогащается свой прежний опыт новым восприятием. Так «работает» механизм хранения в сказочных историях личного опыта. Благодаря многогранности смыслов, одна и та же сказка может помочь человеку в разные периоды жизни решать актуальные проблемы. На примере сказки «Колобок» 3-5-летний ребенок может проследить последствия необдуманных, слишком скорых детских решений (ведь в этом возрасте начинается кризис «я сам», ребенок старается обходиться без помощи родителей, идти по улице без руки взрослого, самостоятельно принимать пищу и пр.). С помощью той же сказки подросток, который исследует других людей и их реакции по отношению к себе, узнает, какие типы людей существуют и как можно вести себя с ними: как строить контакт с «Зайцами», «Медведями», «Колобками» и «Лисами». Взрослый человек, постигающий смысл происходящих вокруг него явлений, обратит внимание на причины и следствия поступков всех героев сказки, попробует понять философскую подоплеку сказки о Колобке… . Образность важна для восприятия не только маленьких, но и взрослых.

4. Признак настоящей сказки - хороший конец. Психологическая защищенность. Философское осмысление действительности. Во многих сказках наблюдается четкое разделение добра и зла. Кроме того, ребенок видит, что герой, совершивший плохой поступок, обязательно получит по заслугам. А тот, кто проходит через все испытания, проявляет свои лучшие качества, обязательно вознаграждается. В этом заключается закон жизни: как ты относишься к Миру, так и Мир к тебе. Есть сказки, в которых, как в жизни, зло выступает под маской добра, а добрый персонаж имеет непривлекательную личину. Но в любом случае - справедливость и добро обязательно восторжествуют. Это дает ребенку чувство психологической защищенности. Что бы ни происходило в сказке, все заканчивается хорошо.

5. Ореол тайны и волшебства. Раскрытие потенциальности. Волшебная сказка как живой организм - в ней все дышит, в любой момент может ожить и заговорить, даже камень. Эта особенность сказки очень важна для развития психики ребенка. Читая или слушая сказку, ребенок «вживляется» в повествование. Он может идентифицировать себя не только с главным героем, но и с другими одушевленными персонажами. При этом развивается способность ребенка децентрироваться, вставать на место другого, а также активизируется фантазия и интуиция. Ведь именно эта способность человека почувствовать нечто, что отличается от него самого, позволяет ему ощутить многогранность Мира и свое Единство с ним. Всем известно, что только в сказке невозможное возможно. Здесь нет ментальных ограничений, существующих в обыденной жизни. Здесь можно не бояться мечтать, строить образы будущего, желаемого. В сказке не работает привычная проблемная формула «Это у меня не получится», ибо все неудачи временны и случаются оттого, что не все возможности еще исследованы, не все еще познано. И не случайно психологический прием «Что бы вы сделали, если бы у вас была Волшебная палочка?» очень эффективен.

Таким образом, сказка раскрывает человеческую потенциальность. Обретая опыт решения проблем «сказочными» способами, ребенок, подросток, взрослый переносит его на реальные ситуации.

Сказкотерапия как направление практической психологии привлекательно еще и тем, что имеет немного ограничений, по сравнению с другими подходами. Так, например, у нее нет возрастных границ: в каждом возрасте своя сказка, миф, притча, легенда, басня, баллада, песня и т.д. Не выявлено ограничений и по шкале «нормальное - отклоняющееся развитие»: сказкотерапия «работает» и с «нормально развивающимися», и с «альтернативно развивающимися» людьми (имеются в виду особенности интеллектуального, психофизического и сенсорного развития). Сказкотерапия применяется для разрешения самых разнообразных проблем: от трудностей в обучении до острых жизненных кризисов.

Сказкотерапевтическое воздействие осуществляется с помощью пяти видов сказок: художественных, дидактических, психокоррекционных, психотерапевтических и медитативных. Для каждой решаемой ситуации, подбираются, либо специально сочиняются соответствующие сказки. Сказки используются с различными заданиями: анализ сказки, рассказывание, сочинение, изготовление кукол, драматизации, рисование, игры, медитации и многое другое. Сказкотерапию используют и в воспитании, и в образовании, и в развитии, и в тренинговом воздействии, и как инструмент психотерапии. При работе со сказкотерапией важно четко знать разграничения: - Сказкотерапия, как инструмент передачи опыта «из уст в уста». Это способ воспитания у ребенка особого отношения к миру, принятого у данного социума.

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. - Сказкотерапия как нарратив. 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 этим любимым детским сказкам уделяется особое внимание.

Сказкотерапия как психотерапия. Работа со сказкой направлена непосредственно на лечение и помощь человеку. 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. В работе со сказкотерапией необходимо использовать потенциал сказки по прямому назначению, зависящему от проблематики. Это может быть и общение со сверстниками, взаимоотношения в семье с родителями, проблемы в обучении и т.д. Психолог может использовать данный метод и в работе с педагогическим коллективом, так как прямое воздействие, или даже косвенное со стороны психолога всегда воспринимается педагогами болезненно, а сказкатерапия помогает качественно осуществлять данную деятельность. Сказкотерапевт в своей работе затрагивает сразу несколько уровней. С одной стороны, в сказке дети проявляют свои архетипы и социальные установки, они ярко отображаются и могут оказывать ключевое влияние на сюжет, с другой стороны сказка затрагивает ранние детские переживания и в сюжете можно проследить генезис личности ребенка, в-третьих, ребенок наполняет сказку своим актуальным содержанием. В содержании сказки можно рассмотреть, чем сейчас живет человек, какие у него основные переживания. И тогда уже сказкотерапевт принимает решение, какой проблеме уделять внимание, в зависимости от того, что сейчас будет наиболее полезно человеку. Существуют различные формы работы со сказками, каждый психолог, психотерапевт может дополнять их различными элементами из игровой терапии, арт-терапии, пескотерапии, музыкотерапии и многих других направлений психологии. Различные авторы предлагают различные способы применения данного метода на практике. Существуют сказкотерапевтические тренинги, которые включают не только работу со сказками, а также использование сказочного пространства, игровых упражнений, рисования, все зависит от того, какую цель преследует психолог.

Варианты использования данного метода на практике. Формы работы со сказками:

1 Интерпретация сказок. Смысл психологической и развивающей работы состоит в том, чтобы понять и проинтерпретировать суть сказочных ситуаций, образов, конструкций сюжета.

2. Рассказывание сказок. Рассказывание сказок может проходить по нескольким принципам: рассказывать может сам ребенок, либо рассказчик. а) Рассказывание известной всей группе сказки. Если рассказывание проводится в группе подростков или взрослых, ведущему полезнее не участвовать в процессе рассказывания, т. к. больше полезной информации он получит, наблюдая за ходом рассказа и на основе этого проводя обсуждение. б) Рассказывание известной сказки и придумывание к ней продолжения. в) Групповое придумывание сказки.

3. Сочинение сказок. Разнообразные темы сказочных историй описывают спектр внутренних вопросов, встающих перед ребенком. Все эти вопросы, тревоги, радости и печали могут стать темой его сказки. Изначально можно предложить десять не связанных по смыслу слов, из которых необходимо сочинить сказку. Под психологической интерпретацией сочиненных сказок понимается без оценочная интерпретация.

4. Переписывание (или дописывание) сказок. Данный метод применяется, когда ребенку не нравится сюжет или продолжение сюжета, ситуация, конец, конкретный поворот событий. Это явление является диагностичным, т. к. отрицание чего-то указывает на актуальную нерешенную проблему. Переписывая сказку, ребенок, взрослый сам выбирает наиболее соответствующий его внутреннему состоянию конец. Он находит тот вариант, который позволяет ему освободиться от внутреннего напряжения. В этом психокоррекционный смысл переписывания сказок.

5. Сказочная куклотерапия. Слушая или читая сказку, ребенок или взрослый проигрывает, просматривает ее в своем воображении. Он представляет себе место, действия и героев сказки. Таким образом, он в своем воображении видит целый спектакль. Поэтому совершенно естественным является использование постановки сказок в психологических целях работы. 6. Постановка (разыгрывание) сказок.

6. Сказочная имидж-терапия. Данный вид работы основан на изменении внешнего вида, а соответственно и жизненных установок и сценариев вживаясь в новый образ. В сказочном образе человек может компенсировать то, чего ему не хватает в жизни.

7. Сказочное рисование. Сказкотерапевтическое рисование можно разделить на две группы методов:

* Проективное диагностическое рисование.
* Спонтанное рисование. С помощью тематических рисунков исследуют внутренний мир человека, систему его отношений к себе и другим, его индивидуальность.

8. Медитации на сказку. Медитация есть погружение в какой-либо процесс. Они создаются для накопления положительного образного опыта, снятия психоэмоционального напряжения, создания в душе позитивных моделей взаимоотношений с другими людьми, развития личностного ресурса. Главное назначение медитативных сказок - сообщение бессознательному позитивных «идеальных» моделей взаимоотношений с окружающим миром и другими людьми. Поэтому отличительная особенность медитативных сказок - это отсутствие в них конфликтов и злых героев.

9. Использование танцев в сказкотерапии. Танец - это телесное выражение различных эмоциональных состояний. Он раскрепощает и наполняет человека новой силой. Танцуя, ребенок или взрослый начинает чувствовать свое тело и лучше владеть им. Дети учатся владеть своим телом, становятся более свободными и уверенными в себе.

Особое значение в работе психолога-сказкотерапевта играют детские сказки. Сказкотерапия отмечает два важных факта. Первый - все люди умеют сочинять сказки. То есть этот навык является частью человеческой природы. И второй факт говорит о том, что уже просто написание самой сказки является мощным терапевтическим воздействием. Детская сказка может быть использована для множества терапевтических целей, которые в целом можно разделить на три группы: психодиагностические, психокоррекционные, прогностические. Множество форм работы со сказкой в первую очередь направлены на работу с личностью, с индивидуальностью каждого человека. Дети, как и взрослые, все разные. К каждому нужно подобрать свой подход. Один ребенок более склонен сочинять и рассказывать, другой не может усидеть на месте, и с ним необходимо постоянно двигаться. Третий - любит что-то мастерить своими руками; четвертый обожает рисовать. Комбинируя различные приемы сказкотерапии, можно помочь каждому ребенку прожить многие ситуации, с аналогами которых он столкнется во взрослой жизни, и значительно расширить его мировосприятие и способы взаимодействия с миром и другими людьми. В сказкотерапии важно действие, но еще более важно последствие. Именно последействие сказкотерапии является мощной силой, стимулирующей развитие ребенка. Развитие, не зависящее от психолога.

Теперь, подводя итог вышесказанному, можно выделить основные функции сказок в русле психотерапевтического использования:

* Сказка восполняет пробелы индивидуальной истории человека и дополняет ее общечеловеческой информацией.
* Сказка позволяет актуализировать вытесняемые человеком моменты личной истории.
* Сказка позволяет сформировать новый взгляд на ситуацию и перейти на новый уровень ее осознания, моделируя более конструктивное отношение и поведение.
* Сказка отображает внутренний конфликт человека и дает возможность размышлять над ним. - Сказка является символическим «буфером» между человеком и сказкотерапевтом. Благодаря этому сопротивление человека сглаживается, и энергия направляется на размышление.

Также существуют рекомендации к применению сказкотерапии, которые могут быть сформулированы следующим образом:

1. Сеанс сказкотерпии необходимо проводить некоторое время спустя после предположительно травмирующей ситуации, когда ребенок успокоился и способен взглянуть на происшедшее со стороны, в нашем случае через призму сказочной реальности. Наиболее подходит для такого общения время перед дневным или ночным сном.

2. «В некотором царстве, в некотором государстве»… Эти слова как будто дают понять, что такая история могла произойти где угодно: может быть, за тридевять земель, а может быть, и совсем рядом. Это будет зависеть от того, насколько близко к себе захочется принять сказочную историю. Определенное место действия психологически отделяет ребенка от событий, происходящих в сказке. Ребенку сложно перенести себя в конкретное место, особенно если он там никогда не был.

3. Для того, чтобы ребенок лучше воспринимал то, что с ним происходит в сказке, можно придумать ритуал перехода в Волшебную страну. Одним из элементов такого ритуала может стать «превращение» ребенка в любого сказочного героя (по его выбору).

4. Способ подачи сказочного материала и привлечения ребенка к творческому процессу можно выбрать самостоятельно. Например, рассказывать сказку, задавая включающие вопросы ребенку в пиковых ситуациях: например, как ты думаешь, почему герой поступил так, тебе понравился его поступок, как бы ты поступил на его месте? Можно предложить ребенку сочинить сказку вместе, рассказывая ее небольшие фрагменты по очереди. Также возможен вариант, когда взрослый предлагает ребенку сочинить сказку на заданную тему.

Еще одним вариантом сказкотерапевтической работы может стать рассказывание известной сказки от лица различных персонажей. Таким образом, комбинируя различные приемы сказкотерапии, можно помочь каждому ребенку прожить многие ситуации, с аналогами которых он столкнется во взрослой жизни. И значительно расширить его мировосприятие и способы взаимодействия с миром и другими людьми.

Прежде чем применять те или иные формы работы, а также использовать сказку, необходимо знать, что сказкотерапия как психологический метод накладывает свои возрастные ограничения при работе с детьми: ребенок должен иметь четкое представление о том, что существует сказочная действительность, отличная от реально существующей. Обычно навык такого различения формируется у ребенка к 3,5-4 годам, хотя, безусловно, в каждом конкретном случае необходимо учитывать индивидуальные особенности развития ребенка. Сказка - духовный путеводитель человека на пути к себе.

Психокоррекционные сказки создаются для мягкого влияния на поведение ребенка. Для создания психокоррекционной сказки можно использовать следующий алгоритм:

1. В первую очередь подобрать героя, близкого 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 совы» - мудрого наставника, объясняющей ему смысл происходящего. Задача взрослого – 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. 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.