

Сказкотерапия

Сказкотерапия – это метод развития детей, коррекции их поведения и гармонизации внутреннего мира ребенка. Его можно применять как в ДОУ, так и дома. Сказкотерапией лечат различные страхи, лень, неуверенность в себе, лживость, гиперактивность, излишнюю агрессивность, нервный тик и т.д. Правильная сказкотерапия эффективно влияет на проблемы ребенка и оказывает терапевтическую помощь.

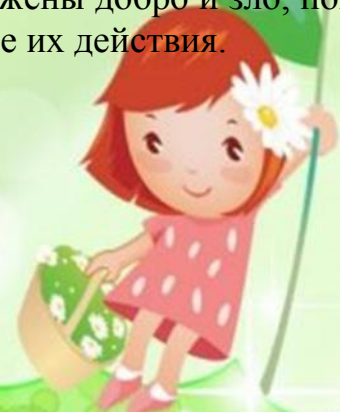
Полезные свойства сказкотерапии:

- Формирование положительных черт характера, следуя примеру сказочных персонажей.
- Обучение в игровой форме, без принудительных методов.
- Развитие умения различать и переживать эмоции, когда малыш "проживает" историю вместе с персонажами.
- Формирование способности отличать хорошие поступки от плохих.
- Возможность осознать, что ребенок живет в большом и интересном мире, где много всего нового, что еще предстоит изучить.
- Готовность строить взаимоотношения между людьми, изучая модели поведения сказочных героев.
- Легкое исправление трудностей в поведении ребенка. Существует даже специальный вид сказок, написанных специалистами, учителями или самими же родителями, специально для мягкой коррекции поведения малыша.
- Помощь в решении жизненных проблем, пусть еще таких маленьких. У детей тоже есть свои проблемы, такие же важные, как и у взрослых. И когда ребенок не может найти правильный выход из той или иной ситуации – пригодятся сказки с терапевтическим эффектом, которые помогут залечить ранки на детской душе и посмотреть на происходящее с другой стороны.
- Успокоение и приобретение положительного жизненного опыта. Для этого используются сказки только с положительными героями, в которых царят мир, добро и спокойствие. Такие истории помогают расслабиться, настроиться на хорошее. При этом воздействие происходит на подсознательном уровне.

Сказки известны с тех пор, как возникло человечество. Через сказки испокон веков передается общечеловеческая основа жизни: мы получаем знания о мире, о взаимоотношениях между людьми, о проблемах и препятствиях, возникающих в нашей жизни. В сказках в метафорической форме заложены добро и зло, показано на примерах чем оборачиваются для героев те или иные их действия.

Существует несколько видов сказок:

- художественные,
- дидактические,
- психотерапевтические,
- медитативные,
- психокоррекционные.



Художественные сказки делятся на народные и авторские.

Народные сказки несут жизненно важные для человека идеи:

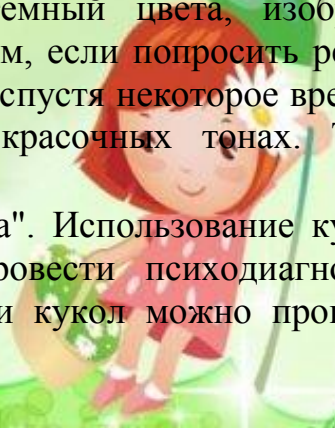
- Окружающий мир живой и к нему нужно относиться бережно, включая людей, растения и предметы.
- Ожившие объекты окружающего мира способны действовать самостоятельно, они имеют право на собственную жизнь. Эта идея важна для формирования чувства приятия другого.
- - Разделение добра и зла, победа добра. Эта идея важна для поддержания бодрости духа и стремления к лучшему.
- - Самое ценное достается через испытание, а то, что далось даром, может быть быстро утрачено.
- - Вокруг много помощников. Но они приходят на помощь только в том случае, если мы не можем справиться с ситуацией сами. Эта идея важна при формировании чувства самостоятельности, а также доверия к окружающему миру. Дидактические сказки создаются педагогами для подачи учебного материала. При этом абстрактные символы (цифры, буквы, звуки и т.д.) одушевляются, создается сказочный образ мира, в котором они живут.

Психотерапевтические сказки создаются в процессе поиска смысла происходящих событий и проблемных ситуаций. Многие психотерапевтические сказки посвящены проблемам жизни и смерти, отношению к потерям и приобретениям, повторяющимся событиям. Эти сказки помогают там, где нужно перейти в область философии событий и взаимоотношений.

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.

Методы сказкотерапии:

- Метод "Сочинение и проговаривание сказки". Здесь важно именно рассказывать сказку. Так устанавливается зрительный контакт. И можно следить за изменениями в состоянии ребенка. Ребенок может активно участвовать в создании сказки, сочиняя дополнительные моменты в ней. Это позволит ребенку проявить свои эмоции наружу.
- Метод "Рисование сказки". После рассказа сказки будет хорошо, если ребенок нарисует рисунок, сделает аппликацию или поделку из пластилина. Если история произвела на ребенка впечатление, затронула вопросы, которые волнуют ребенка на данный момент, то в своей работе он может использовать темный цвета, изобразить чудовище или ужасающие образы. При этом, если попросить ребенка выполнить еще одну работу на эту же тему спустя некоторое время, то работа будет выполнена уже в более красочных тонах. Так и проявляется эффективность данного метода.
- Метод "Сказкотерапевтическая диагностика". Использование кукол в процессе консультирования позволяет провести психодиагностику детей. С помощью определенных сказок и кукол можно проводить



Сказки

диагностику тех или иных проблем ребенка. Диагностическая беседа с ребенком может проводиться как в присутствии, так и в отсутствии родителя. Диагностический эффект в процессе рассказывания сказки достигается за счет того, что образный мир сказок позволяет ребенку идентифицировать себя с персонажем сказки. Дети в большей степени склонны идентифицировать себя с животными, нежели с людьми. Ребенок объединяет свои мысли и переживания с мыслями и переживаниями персонажа рассказываемой сказки и рассказывает о них. Предлагаемые ребенком ответы на вопросы взрослого позволяют сделать заключение об актуальном эмоциональном состоянии ребенка и его фантазиях по поводу дальнейшего развития ситуации.

Существуют также и другие методы сказкотерапии.

Правила подбора сказок:

- в сказке должны быть моменты, отражающие проблемы ребенка,
- в сказке должны быть пути и способы решения проблем ребенка, чтобы он мог выбрать варианты решения своих вопросов,
- должен учитываться возраст ребенка.
- Сюжеты сказок должны разворачиваться в последовательном порядке:
- Вступление, знакомство с героями,
- Разворачивание сцены, схожей с проблемой ребенка,
- Выявление проблем персонажей, его действия,
- Способы решения вопросов, поиск решений,
- Счастливый конец – все довольны и счастливы – проблема решена и забыта,
- Извлечение урока: из-за чего могла возникнуть такая проблема и хорошо, что все хорошо закончилось!

Самое важное в сказкотерапии - это создать ситуацию, в которой ребенок может задуматься над смыслом и неоднозначностью ситуации. Ребенок делает выводы и учится совершать поступки в своей жизни. Особенно, если обсуждать с ним сказки, задавать вопросы по ним, побуждать к размышлению.

Список рекомендуемой литературы.

Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева "Практикум по сказкотерапии" - СПб.: ООО "Речь", 2000. – 310 с.

Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева "Основы сказкотерапии" - СПб.: ООО "Речь", 2010. – 176 с.

Н.М. Погосова "Погружение в сказку. Коррекционно-развивающая программа для детей" – СПб.: ООО "Речь", 2006. – 208 с.

"Разноцветное детство: игротерапия, сказкотерапия, изотерапия, музыкотерапия". Под ред. Е. В. Свистуновой. – М.: Форум, 2014. – 192 с.

