Педагог-психолог

высшей категории,

сказкотерапевт,

МБОУ-СОШ № 19 г.Армавира

Прокофьева Светлана Ивановна

**Использование методов комплексной сказкотерапии**

**в практике школьного психолога**

Мы хотим видеть своих детей успешными. Родителей - понимающими. Учителей - спокойными. Но как этого добиться? Многие задают себе такой вопрос.

Мне в работе помогает метод комплексной сказкотерапии, который позволяет:

- закладывать нравственные основы,

- стимулировать к размышлению,

- проводить профилактику психологических состояний,

- работать одновременно со всем классом,

- объединять детей и родителей;

- развивать познавательные способности;

- снимать напряжение;

- доступно доносить информацию до людей разных возрастов,

- работать с эмоциональным выгоранием и поднимать жизненный тонус.

Родина сказкотерапии, как Школы – это Санкт-Петербург. Другими словами, сказкотерапия – это одно из немногих направлений практической психологии, оформившееся на российской земле. Родоначальником этого метода является Татьяна Дмитриевна Зинкевич-Евстигнеева.

Однако сказкотерапевтам непросто бывает выделить себя среди других психологических «школ», ведь сегодня, пожалуй, мало осталось психологов и педагогов, представителей творческих профессий, которые бы не использовали в своей работе сказочную форму

«*Сказкотерапия*» – это ЯЗЫК, на котором можно вести беседы с душой человека. Сказкотерапевт всегда помнит, что психология – это наука о душе. Поэтому, сказкотерапия – это воспитательная система. При этом «воспитание» понимается как «в Ось питание», питание Оси, жизненного стержня человека; развитие его самосознания и духа на основе общечеловеческих ценностей. В этом контексте сказкотерапию можно назвать «учением об общечеловеческих ценностях».

*Сказкотерапия* – это учение и язык одновременно. Учение потому что сказки, притчи, легенды, мифы хранят информацию о том, как люди ищут общечеловеческие ценности: Любовь, Веру, Истину, Сотрудничество, Самодисциплину, Достоинства, Соприкасаются с ними, переживают их присутствие или отсутствие. Язык потому, что увлекательный сюжет легко воспринимается, усваивается, запоминается. А значит, легко усваиваются и запоминаются основные ценности, и душа человека напитывается добром.

Каждому возрасту, каждому поколению сказкотерапевт подбирает свой язык, свой сюжет, свой образный ряд, понимая, что внутреннюю реальность человека невозможно описать сухим языком психологических терминов. Ее можно описать только языком Сказки. (Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева)

*Сказкотерапия* - это лечение сказками, которые живут в нашей душе и просыпаются в тот или иной момент жизни.

*Сказкотерапия* - это процесс поиска смысла жизни и знаний о мире в системе взаимоотношений в нем.

*Сказкотерапия* - это процесс образования связи между сказочными событиями и поведением в реальной жизни.

Самое важное - это создать ситуацию, в которой дети могут задуматься над смыслом возникшей ситуации и ее неоднозначностью. Даже внешне неприятная ситуация в будущем может обратиться в благо, только это надо научиться видеть и понимать.

Через изучение сказки, притч, басен, рассказов происходит процесс активизации ресурсов и потенциалов личности. Очень тяжело самому анализировать свои действия, намного легче видеть все со стороны. Поэтому, рассматривая различные сказочные истории и сочиняя их, дети проживают события, проходят урок и видят результат.

## Схема размышления над сказками

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Акцент | Направление размышления | Вопросы | Комментарий |
| Основная тема | Важно понять основную идею сказки, что с ее помощью нам хотели передать наши предки, какой опыт, о чем предупредить, чем подбодрить и пр. | О чем эта сказка?  Чему она нас учит?  В каких ситуациях нашей жизни нам пригодится то, что мы узнали из сказки?  Как конкретно мы это знание будем использовать в своей жизни? | Через основную тему нам передаются общие нравственные ценности, стили поведения и взаимодействия с окружающими, общие ответы на общие вопросы |
| Линия героев сказки. Мотивы поступков | Важно понять видимую и скрытую мотивацию героев сказки. | Почему герой совершает тот или иной поступок? Зачем ему это нужно?  Чего он хотел на самом деле? Зачем один герой был нужен другому? | Можно размышлять и проводить обсуждение отдельно для каждого героя или во взаимосвязи героев друг с другом. |
| Линия героев сказки. Способы преодоления трудностей. | Важно «составить список» способов преодоления трудностей героями сказки | Как герой решает проблему? Какой способ решения и поведения он выбирает? Активный и пассивный? Все решает и преодолевает сам, или старается переложить ответственность на другого? Как в нашей жизни эффективен каждый способ преодоления трудностей? | Имея набор способов решения проблем: прямое нападение на врага, хитрость, использование волшебных предметов, групповое решение проблем, и др., важно оценить, в каких ситуациях реальной жизни мы можем использовать тот или иной способ разрешения трудностей. |
| Линия героев сказки. Отношение к окружающему миру и самому себе | Важно понять общую направленность героя: он созидатель или разрушитель по отношению к окружающему миру, другим героям. | Что приносят поступки героя окружающим: радость, горе, прозрение?  В каких ситуациях он созидатель, в каких разрушитель? Как в реальной жизни человека распределяются эти тенденции? Как в жизни каждого их нас распределяются эти тенденции? | Важно при обсуждении развивать гибкий подход к созидательным и разрушительным тенденциям. Проявление базовой тенденции во многом зависит от конкретной ситуации в жизни. |
| Актуализи-рованные чувства | Важно осознать, какую эмоциональную реакцию вызывает у героя определенная ситуация и почему | Какие чувства вызывает эта сказка? Какие эпизоды вызвали радостные чувства? Какие грустные? Какие ситуации вызывали страх? Какие ситуации вызывали раздражение?  Почему герой реагирует именно так? | Размышляя над сказкой с позиции чувств, которые она вызывает, можно делать акцент на источники чувств внутри нас. |
| Образы и символы в сказках | Важно какие, тенденции, уроки, способы поведения несет в себе каждый герой сказки | Кто такой Иван-царевич? Кто такой Колобок? Кто такая Курочка Ряба? | Можно опираться не только на собственные рассуждения на тему «Что есть этот образ», но и на словари символов, особенно «юнгианские». |
| Оригиналь-ность сюжета | Важно понять уникальность сюжета и идеи сказки | Встречались ли подобные сюжетные ходы в наиболее известных народных и авторских сказках? | Если сюжет сочиненной сказки «перепевает» сюжет известной сказки, не исключено, что автора волнуют сходные вопросы. К беседе можно привлечь известные сказки, обсуждая заложенные в них жизненные уроки. |

Эта схема позволяет систематизировать огромное количество информации, которое передает нам сказка, и может быть использована как целиком, так и частями. Так, например, можно интерпретировать сказку только с позиции основной темы, или анализировать только линию главного героя, или “расшифровывать” только образный язык сказки. Данная схема может быть использована и в интерпретации сновидений, песочных картин, рассказов по картине и другого проективного материала.

Опытному психологу авторская сказка подскажет пути и методы психокоррекционной и психотерапевтической работы, т.к. не только в сказке, но и в снах, содержатся проблемы, стоящие перед человеком, и оптимальные способы их разрешения.

Однако не всегда интерпретировать сказки нужно и можно. Мы сочиняем и такие сказки, которые невозможно анализировать, их можно только слушать сердцем, “впитывая” глубокий смысл, заложенный в них.

Основное отличие сказкотерапии о других методов заключается в том, что психологическое воздействие происходит на ЦЕННОСТНОМ УРОВНЕ . Что бы мы ни обсуждали с человеком, мы ведем разговор о базовых жизненных ценностях. Мы говорим о Сотрудничестве, Истине, Любви, Вере, Достоинстве, Покое, Энтузиазме, Доброте и многом другом. Если говорить с человеком об этих важнейших качествах вне сказочного контекста, это будет выглядеть слишком дидактично. Все и так знают, «что такое хорошо, и что такое плохо». Сказочные истории, легенды, мифы, притчи «упаковывают» духовную информацию о ценностях в увлекательные сюжеты. Поэтому зерна «разумного, доброго, вечного» беспрепятственно доходят до души. Но только от человека зависит, даст он им возможность прорасти или нет. Сказки предупреждают о последствиях разрушительных поступков, но не навязывают жизненных программ.

*Поэтому первый принцип сказкотерапии* – донести до сознания ребенка, подростка, взрослого информацию о базовых жизненных ценностях. Причем сделать это не дидактично, а увлекательно.

*Второй принцип* – принцип Жизненной Силы. Для положительных изменений нужна Жизненная Сила. Многие люди самостоятельно меняют свою жизнь – им хватает силы. Люди, которые обращаются за советом к психологу, как правило, испытывают нехватку жизненной силы. Это выражается в элементарном незнании основных психологических законов общения, недостаточном принятии себя и близких. Возникает ощущение, будто их собственный источник Жизненной Силы завален камнями. Эти камни – сомнения, разочарования, «программы неуспешности», жизненные впечатления травматического характера.

На основании второго принципа Сказкотерапевт делает все возможное, чтобы его клиент познал собственную Жизненную Силу, накопил, восстановил ее. Сказки, которые сочиняет или подбирает Сказкотерапевт, обязательно укрепляют веру клиента в собственные силы и несут позитивную жизненную программу.

*Третий принцип* – принцип многогранности. Сказкотерапевт воспринимает любую жизненную ситуацию и сказочную историю, как кристалл со множеством граней или пирог со множеством слоев. «Проблемное видение» ситуации возникает тогда, когда рассматривается лишь одна или две ее грани. В то же время их значительно больше. На основании третьего принципа Сказкотерапевт старается изменить отношение человека к ситуации за счет рассмотрения наибольшего спектра ее граней.

*Четвертый принцип* – связь между реальностями. Сказкотерапевт балансирует между реальностями – социальной и тонкой. Ресурсы тонкой психической реальности перемещают клиента в социальный контекст и вплетают в его жизненную практику. В этом заключается мастерство сказкотерапевта. (Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева)

Метод комплексной сказкотерапии включает в себя:

- игра-терапию,

- арт-терапию,

- песочную терапию,

- куклотерапию,

- сказкотерапию

- проективную психодиагностику,

- работу с архитипами и архитипическими сюжетами и т.д.

В рамках сказкотерапии мы через сказку осмысляем разнообразные жизненные явления, события жизни, феномены духовного поиска и многое другое.

О том, как это происходит, подробно написано в «Практикуме по сказкотерапии» (Издательство «Речь»).

***Мудрецы говорят, что «самое главное – напитать душу ребенка добром». Наверное, это основная задача сказок.***

Методы сказкотерапии позволяют широко развивать творческие способности детей: изготовление кукол, рисование, аппликации, сочинение сказок и историй, театрализованные постановки, работа с пластилином. Прослушав сказку или просмотрев ее, мы не только анализируем ее содержание, но и прорисовываем, отвечаем на вопрос: "А как еще могла закончиться сказка?".

Наличие в школе игровой комнаты и мультимедийных систем облегчает работу, которая направлена на создание положительной мотивации и формирование интереса к жизни, на укрепление жизненных ценностей, которые несут в себе сказки.

Если вас заинтересовал метод сказкотерапии, приглашаем вас на сайт Российского института сказкотерапии www.cka3ka-pro.ru или на сайт психологического центра "Созвездие добра" в г. Краснодаре www.sozvezdie-dobra.info