

Консультация
для педагогов
«Что такое сказкотерапия?»

Подготовила: Кувтырева М. А.



Что такое сказкотерапия?

Цель: Формирование представления о понятии «сказкотерапия», обозначить её актуальность, рассказать о формах работы со сказкотерапией.

Сегодня на вооружении педагогов есть множество методов, помогающих решить проблемы ребёнка и взрослого самым приятным для него способом. Один из таких способов это сказкотерапия. Сказкотерапия - метод, позволяющий работать с детьми и взрослыми через сказку.

Сказкотерапия - направление практической психологии, которое, используя метафорические ресурсы сказки, позволяет людям развить самосознание, стать самими собой, и построить особые доверительные, близкие отношения с окружающими...

Каким образом, посредством сказкотерапии удастся достигать таких целей. Во-первых, сказка всегда служила средством встречи ее слушателя или читателя с самим собой, потому что метафора, лежащая в основе сказки, выступала не только «волшебным зеркалом» реального мира, но - в первую очередь - его собственного, скрытого, еще не осознанного внутреннего мира... Во-вторых, нацеленность сказкотерапии на развитие самосознания человека, определяемая сущностью сказок, обеспечивает как контакт с самим собой, так и контакт с другими. Сказочная метафора в силу присущих ей особых свойств оказывается способом построения взаимопонимания между людьми. В-третьих, в сказке отсутствуют прямо выраженные нравоучения или рекомендации, усвоение необходимых моделей поведения и реагирования, новых знаний о себе и мире происходит незаметно, исподволь. Почему сказкотерапия это хорошо?

Сказкотерапия является самым древним психологическим и педагогическим методом. Испокон веков знания о мире передавались из уст в уста или переписывались. Сегодня под сказкотерапией мы понимаем способы передачи знаний о духовном пути и социальной реализации человека. Многие думают, что сказкотерапия предназначена только для детей. Однако это не так. Сказкотерапию

можно назвать "детским" методом потому, что сказки обращены к чистому и восприимчивому детскому началу каждого человека. Есть древняя история о том, что человек в своем развитии проходит три стадии: сначала он - верблюд, потом - лев и потом уже - ребенок. Верблюд подчиняется правилам, везет на себе груз повседневных забот, не сопротивляется обстоятельствам. Как и верблюд, пересекающий пустыню, человек на этой стадии обладает большим запасом жизненной прочности. Когда терпение и силы у верблюда иссякают, человек превращается в льва. Теперь он активно сопротивляется обстоятельствам, обличает обидчиков, борется за справедливость, достигает определенных социальных высот. Но приходит момент, когда лев понимает, что все, чему он посвятил свою жизнь, удаляет его от истины, погружает в круговорот суеты и пучину неразрешимых проблем. Лев осознает, что жизнь его лишена чего-то простого и гармоничного. И вот тогда происходит переход на следующую стадию развития - ребенка. Теперь человек смотрит на мир открытым счастливым взглядом, видит прекрасное в мелочах, ему хочется познать смысл того, что ранее казалось понятным. У человека за спиной большой жизненный путь, однако, нет у него усталости и пессимизма. Есть желание открывать новое, постигая истину...

Сказка формирует будущее

Сказки метафоричны по своей природе. Согласно М. Дейли, метафора является инструментом влияния на реальность, подразумевает движение: "Метафора - это функция слова, она сдвигает значение и соотносится с преобразующим действием. Порой метафоры изменяют значение не только слов, но и явлений окружающего мира". Если следовать этой логике и дальше, то можно догадаться, что использование метафор влияет на нашу судьбу. А что значит "использовать метафоры" в нашем понимании? Сочинять сказки! Сочиняя сказки о своей прошлой, настоящей и будущей жизни, мы метафорически описываем реальные события. Опыт показывает, что сказки, сочиняемые людьми о своем будущем, очень часто сбываются.

Работа со сказкой может строится следующим образом:

1) чтение или рассказ самой сказки; ее обсуждение. Причем, в обсуждении ребенок должен быть уверен, что он может высказывать любое свое мнение, т.е. все, что он ни говорит не должно подвергаться осуждению.

2) рисунок наиболее значимого для ребенка отрывка;

3) драматизация, т.е. проигрывание сказки в ролях. Ребенок интуитивно выбирает для себя "исцеляющую" роль. И здесь надо отдавать роль сценариста самому ребенку, тогда проблемные моменты точно будут проиграны. Каждый этап обсуждается, т.к. важны чувства ребенка.

Как правильно самим сочинять сказки?

Советы могут быть сформулированы следующим образом:

1. Сеанс сказкотерапии 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). Для этого можно организовать Место превращения, например, коврик перед кроватью или специально огороженная кубиками конструктора площадка.

4. Способ подачи сказочного материала и привлечения ребенка к творческому процессу также можно выбрать самому. Можно 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 сочинять 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.

Метафора

Важным элементом любой сказки является метафора. Метафора – греческое слово, которое употреблено не в собственном, прямом, а в переносном смысле. Метафора, прежде всего, обращается к образному мышлению человека. Роль метафоры очень ценна. Метафора помогает людям передать свои внутренние состояния, которые трудно, а порой невозможно описать привычными словами. Метафора может точно определить чувства, эстетические переживания, нравственные законы и духовное осознание. Метафора помогает человеку познавать мир. Например, чтобы передать, что какая-то вещь или событие сильно впечатлило, то сказать «Мне очень понравилось!» бывает порой недостаточно, тогда используется словесный оборот: «Меня тронуло до глубины души!». Сразу понимается какой-то духовный процесс, который не имеет материальных проявлений и рамок. Метафора - это язык души. Метафора нужна для выражения полноты спектра эмоциональных переживаний. Эмоции - это неотъемлемая часть человека. Но почему-то эмоции попали в игнорирование нашей системой воспитания и образования. Эмоции имеют большое влияние на работу всех жизненноважных органов человеческого организма. Давно известно, что отрицательные эмоции угнетают тело, под их влиянием хуже работают все органы, качество крови также ухудшается. Наоборот, положительные эмоции заряжают организм энергией, улучшают самочувствие. Для психического здоровья важно найти оптимальное соотношение положительных и отрицательных эмоций. Сегодняшний день примечателен тем, что все взрослые люди ощущают значительную нехватку положительных эмоций. Негатива в каждодневной жизни

вполне хватает! Большинству взрослых не хватает добрых слов в свой адрес, не говоря уже о ласке. Используя такую особенность современной жизни очень легко можно научиться влиять, или даже манипулировать людьми. Потребность человека в положительных эмоциях можно использовать для скрытого управления ими. Об этом можно узнать от древнего баснописца Эзопа.

Любимая сказка

Помните: сказка – ложь, да в ней намек... Так вот, сказки, мифы, легенды дают хороший материал для психодиагностики и психокоррекции. Сегодня сказкотерапия – эффективное самостоятельное направление. А кроме того, элементы работы с мифами и сказочным материалом удачно используются специалистами разных школ. Любимая детская сказка, к примеру, великолепный материал для проработки. Спросите себя сейчас: какая сказка - моя любимая? С кем из героев я себя ассоциирую? При желании, сможете провести параллели со взрослой жизнью. И, возможно, сделаете несколько открытий о себе, любимом. "Раскопайте" свою "сказочную историю". Будет неожиданно узнать, как сказочный образ незримо присутствовал в Вашей жизни, побуждая к тем или иным решениям, поступкам, моделям реагирования. Любая сказка - это некий сценарий, образец для подражания, который человек выбирает. В нем есть ресурсы, но есть и ограничения. Эта информация имеет огромную ценность для понимания себя. Кроме диагностики, сказкотерапия дает также возможность коррекции. Один из коррекционных методов - переписывание сказки с акцентом на ресурсах своей роли. Вспомните, сколько "новых" версий Русалочки, к примеру, имеет happy-end? Да практически все, кроме оригинала. Наверное, в этом есть и психокоррекционный смысл...