

БУНР «Межпоселенческая библиотека»
Методический отдел



Пойковский
2017

Сказкотерапия : методическое пособие / БУНР «Межпоселенческая библиотека», методический отдел ; составитель Н. Г. Антонюк. – Пойковский, 2017. – 12 с.

*Прочитайте сказки детям!
Научите их любить.
Может быть, на этом свете
Станет легче людям жить.*

Что такое сказкотерапия

Сказки – это образное изображение жизненных реалий. События, происходящие в них, могут случиться в жизни каждого из нас, но только не в буквальном смысле. Не все могут провести параллели между событиями реальной жизни и определенными обстоятельствами, описанными в сказках.

С помощью сказочных сюжетов маленький ребенок впервые в своей жизни усваивает основные жизненные принципы, узнает, что такое хорошо и что такое плохо. Окружающих он делит на отрицательных и положительных людей. Пройдет немало времени, прежде чем ребенок сможет постигнуть сложность таких понятий. Такие представления индивидуальны, так как у каждого свое понимание идеала.

С помощью метафорических ресурсов сказки помогают людям раскрепоститься, почувствовать свою самодостаточность, построить доверительные отношения с окружающими. Это важно не только для детей, пока еще начинающих осваивать окружающий мир, но и для взрослых, способных в результате сказкотерапии раскрыться и обнажить свои истинные чувства, эмоции и переживания, которые им порой бывает трудно показать не только своим знакомым или близким, но и себе. Правильно подобранные сказки помогают людям лучше адаптироваться в сложившейся ситуации, обнаружить и ликвидировать проблемы, возникшие на определенном этапе жизни.

Играя в сказку, ребенок раскрепощается и может спокойно рассказать вам о своих чувствах и мыслях, проецируя свои поступки на действия сказочных героев или наоборот. Усвоение необходимых для него моделей поведения, реагирование на жизненные ситуации, повышение уровня знаний о себе и окружающем мире посредством сказок происходит намного быстрее, так как, во-первых, они более понятны детям, чем высказывания взрослых, во-вторых, в сказках нет того негатива, который дети видят в нравоучениях и рекомендациях со стороны родителей.

Сказки обучают и воспитывают детей. Также сказки играют очень важную роль в нравственном воспитании личности, влияя на ее представления и предпочтения, направляя развитие чувств, желаний и поступков. Сказки опираются на то хорошее, что уже есть в ребенке. Каждый человек именно из них узнает, что добро всегда побеждает зло и последнее остается наказанным за все свои действия, противоречащие простым человеческим законам.

Сказка – это всегда обращение к душе человека, к тому ребенку, что находится внутри каждого из нас. Если мы будем помнить о своем «детском начале», которое скрывается за маской обыденной жизни, повседневными проблемами, то сможем понять и помочь детям. И это не обязательно будет ваш собственный ребенок.

Особенности сказкотерапии

Во-первых, это возрастные ограничения. Сказки полезно и необходимо читать детям всех возрастов, но именно процесс сказкотерапии с анализом и разбором ситуации лучше проводить с ребенком, начиная с 3-4 лет. Это связано с тем, что ребенок до этого возраста еще не понимает того, что может существовать некая другая реальность, сказочная, отличная от нашей повседневной жизни.



Все это, однако, индивидуально и зависит от совокупности личностных особенностей ребенка.

Во-вторых, при передаче содержания сказок большое значение имеет наше отношение к тому, с кем мы читаем сказку. Доброжелательный и спокойный

тон дает возможность добиться желаемых результатов и поставленных целей.

Следующим фактором является интонация, которая в большей степени воздействует не на сознание человека, а на сферу его бессознательного, на его мироощущение и принятие вас как человека, стремящегося помочь ему

В-третьих, сказка должна быть подобрана или сочинена в соответствии с возрастом, ситуацией и личностными особенностями человека и направлена на формирование определенных свойств в зависимости от ведущей деятельности человека.

Следующей особенностью является временное ограничение сказкотерапии. С ребенком до 6-7 лет не следует проводить ее дольше 30-40 минут, так как ему трудно воспринимать информацию в течение более длительного времени, его внимание рассеивается и он начинает отвлекаться. При проведении сказкотерапии с подростками и взрослыми людьми следует больше внимания уделять не прочтению сказок, а активной деятельности, связанной с ними, например, попросить их сочинить сказку или больше времени уделить ее обсуждению.

Виды сказок

Сказки в зависимости от целей и оказываемого воздействия могут быть диагностическими, терапевтическими и коррекционными, т.е. оказывающими непосредственное воздействие на поведение и образ мышления.

Диагностические сказки применяются на начальном этапе сказкотерапии и позволяют выявить определенные свойства личности, проблемы, уровень развития необходимых знаний об окружающей действительности, жизненные ценности и другое.

После проведения диагностики используются сказки, основной целью которых является коррекция, т.е. изменение. Выработка необходимых навыков, умений, приобретение знаний, которые могут помочь человеку в дальнейшем. С помощью коррекционного воздействия оказывается влияние на поведение человека, формируется более приемлемый стиль поведения.

Психотерапевтические сказки могут применяться как на заключительном этапе, так и на любом другом. Они не дают конкретных готовых ответов на вопросы, волнующие человека, а позволяют ему самому найти их.

Особенностью данного вида сказок то, что они в большинстве случаев используются в работе со взрослыми людьми, так как у ребенка еще недостаточно знаний, чтобы самому найти выход из сложившейся ситуации, ему необходима помощь и поддержка со стороны взрослых.

Сказки могут классифицироваться в зависимости от того, кем они написаны. Существуют авторские и народные сказки.

Следующим критерием для является выбор объектов или аудитории, на которую они нацелены. Возможно деление сказок на индивидуальные и групповые, направленные на детскую аудиторию, подростков и взрослых людей.

Сказки необходимо подбирать в зависимости от целей, которые преследуют психолог и родители, от ситуации, его проблем, от желаемого результата процесса сказкотерапии.

Сказки, избавляющие от зависти, жадности

«Каша из топора», «Цветик - семицветик», грузинская сказка «Спор из-за ничего».

Сказкотерапия – прекрасный инструмент для этого. Чтобы правильно подобрать сказку, нужно точно знать, чем обусловлена зависть ребенка: желанием иметь телефон как таковой или стремление не отличаться от других, причем в негативную сторону. Если ребенок в подобной ситуации ощущает себя ущербным по отношению к сверстникам, нужно дать ему понять, что он сам ставит себя в такое положение. Бороться с жадностью

нужно хитростью и смекалкой. Наверняка ребенок знает сказку «Каша из топора». Главное – чтобы родители не забыли принцип, который заложен в данной сказке.

Сказки, способствующие развитию ответственности

«Светофор», «О стойком оловянном солдатике», сказки А. Гайдара.

Г.Х. Андерсен написал множество сказок о самых разнообразных предметах. Но в его время еще не изобрели все то, что для наших детей кажется вполне ответственным. Техника прочно вошла в наш быт. Прочитав малышу сказку одну из сказок, попытайтесь вместе с ним перенести действие сказки на современную реальность. Например, прочитав сказку о «Стойком оловянном солдатике», попробуйте развить в вашем ребенке чувство ответственности за порученное дело.

А. Гайдар написал для своего сына рассказ, в котором дети играли в войну. Одного из ребят поставили часовым. Игра закончилась, а о мальчике забыли. Но он оставался на своем посту, пока настоящий военный не разрешил ему покинуть его.

Сказки, избавляющие от страхов

«Жадный хомяк», «Плаксивое мыло», «Аленький цветочек».

Любая сказка всего лишь позволит ребенку сосредоточиться на чем-то. Ведь сказка – рассказ о тех ситуациях, в которые попадают ее герои. В те же самые ситуации попадают и наши дети. Если сказочный герой преодолевает страх, то ребенок чувствует, что и он на это способен. Надо помочь ему перестать бояться, преодолеть свой страх темной комнаты или одиночества.

Прочитайте ребенку сказку о мышонке, который победил свой страх. Имея некоторое представление об образах и метафорах, вы уже можете



судить, что образ мышонка можно отнести к классу «трусливых». Самым ярким его представителем является заяц. Но сказка о мышонке, а он еще относится к классу «маленький». Данный класс возглавляет мальчик-с-пальчик.

Сказка должна помочь ребенку преодолеть свои страхи, снять убежденность в том, что он маленький, незащитный. Вокруг него все большое и огромное, а он – маленький, все сильнее его, каждый может обидеть.

Терапевтическое воздействие сказки – помочь найти внутри себя силы перестать бояться больших вещей и предметов, не чувствовать себя

беззащитным, преодолеть страх одиночества, уверенность, что у него ничего не получится.

Сказки, избавляющие от неуверенности

«Цыпленок», «Гадкий утенок», «Буратино», «Царевна - лягушка», «Сказки Боярского леса».

«Я могу, у меня получится» – одна из ключевых мыслей следующей сказки. Принято считать, что недовольство детьми побуждает тех думать, что их не любят. Раз ругают и поучают, значит, не любят, они никому не нужны. Внутренняя обида на самих себя переносится на окружающих, т.е. родителей и близких. В ряде случаев это может порождать агрессию к людям. Малыши могут замыкаться, прятаться, убегать из дома. Это тоже страх. Но чаще всего в его основе лежат не мысли о возможном наказании, а обида, душевные переживания.

Родители своим поведением могут усиливать аллегорию неумейки, которая развивается в сознании ребенка. Поверьте, ни разбитая ваза, ни порванная одежда, ни сломанная игрушка не стоят того, чтобы вешать на ребенка ярлыки. Не следует гасить порывы ребенка помочь вам, нужно просто научить соизмерять труд, за который он берется, и его способность понять, что некоторые вещи он сделать пока не может.

Ваза тяжелая и может выскользнуть из рук. Именно к этому надо приучать ребенка, а не к тому, что она дорогая. Елочная игрушка хрупкая, а разбившись, может поранить руки и т.д. Нельзя позволять ребенку все подряд, но также нельзя ограничивать его инициативу. Сказкотерапия позволит ребенку понять не только необходимость использовать предметы по назначению, но и соизмерять свои силы и возможности в тех или иных действиях.

Сказки, повышающие самооценку ребенка, развивающие уверенность в себе

«Гадкий утенок», «Волк и семеро козлят», «Волшебник изумрудного города», «Снежная королева», «Кот в сапогах», «Мальчик-с-пальчик», «Маленький мук».

Существует множество удивительных, гениальных сказок, способных вызвать у ребенка переоценку самовосприятия и выявить скрытые возможности личности. Это является очень важным моментом в его воспитании.

Классическим примером сказкотерапии, которая повышает самооценку и развивает уверенность в себе, следует считать сказку Г.Х. Андерсена «Гадкий утенок». Маленький лебедь сильно отличался от утят. На птичьем дворе его сочли уродом, и он чувствовал себя изгоем. Не такой как все – значит плохой. Страх, подавленность, одиночество, первый трудный

жизненный опыт не сломали его. Гениальность сказки в том, что автор не просто позволил гадкому утенку превратиться в лебедя, т.е. вырасти, но и показал, что лебедь черпал силы для преодоления невзгод в самом себе.

Другой классический пример – Буратино. Он отличается от всех остальных, он из дерева, но его это не волнует. Буратино осознает, что он другой, белая ворона, но превращает свои недостатки в преимущества. Это вы не такие как я, я – такой, и это мне нравится, я останусь таким. Буратино уже перешагнул барьер внутри себя. Все его поступки как бы говорят окружающим: делай как я, и у тебя все получится. Он уже герой, хотя сам этого не замечает. Это норма его жизни.

Сказки, развивающие смелость и решительность

Беседуя с малышом о смелости и решительности, спросите его, какими еще словами характеризуют людей, обладающих этими качествами. Среди синонимов смелости будут храбрость, мужество, стойкость, твердость духа, отвага, бесстрашие и т.д.

Для игр и занятий ребенок может выбрать любого героя, которому хочет соответствовать, но чаще всего он становится вождем племени или капитаном пиратского корабля.

Девочки очень любят сказку про Красную шапочку, всегда переживают за нее, потому что, оказавшись в животе волка, она сидит в темноте, ей очень страшно. Эта героиня смело идет по лесу, не боится разговаривать с волком. Вы должны объяснить ребенку, что нельзя поступать безрассудно: смелый и отважный человек не станет подвергаться опасности, если можно выйти из ситуации по-другому. Малыш любит домысливать сюжет сказки, делая его более благоприятным для героев.

Все героические сказки имеют однотипный сюжет. В них всегда есть герой, злодей, которому он противостоит, и награда, которая ждет победителя, - невеста и богатство. Дети искренне переживают за своих близких, поэтому им понятно и знакомо волнение главного героя и его решение отправиться спасти маму, сестру или невесту. Малыш, переживая это как личное, получает бесценный опыт: перевоплощаясь в главного героя (а так в большинстве случаев и происходит), он как бы спасает царевну, мать или целую Русь (как, например, это делает Добрыня Никитич). Чтобы главный герой, положительный, стал примером для подражания, другой герой, отрицательный, должен воплотить в себе страхи и комплексы ребенка, которые по сюжету сказки преодолеваются, должен быть безжалостно повержен и третий тип, когда ребенок начинает сомневаться, какой же из персонажей ему наиболее симпатичен. В этом случае нужно выяснить, кто победитель, почему в сказках всегда побеждают добрые силы и т.д.

Сказки о смелости – это не только «Храбрый утенок», элементы этого мотива есть и у А. М. Волкова в сказке «Волшебник Изумрудного города». Герои этого произведения разные по характеру, но все они смелые и отважные, и этой главной идее посвящена вся сюжетная линия сказки.

Сказки, развивающие фантазию и творческие особенности ребенка

«Снегурочка», «Дюймовочка», «Русалочка», «Щелкунчик».

Фантазии малыша, его склонность к художественной деятельности необходимо поощрять. Это является, в первую очередь, заботой родителей. Надо выявлять все лучшее, что заложено в ребенке природой, чтобы, правильно развиваясь, он смог применить свои знания и умения в будущем.

Ребенку, способному творчески мыслить, будет проще находить выход из нестандартных ситуаций, решать сложные логические задачи, используя возможности своего интеллекта и интуицию. Для начала следует выяснить, что такое детская фантазия и как ее необходимо развивать.

Фантазия – это воображение в процессе мышления, когда ребенок придумывает то, чего не существует на самом деле.

Воображение, в отличие от фантазии, оперирует знаниями, которые существуют в реальной жизни, тогда как фантазия лишь плод нашего сознания.

Если ваш ребенок сочиняет небылицы, то он склонен к фантазиям, витает в облаках, если придумает истории про своих друзей, то такому малышу присущи хорошо развитое воображение и творческий склад ума.

Примерами фантазий и воображения у детских писателей могут служить различные образы. Например, к выдуманным героям можно отнести Карлсона, который живет на крыше, или барона Мюнхгаузена, фантастические рассказы которого поражают детское воображение.

Детям проще объяснять некоторые вещи, пока они еще маленькие, используя сказки, оперируя сказочными героями и понятиями. Малыши не только безоговорочно верят в сказку, они склонны переносить ее в повседневную жизнь, а взрослым следует использовать эту особенность восприятия как принцип общения с ребенком. Это своего рода правила игры, по которым нас заставляет играть ребенок, его код общения.



Обратите внимание, как изменится настроение ребенка, когда вы предложите ему поиграть в сказку или придумать свою. Дети органично вписываются в сказку, чувствуя при этом легко и свободно: им не приходится сталкиваться со сложной ситуацией точного, правильного выбора (как в головоломке), им не страшно ошибиться, боясь быть наказанными (пропущенным ходом в игре, например), ведь творческое мышление способно создать правильную ориентацию в решении самой сложной проблемы.

Чтобы у вашего ребенка развивалось именно творческое мышление, нужно много читать ему, рассказывать и объяснять смысл сказок, чтобы он постепенно накапливал эти знания. Как говорится, «впитывал в себя информацию как губка». Тогда, имея за спиной большой запас знаний, ребенок вырастет самостоятельным, сможет решать сложные задачи с помощью своего творческого мышления.

Талантливые писатели способны тонко передавать чувства и эмоции других людей, поэтому, ощущая душевные переживания героев книг, ребенок как бы получает первый личный жизненный опыт. В связи с этим детям наиболее близко народное словесное творчество и авторское, максимально приближенное к фольклору.

Проводя с малышом занятия на сообразительность и фантазию, вы можете воспользоваться следующими сказками: «Дюймовочка», «Русалочка», «Снегурочка», «Царевна-лягушка». Главные герои понравятся в первую очередь девочкам, которые хорошо представляют себе и маленькую Дюймовочку, и Русалочку, ведь у них есть эти маленькие куколки.

«Аленький цветочек», «Красавица и чудовище», «Оле-Лукойле», «Соловей» – это сказки, которые не просто развивают сообразительность и творческое мышление, но и способны заставить малыша фантазировать, представляя красоту природы, а авторское описание будет, несомненно, помогать им в этом. Выбирая для чтения сказки зарубежных авторов, надо всегда учитывать особенности перевода. Ведь самая волшебная и красивая сказка может быть неправильно передана, переведена на русский язык и, как правило, не оценена читателем.

Существуют сказки, написанные про чудеса и красоту природы. Это рождественские сказки, такие как «Последний сон старого дуба», «Щелкунчик» и др.

Сказки, где царствует волшебство, очень разнообразны, поэтому они особенно нравятся детям. Это «Волшебное кольцо», «Чудесные ягоды», «Маленький Мук». Отличается от них сказка, повествующая о приключениях известного барона Мюнхгаузена, но она является примером безграничной фантазии автора.

Ребенку важно не просто представлять сказку и следить за действиями, но и быть их активным участником, а потому для него значимо, что герои смелые и сильные, т.е. достойны подражанию. После прочтения малышу

будет интересно обсудить с вами героев или посмотреть мультфильм, поиграть. Кто найдет больше отличий в сказке и мультфильме. Попросите его рассказать вам о том, как он воспринимает героев, какими качествами их наделяет. Ребенку будет интересно вообразить не только персонажей, но и местность, в которой разворачивается действие, и другие подробности: пейзажи, избушка Бабы яги, предметы и особенности быта и т.д.

Вы можете устроить вечер поделок или изготовить своими руками кукол для постановки сказки. Сначала нужно нарисовать героев, представить, какими они будут. Для этого попросите ребенка рассказать, каким, по его мнению, характером обладает герой, какие у него особенности. Учитывая его ответ, вы должны слепить из пластилина или изготовить тряпичных кукол.

К инсценировке сказки нужно подготовить декорации, которые можно заменить пейзажами, написанными по мотивам данной сказки. Заранее договоритесь с малышом, что будут делать куклы, чтобы потом поставить сказку. И тогда, слушая, он будет рисовать иллюстрации, которые подойдут для оформления.

Для того чтобы ваш ребенок обладал не только логическим мышлением, но и мог в будущем опираться на свою интуицию, вам необходимо с детства развивать правое полушарие его головного мозга, которое как раз и отвечает за творческие способности.

Существуют различные мнения по поводу влияния сказок на ребенка. Воспитывая в нем такие важные качества, как смелость, храбрость, решительность, вы должны опираться на многовековой опыт предшествующих поколений в использовании сказки в педагогических целях. Ребенка нужно приучать к преодолению трудностей: оберегая его от реальности, которая далека от идеала, мы только создадим ему лишние проблемы. Вырастая, он не сможет объективно воспринимать события, решать последовательно возникающие задачи, будет нерешительным, робким или погруженным в себя человеком. Всего этого нетрудно избежать, если на раннем этапе развития анализировать сказочные произведения вместе с ним, с каждым новым прочтением все более усложняя задачу. Практикуя различные методы объяснения смысла сказки, можно добиться ее полного понимания и осознания малышом. А это значит, что в трудной ситуации она послужит ему хорошей опорой в жизни.

Источник:

Алексеевко В. В., Лощина Я. И. Играем в сказку. Воспитание и развитие личности ребенка 2 – 7 лет. – Москва : РИПОЛ классик, 2008. – 218 с. – (серии «Учимся играючи», «Академия для дошколят»).

