

Понукарина Наталия Ивановна, педагог-психолог МАУ ДО «Радуга талантов», победитель конкурса «Педагогический звездопад – 203» в номинации «Лучший педагог-психолог года»

**Опыт применения сказкотерапии
в индивидуальном консультировании детей младшего школьного возраста
в учреждении дополнительного образования**

Особенностью обучения в Центре детского творчества «Радуга талантов» является добровольность посещения ребенком занятий в кружках и объединениях. Поэтому в центре внимания педагогического коллектива – это создание атмосферы творчества, личностного развития и социализации учащихся разных возрастов.

Эти задачи я решаю через проект «Сказочная гостиная», который реализуется в нашем центре с 2021 года.

Главной особенностью работы в методе сказкотерапии является то, что психологические, педагогические и иные проблемы могут прорабатываться благодаря опоре на личностный потенциал, нравственные ориентиры и духовные ценности. То есть, начиная работу с проблем поведенческого уровня и уровня окружения ребенка, через метафору мы можем обращаться к уровню способностей, идентификации и духовно-ценностному уровню в психике ребенка.

Применение метода сказкотерапии в работе с детьми младшего школьного возраста невозможно без знания особенностей развития этого возраста. Значимыми новообразованиями личности младшего школьника являются: ориентация на группу сверстников, осознанность и сдержанность в проявлении чувств, формирование высших чувств, осознанность волевых действий, формирование волевых качеств и усвоение морально-нравственных норм и правил поведения. Ключевым для успешности воздействия сказкотерапевтических техник является то, что в процессе обучения в единстве с развитием познавательных процессов и личностными изменениями у младших школьников идет прогрессирующее развитие способностей переработки образов восприятия в образы воображения. Ведь для того, чтобы усвоить знания, которые даются в школе, ребенок активно использует свое воображение, что активизирует процесс воссоздающего воображения. Именно такое воображение помогает «запускать» у детей процесс внутриличностных изменений через сказки. Сказкотерапия, ее методики имеют большой потенциал в работе педагога-психолога в сфере дополнительного образования через индивидуальное консультирование.

Понимая, насколько важно создание соответствующего для сказкотерапии пространства, совместно с педагогами изобразительного направления и детьми в кабинете психолога мы создали сказочное пространство, где и проходят индивидуальные занятия и занятия малыми группами.

В своей работе я использую сказки, в зависимости от возраста детей, народные и художественные (авторские) так как в них есть и психотерапевтические, психокоррекционные, дидактические и медитативные аспекты. Психотерапевтические находят отклик у детей 10-11 лет: они хорошо реагируют на глубинные смысловые метафоры и с интересом пытаются подробно анализировать мотивацию героев.



Народные волшебные сказки хорошо отзываются у детей 6,5-8 лет. В этом возрасте у ребенка активное воображение и он только учится отделять фантазию от реальности. Это позволяет ребенку быстро вживаться в сказочную реальность.

Мне откликается мнение Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой о том, что народные сказки несут для ребенка важные смыслы.

1. В волшебных народных сказках герой видит четкое разделение добра и зла, и знает, что добро победит. Эта идея важна для поддержания бодрости духа и развития стремления к лучшему.

2. Ожившие вещи, существа, явления природы способны действовать самостоятельно, испытывать чувства и эмоции схожие с человеческими, имеют право на собственную жизнь, что помогает сформировать чувства принятия другого, не похожего на ребенка существа.

3. Самое ценное достается через испытание. А то, что далось даром, может быстро и уйти. Эта идея важна для формирования механизма терпения (саморегуляции) и целеполагания.

4. Вокруг нас много помощников. Но они приходят на помощь только в том случае, если не можешь справиться с ситуацией или заданием сам. Эта идея важна для формирования самостоятельности и доверия к окружающему миру.

Проанализировав книги современных российских психологов, занимающихся сказкотерапией, я увидела много возможностей применения сказки в групповой и индивидуальной работе. Так, в работе А.А. Осиповой приведены следующие формы работы:

1. Использование сказки как метафоры. Подобранные по теме занятия тексты и образы сказок вызывают ассоциации у детей из их жизни, которые потом могут быть обсуждены.

2. Рисование по мотивам сказки. В спонтанно нарисованных образах можно получить информацию для дальнейшего анализа.

3. Обсуждение поведения и мотивов действий героев сказки. Такая форма очень интересна для младших школьников, особенно когда происходит обсуждение ценностей героев и проекции на мотивы поведения детей в реальной жизни. Так можно выявить их систему оценок в категориях «плохо-хорошо».

4. Проигрывание эпизодов сказки через постановку значимых моментов в ней. Это дает возможность детям выразить свои эмоции, в том числе через тело или почувствовать себя в другой роли.

5. Использование сказки как притчи-наравоучения, которая может подсказать детям варианты решения сложных ситуаций.

6. Творческие работы по мотивам сказки, которые включают в себя анализ ситуации и поведения героя, рассказывание сказки (от первого, третьего лица, от имени других действующих лиц), переписывание сказки для самостоятельного нахождения нужного ребенку варианта решения ситуации, сочинения сказки в соответствии с закономерностями сюжета.

Главным условием является счастливый и оптимистичный конец сказки. Важно вселить в ребенка надежду, что выход из сложной ситуации обязательно будет найден, и внутреннее состояние ребенка будет положительным.

Основные запросы родителей, с которыми они приводят детей на индивидуальную консультацию, связаны с трудностями адаптации ребенка в начале периода обучения, или с проявлениями высокого уровня тревожности во второй и последующий годы обучения, особенно если это связано с участием ребенка концертной или конкурсной деятельности.

Работу с ребенком начинаю с психодиагностического рисования (например, прошу нарисовать рисунок семьи (коллектива). Или предлагаю ребенку взять карандаш, цвет которого больше всего нравится и нарисовать каракули (техника «Волшебные каракули»). Далее, прошу внимательно взглянуться в рисунок, найти в нем какой-то образ и выделить его другим контрастным цветом. Потом сочинить сказку про волшебную «каракулю». Если по каким-то причинам ребенок не захотел рисовать, предлагаю взять в руки колоду метафорических карт «По моему хотению...», выбрать понравившуюся, и, задавая вопросы, прошу рассказать о герое, который изображен на картинке.

Перед сессией, при понимании личностных особенностей ребенка и актуальной ситуации развития провожу подбор художественной сказки или сама пишу под ребенка психокоррекционную сказку. В этом мне помогают метафорические карты, которые рассматривает ребенок на первой сессии. Я использую колоды Л.И. Кононовой «Тропинка к своему Я» и «Самый счастливый день». И затем, на следующей встрече - сказкотерапия через чтение сказки и интеграцию (рисование сказки, лепка пластилином и проигрывание ситуации этими фигурками).

Завершение сессии провожу в зависимости от конкретного случая и «мишени», куда направлены техники сказкотерапии: либо мы обсуждаем с ребенком, в чем заключается «сказочный урок», либо я оставляю этот момент незавершенным, предлагая ребенку самому подумать над сказкой, нарисовать свои мысли, впечатления на бумаге, или же дописать ее, в том случае, если у сказки будет открытым и не завершённым конец (для детей старше 10 лет).

В некоторых случаях я предлагаю ребенку сочинить самому историю. Для этого я даю моему собеседнику колоду сказочных метафорических карт Л.И. Кононовой «Тропинка к своему Я» и обращаюсь с такими словами: «Посмотри, пожалуйста, на эти картинки. Видишь, в них живут разные сказки: о принцах и принцессах, драконах и чудищах, о гномах и эльфах. А знаешь о чем мечтают эти сказки? Они мечтают о том, чтобы их рассказали. И прямо сейчас ты можешь исполнить их мечту и рассказать сказку. Выбери для этого одну, две или три картинки, которые помогут тебе в этом. Если тебе будет трудно, то и я тебе помогу. (Л.И. Кононова «Тропинка к своему Я»).

Ниже, в приложении, приведены сказки, написанные для конкретных детских случаев.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Сказка о храбром лягушонке

Сказки бывают разные, волшебные и не очень, длинные и короткие, про людей и животных. А есть сказка про храброго лягушонка по имени Кваки.

В одном лесу у самого края болота жил-был лягушонок по имени Кваки. В общем-то он жил в болоте, но очень любил сидеть на берегу и наблюдать, как поодаль бегают и играют мышата. Мышата были такие веселые и озорные, что лягушонку очень хотелось подружиться с ними. Ну где это вы видели, чтобы мышата дружили с лягушками? Вот и мышата это не видели, поэтому никогда не звали лягушонка в свою компанию. Но как ни странно Кваки об этом не знал, и мечтал поиграть с мышатами в догонялки. Поэтому в один прекрасный день, он соскочил со своей кочки на край болота и обратился к одному из мышат, который был по близости.

– А можно я с вами поиграю в догонялки? – спросил Кваки у мышонка.

Мышонок даже оторопел от слов лягушонка. – Но ведь ты не такой как мы, у тебя нет пушистой шерстки, замечательного хвостика и прекрасных черных усиков. Как у меня, например. Ты неуклюжий и зеленый, не умеешь пищать и вообще, где ты видел, чтобы мышата с лягушками играли? Сказал так мышонок и побежал к своим друзьям.

Обидно стало лягушонку. Посмотрел он на себя в лужицу и, увидев свое отражение, сказал:

– Да, у меня нет такой пушистой шерстки, замечательного хвостика и прекрасных черных усиков как у мышат и я зеленый, не умею пищать. Но я не неуклюжий. Я умею далеко и высоко прыгать, ловко плавать и громко квакать.

Но эти слова не смогли унять его огорчение. Кваки почувствовал, как в его маленьком сердечке поселилось нечто, от чего стало очень грустно и печально. И чем больше Кваки смотрел на свое отражение в лужице, тем печальнее ему становилось, и как-то даже в глазах появились слезы. Хотя может это и вода, что начала изредка капать с неба – похоже, начинался дождь.

И кто такое придумал, что лягушатам нельзя играть с мышатами!

Но я же хочу поиграть с мышатами – громко проквакал лягушонок. И продолжал сидеть на краю водоема и наблюдать за мышиными играми, как они взбирались наперегонки на высокие камыши и прыгали на мягкую траву.

А тем временем дождь постепенно усиливался и поднялся ветер, такой, что не только камыши стали раскачиваться, но и деревья зашумели. Непогода стояла уже на пороге. И вот уже в болоте на чистой воде появились волны, и листья кувшинки ветер обрывал и гнал в середину водоема.

Мышата спохватились и побежали в лес, но только самый маленький не успел спрыгнуть с вершины высокого камыша и порыв ветра его сбросил в разбушевавшуюся воду. Мышата, конечно, умеют плавать, но самый маленький очень испугался, пищал и барахтался, а высокие волны грозили накрыть его с головой.

Кваки услышал писк и бросился в воду. Подплыв к мышонку, он сказал:

– Лезь ко мне на спину, поплывем к берегу.

Ох и трудно было лягушонку плыть против ветра и волн, да еще и с мышонком на спине. Но лягушки только на земле немного неуклюжие, а в воде очень уж ловкие и умелые. Вот выбрались они на берег и залезли под кочку, где все мышата пережидали непогоду.

И вдруг самый старший мышонок подошел к лягушонку и сказал:

– Спасибо тебе, лягушонок, без тебя бы не справились с бедой! А знаешь ведь не важно, что ты с виду не такой как остальные, и что не похож на других. Важно, что ты не испугался и помог тому, кто больше всего нуждался в помощи.

С тех пор лягушонок Кваки и мышата часто вместе играли на берегу у болота. И никто не говорил, что лягушатам нельзя играть с мышатами.

А ведь и вправду, дружок, ведь не это важно, что ты не такой как все остальные, главное, что в твоей душе есть смелость, отвага и желание помочь другому.

Федор и парусник

В одном приморском городе жил-был мальчик по имени Федор. Ничем не выделялся он среди своих сверстников-шестилеток. Любознательный, активный и загорелый, как все мальчишки из его южного города. Вот только чуть больше других ребят он побаивался оставаться один, без родителей. Не так чтобы очень, но как-то посильнее. И спать без света не мог, и маму вечером часто звал побыть с ним, пока заснет. И почему-то одному без мамы во двор, да на пристань, куда его часто звали приятели, идти не хотелось, как-то тревожно на душе было. Вроде и бояться нечего, ведь везде знакомые место и ребята тоже. Но что-то беспокойно и неудобно ему было без родителей.

Да, пристань недалеко от дома знатная была. Мимо часто проходили корабли, когда возвращались из дальних походов домой. Очень Федор любил на них смотреть, да мечтать, что когда-нибудь тоже пойдет в море. Ведь назвали его в честь русского флотоводца – Федора Ушакова. И дедушка его капитаном дальнего плавания был. Об этом ему папа рассказывал. Вот только у Федора не получалось как у его знаменитого тезки быть смелым и решительным. Поэтому зачастую он смотрел на корабли из окна своей небольшой комнаты.

Однажды в один из выходных дней отправился Федор вместе с мамой к дедушке, что жил недалеко от города в небольшом поселке на берегу моря. Из окон его дома между деревьев можно было увидеть кусочки синего моря. Дедушка ухаживал за фруктовым садом, да модели парусников делал. Красивые такие парусники, как настоящие с реями, мачтами, да миниатюрными орудиями. Федор их только на фотографиях видел. Редко они бывали у дедушки.

Здравствуй, внук! – сказал дедушка и обнял его своими большими и сильными руками. Пойдем, я тебе мой новый парусник покажу. Недавно смастерил.

В комнате деда было все не так как дома у Феде. И запах клея столярного, и обрывки пеньки для канатов, и палочки для мачт и краска для кораблей. На стенах висели чудесные картины с нарисованными парусниками и морскими битвами. А кто это? – спросил Федя, показывая на портрет военного в старинной морской форме. Так это же твой тезка, адмирал Федор Ушаков. А это, показал дед на

картину, морское сражение, где он вышел победителем. А это тот парусник «Святой Павел», который выиграл бой. Я его недавно сделал. Вот посмотри. И дед протянул Феде модель корабля.

Это мне!?! - спросил Федя, не поверив деду.

Конечно тебе. Бери. Владей. Управляй. Изучай истории его походов, – сказал дедушка и пошел в сад.

Долго не мог Федор в этот вечер уснуть. Все на корабль смотрел, детали примечал, да восхищался тонкой работой деда. А ночью ему даже сон про морское плавание приснился.

Так и стал Федор играть с парусником во дворике под кронами фруктовых деревьев, представляя и капитана Федора Ушакова, и команду в дальних походах и морских сражениях.

А через неделю, вечером приехали мама и папа. Очень соскучился Федор по родителям. Так соскучился, что увидев их, забыл про все на свете. И про парусник, и про флотоводца и его команду. Так и остался корабль лежать под яблоней, в самой глубине сада.

Вечером, когда мама уложила мальчика спать, Федор вдруг сквозь сон увидел, что нет корабля на привычном месте. Сон как рукой сняло. И вспомнил Федя, что забыл корабля под деревом в самой глубине сада.

Как же мой парусник, как же моя команда. Ведь дедушка доверил мне парусник. Мне надо срочно его забрать и привезти в родную гавань, - сказал сам себе Федор. Он вскочил, надел рубашку и замер, прислушиваясь к шуму ветра и стуку веток дерева в его окно.

Стало страшно мальчику, ведь никогда он не ходил один, да еще и ночью в сад. Тревожные мысли побежали в голове, и пот выступил на лбу. Но что-то засвербило в его груди, и чей-то тихий, но твердый голос сказал:

– Если ты капитан, то в ответе за свой корабль и команду!

Вздыхнул Федор глубоко, и вышел из комнаты на темную веранду. Ветер шумел в ушах, вспотели ладошки, сердце громко колотилось, но Федор, зажмурив один глаз, шагнул в темноту.

В этот вечер дедушка не выключил фонарь на другой стороне дома. Федор хоть и с трудом, но все же разглядел дорожку и, что есть силы, побежал к яблоне.

Да, там и стоял парусник «Святой Павел», где оставил его Федя. Паруса его развивались от сильного ветра так, что покачивался он как на волнах во время шторма. И мальчик как будто увидел команду матросов, что боролась с ветром и берегла парусник от разрушения.

Федор схватил парусник, прижал его к сердцу и побежал домой, шёпотом говоря:

– А ведь ты молодец, что выдержал этот шторм!

Правда он так и не понял, кому он это говорил: то ли паруснику, то ли самому себе.