

## Сказка – инструмент развития и воспитания ребенка

Бердникова А.Г.  
Педагог-психолог ВКК  
канд.филол.наук  
[agberd@mail.ru](mailto:agberd@mail.ru)

"Сказка дает великолепный общий язык для взрослого, работающего с ребенком. Обычно они разговаривают на разных языках. При этом двуязычен скорее ребенок, а проблемы с общением есть скорее у взрослого. (Тем более что это взрослый чего-то хочет). Язык сказки их естественно сближает".

Дмитрий Соколов,  
"Сказки и Сказкотерапия"

### Аннотация

В статье вводится понятие сказкотерапии, кратко излагается история возникновения направления практической психологии. Рассматривается функционал сказки и механизм, благодаря которому сказка может собственный функционал осуществлять. Статья содержит практические рекомендации по составлению коррекционных сказок. В приложении приведен пример такой сказки. В сказку заложена ситуация принятия определенного вида пищи через участие в ее приготовлении.

Сказкотерапия – одновременно очень древнее и в то же время юное направление психотерапии. Воспитание и коррекция поведения осуществлялась столько, сколько помнит себя говорящее человечество. Однако, как соответствующее направление помогающей практики сказкотерапия появилась в девяностых годах прошлого века.

Символично, что родина сказкотерапии как школы – это Санкт-Петербург. Другими словами, сказкотерапия – это одно из немногих направлений практической психологии, оформившихся на российской земле [4:8].

С момента своего появления сказкотерапия начала стремительно развиваться и завоевывать все большее признание специалистов, равно как и получать все более широкое распространение на практике. В настоящее время ее используют не только собственно психологи, но также педагоги и врачи, что говорит о просторе возможностей метода [3:3].

По мнению И.В. Вачкова, сказкотерапия – такое направление практической психологии, которое, используя метафорические ресурсы сказки, позволяет людям развить самосознание, стать самими собой, и построить особые доверительные, близкие отношения с окружающими. В дальнейшем нами будет использоваться именно это определение сказкотерапии.

Каким образом, посредством сказкотерапии удастся достигать таких целей: повышения самосознания и создания близких доверительных отношений?

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. Социальную природу человека составляет система его взаимодействий с людьми. 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.

Сказкотерапия как психологический метод накладывает свои возрастные ограничения при работе с детьми: ребенок должен иметь четкое представление о том, что существует сказочная действительность, отличная от реально существующей. Обычно навык такого различения формируется у ребенка к трем с половиной-четырем годам, хотя, безусловно, в каждом конкретном случае необходимо учитывать индивидуальные особенности развития ребенка [1].

Зачастую доводится сталкиваться с восприятием сказкотерапии как «детского» метода. Однако, это совсем не так. Блестящую иллюстрацию этому тезису можно найти у Дорис Бретт [2].

Она рассказывает о том, что часто в воспитании своей дочери Элли использовала рассказы о том, как поступала в тех или иных ситуациях придуманная девочка Энни. Дочь слушала рассказы, ассоциировала себя с Энни и корректировала свое поведение.

Однажды, когда Элли было одиннадцать лет мама забрала ее из школы. Элли была очень расстроена: со мной никто не дружит (поссорилась с лучшей подругой), - не захотела развернуто отвечать на мамины вопросы, а дома заперлась в своей комнате. Мама привычно сформулировала гипотезу сложившегося положения дел и придумала соответствующую историю. Постучалась к дочери и рассказала ей историю. Дочь ее выслушала и молча снова отвернулась печалиться. Дорис расстроилась, решив, что ее сказки хорошо подходят для десятилетних девочек, но одиннадцатилетние – из них уже выросли.

Каково же было ее удивление, когда она на следующий день забрала весело щебечущую дочь, рассказавшую ей историю примирения с подругой. Эта история один-в-один повторяла действия Энни из истории Дорис, рассказанной накануне. Это подвигло Дорис к пониманию того, что подросток может отрицать силу сказки, но от ее воздействия отрицание его не освобождает.

Конечно, в сочинении таких историй есть свои тонкости, рассмотрим основные из них:

Смоделируйте главного героя по образцу вашего ребенка: пусть герой будет похож на ребенка, какими-то узнаваемыми умениями или качествами. Пусть главного героя беспокоят и волнуют те же вещи, что и вашего ребенка.

Вы должны знать, насколько устойчиво внимание вашего ребенка, то есть как долго он способен продуктивно слушать и, соответственно определить длительность рассказа.

Пользуйтесь юмором, где только возможно. Юмор привлекателен для ребенка. Он стимулирует его интерес и, помимо всего прочего, является эффективнейшим средством против напряженных состояний, тревоги и беспокойства. Пусть герой сказки попадает в забавные ситуации и с честью выходит из них.

Рассказывая какую-нибудь очередную сказку, следите за своим ребенком, реакция и поведение которого даст вам ключ к дальнейшим шагам и действиям. Заметьте, когда он особенно внимателен, захвачен содержанием рассказа, а когда ему становится скучно. Если его внимание сосредоточено на действии, описываемом в рассказе, вы — на правильном пути. Если рассказ ему не интересен, значит, что-то не так, или ребенок еще не готов его воспринять.

Не пытайтесь быть педантичным в языковом, стилистическом отношении, лучше дайте волю воображению, окунитесь в стихию рассказа, расслабьтесь и испытайте радость сочинительства, не мудрствуя лукаво.

Необходимо также учитывать свое собственное состояние. Если вы встревожены, когда рассказываете истории, ваша тревога и беспокойство могут передаться ребенку. В этом случае можно поручить роль чтеца или рассказчика другому члену семьи или другу,

сами же послушайте, как они это делают. Накопив опыт, вы сможете рассказывать истории более свободно и непринужденно.

Родителям и педагогам, которые не уверены в своих способностях по части составления рассказов и которые поэтому предпочитают читать своим детям тот или иной рассказ почти слово в слово, пользуясь готовыми источниками терапевтических сказок, можно порекомендовать изменить имена и обстановку рассказа на имена и обстановку, которые более подходят /для их детей/. Читайте медленно, оставляя место для ваших собственных комментариев и комментариев вашего ребенка. После прочтения рассказа запомните его содержание, попытайтесь рассказать его самостоятельно, без книги. Ваш ребенок поможет вам заполнить пустоты, а вы получите удовольствие, вплетая в ткань рассказа свои собственные детали и подробности.

По приведенной ниже схеме можно составить сказку

1. Обдумайте проблему, которая беспокоит вашего ребенка или Вас. “Настройтесь на волну” чувств и переживаний вашего ребенка, пытающегося справиться с этой проблемой. Постарайтесь понять, как данная ситуация воспринимается с детской точки зрения. Представьте, каким мог бы быть выход из этой ситуации, не отбрасывая даже самых фантастических в настоящий момент.

2. Сформулируйте основную идею рассказа. Какие мысли вы хотите донести до сознания вашего ребенка? Какие решения вы собираетесь предложить через посредство рассказа – вот здесь уже можно подумать над реалистичностью предлагаемого решения. Эти решения не должны быть слишком сложными. В их основу могут быть положены советы, предлагаемые в данной книге или ваш собственный опыт.

3. Начните рассказ с представления героя или героини, у которых схожие страхи, опасения, тревоги или конфликты. Это позволит вашему ребенку отождествить, идентифицировать себя с героем или героиней и вовлечет в действие, сделав его участником рассказа.

4. Упомяните о сильных сторонах и положительных чертах, которыми герой рассказа похож на вашего ребенка. Зачастую, когда мы слишком встревожены и выбиты из колеи какой-то своей проблемой, мы забываем о своих сильных сторонах, хороших качествах и талантах. О них не лишне напомнить.

5. Опишите в начале рассказа конфликт, а затем переходите к его положительному разрешению.

6. Рассказывая какую-нибудь историю, будьте открытыми для вашего ребенка. Обратите внимание на то, когда ребенок увлечен рассказом, а когда ему скучно. По выражению его лица вы определите его реакцию на услышанное.

7. Если ваш ребенок комментирует рассказ или задает вопросы по его содержанию, не оставляйте это без внимания. Комментарии и вопросы часто помогают заглянуть в мысли ребенка, в его внутренний мир. Если вы затрудняетесь с ответом на эти вопросы, их можно обратно переадресовать ребенку, спросив его: “А что *ты* думаешь на этот счет?” Если ребенок ответит: “Я не знаю”, — можно все это превратить в игру типа “Угадай-ка”. Вы можете высказывать эмпатические догадки и предположения касательно чувств и размышлений, предлагая ребенку кивнуть в соответствующем месте. В таких ситуациях догадки детей помогут вам понять, о чем они думают.

9. Стремитесь к простоте. Приспосабливайте применяемый вами язык, ваш словарный запас к уровню своего ребенка, а длительность рассказа — к степени устойчивости его внимания.

10. Вы как рассказчик и сам ваш рассказ могут быть далеки от совершенства. Не смущайтесь своим “пробуксовыванием” и речевой неуклюжестью, а если вы обнаружите свои промахи и огрехи (часто по выражению лица вашего ребенка), спокойно исправьте их, сказав, например: “О, я чуть не забыла, что она пошла не одна, а с подружкой”, и т.д. Ребенок поправит вас сочувствующим взглядом: “Бедная мамочка, она даже не может

хорошо запомнить рассказ”. Это не уменьшит удовольствия, получаемого им от рассказа и пользы от его применения.

Не отчаивайтесь, если ребенок по каким-то причинам не пользуется решением, которое вы ему предложили в предыдущей сказке. Возможно, еще не пришло время поступать таким образом, или это действие оказалось слишком сложным или необычным для ребенка. Вспомните историю Дорис Бретт.

Список литературы

1. Бердникова А.Г. Как справиться с капризами ребенка. – М., 2017. – 240 с.
2. Бретт Д. Жила-была девочка, похожая на тебя. – М., 1997
3. Вачков И.В. Введение в сказкотерапию, или Избушка, избушка, повернись ко мне передом... М., 2011. – 288 с.
4. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Основы сказкотерапии. – СПб., 2007. – 176 с.

Приложение

### ***Зайка и Волшебный суп***

*От всяких вкусовностей Зайка никогда не откажется, а вот накормить его супом маме бывает весьма сложно.*

*«Значит, суп нужно тоже приготовить вместе, - решила зайкина мама. - Да еще и назвать как-нибудь необычно».*

*- Зайка! - позвала мама с кухни однажды.*

*- Мама, ты меня звала? - спросил Зайка с порога кухни*

*- Да, малыш, я тебя звала. Хочу предложить тебе важное дело. Ты готов?*

*- А что за дело? - сначала полюбопытствовал Зайка.*

*- Я хочу приготовить волшебный суп...*

*- Волшебный суп? - удивился Зайка. - Как это?*

*- Я тебе расскажу. Приглашаю тебя поколдовать вместе.*

*- Ура! У меня будет волшебная палочка! - обрадовался Зайка.*

*- Сначала я дам тебе волшебные овощи.*

*С этими словами мама достала из красивой волшебной коробочки небольшую луковицу, корешок петрушки, среднюю морковь и 5 картофелин.*

*- Их надо помыть. Они немного запылились.*

*Зайка с радостью засучил рукава и принялся за работу. Очень быстро волшебные овощи оказались чистыми.*

*Мама наливает в кастрюлю 2 литра воды и ставит на огонь.*

*- Как хорошо и быстро у тебя получается! - хвалит мама Зайку. Зайка старается еще больше. Мама берет у Зайки вымытую морковь и трет ее на терке. Затем берет луковицу.*

*- Зайка, зажмурь глазки!*

*- Я же не смогу тогда мыть картошки, - возмутился Зайка.*

*- Ты зажмурь глазки на минутку. Я сейчас буду резать волшебный лук.*

*Зайка послушно закрывает глазки.*

*Когда вода закипит, бросает туда мелко порезанную луковицу, корень петрушки, натертую на крупную терку морковь и порезанный кубиками картофель. Пока суп красиво кружился в кастрюльке - Зайка наблюдал за ним с табуретки. Мама достала фарш, который уже посолила и поперчила, и предложила Зайке скатать фрикадельки. Зайка катал маленькие шарики и бросал их в кастрюльку. Они так забавно ныряли в суп, а потом всплывали. Зайка весело смеялся.*

*Посоливать суп мама тоже доверила **Зайке**, предварительно отмерив нужное количество соли. Порезанную мамой зелень тоже добавлял Зайка.*

*- Суп-сказка готов! - сказала мама, вытирая руки о передник.*

*- И все? - удивился Зайка. - Мы все сготовили?*

*- Да, суп сготовили. Посмотри, как красиво получилось! Пахнет здорово!*

*- И вкусно, наверное, - добавил Зайка, облизываясь.*

*- Помощник ты мой! - мама ласково обняла Зайку. - Конечно, вкусный! Разве волшебный суп может быть невкусным?*

*Мама и Зайка накрыли стол. Зайка съел две порции волшебного супа. Папа очень удивлялся и суп волшебный нахваливал.*

*Такая сказка может быть рассказана про любой продукт питания, который не особенно нравится ребенку. Возможно, на волне интереса, пробужденного сказкой, ребенок захочет ближе познакомиться с продуктом.*