

РАЗВИТИЕ ВНУТРЕННИХ РЕСУРСОВ ЛИЧНОСТИ РЕБЕНКА С ПОМОЩЬЮ МЕТОДА КОМПЛЕКСНОЙ СКАЗКОТЕРАПИИ

М. И. Медведева

Детский сад общеразвивающего вида № 12, г. Нижнеудинск

Множество самых разных детей каждый день приходят в наш детский сад для того, чтобы развиваться, познавать этот мир и учиться жить в нем.

На нас, педагогах, лежит большая ответственность помогать им в развитии, оберегать их хрупкий внутренний мир, сохранять их естественное стремление к познанию, общению, доброте, которые свойственны им от рождения.

Все родители мечтают вырастить своих детей успешными, счастливыми и здоровыми. Но, к сожалению, не всем удастся осуществить это без семейных проблем и конфликтов. Одно неверное слово или тон голоса родителя могут оставить горький след в душе ребенка, а накопление таких следов – подорвать его веру в себя, привести к отчуждению, а то и к разрыву отношений [2; 8]. Результатом нарушения детско-родительских отношений, непонимания детской психологии могут стать отклонения детей в поведении, нарушения интеллектуального развития, проблемы невротического характера.

А если вовремя помочь таким детям, услышать их желания и потребности, многих проблем можно избежать, ведь каждый ребенок талантлив от природы. Он хочет учиться, расти, полноценно и гармонично развиваться.

Детское мышление отличается от взрослого. Мысли детей всегда имеют форму, образ, поэтому то, что важно для их развития, становления психосоциальной зрелости, можно передавать через яркие картинки, метафору, сказку, фантазию. Фантазия является для детей наилучшим способом анализа окружающего мира. Это их язык, который взрослые успешно забыли [4; 7].

Именно поэтому «сказочные» занятия в нашем детском саду так захватывают детей. С их помощью дети учатся жить в большом мире, познавая его закономерности. Ребенок с ранних лет привыкает сопоставлять свои поступки и действия с поступками

положительных и отрицательных сказочных героев, осознавать «сказочные уроки», отвечать на вопрос: «Чему же нас с тобой научила эта сказка?».

С самого раннего возраста ребенок воспринимает понятия о добре и зле, сопереживая героям, радуясь вместе с ними, переживая их неудачи, ошибки, получая вместе с ними свой первый жизненный опыт, развивая способности вставать после падения, искать выход из безвыходных ситуаций, просить помощи, поддержки, самому протягивать руку помощи тем, кто слабее.

В душе ребенка, в его бессознательном растет и укрепляется сначала нежный и слабый росток, а затем все более прочный и гибкий стержень внутренней силы.

Пробудить этот росток, дать ему энергию и силу для развития нам помогает метод комплексной сказкотерапии – самый древний и вместе с тем самый современный и молодой метод, разработанный специалистами Института сказкотерапии во главе с Т. Д. Зинкевич-Евстигнеевой.

Это система представлений об архетипах, архетипических сюжетах и их отношениях, которые, переплетаясь, образуют индивидуальный уникальный узор судьбы человека [3; 8].

Понятие архетипа к нам пришло благодаря Карлу Густаву Юнгу, который и открыл нам дорогу к коллективному бессознательному.

Основными принципами сказкотерапии являются принципы «жизненной силы», «моста» и «кристалла».

Согласно принципу «жизненной силы», у любого человека, даже совсем маленького, достаточно сил, энергии, желания жить, любить, стремиться стать совершеннее. Надо только найти этот источник, ресурс жизненной энергии, помочь растущему человеку, активизировать, раскрыть даже глубоко запрятанную сокровищницу жизненных сил.

Принцип «моста» означает символическую дорогу к миру волшебства, в мир Нави. Мир Яви – это наша реальность, материальный мир. В мире Яви действуют социальные законы. Мир Нави – это наша психика, наше бессознательное. Там живут мысли, идеи, желания, стремления, возможности.

В этом мире обитают добрые феи и злые волшебники, ведьмы, русалки и другие волшебные персонажи. Именно в этом

тонком мире зарождаются зачатки будущих талантов, необыкновенных способностей детей. В этом мире нет ничего невозможного, любая мысль, желание, побуждение могут стать реальностью. Проложить дорожку к реальной жизни, взяв с собой самое ценное из мира Нави, изменить свое восприятие, поверить в чудеса, в свои силы, таланты и означает этот принцип.

Принцип «кристалла». Согласно этому принципу, каждая ситуация, событие – это кристалл со множеством граней. Урок, заключенный в ситуации, также многогранен. Научить маленького человека увидеть множество сияющих граней, множество оттенков цвета, а не только черное и белое, воспитать широкий кругозор, а не одну единственную точку зрения, – это и есть принцип «кристалла».

Расширение сознания, умение мыслить творчески, парадоксально, без шаблонов и стереотипов дают возможность растущему человеку найти выход из любых трудных жизненных ситуаций, не сломавшись, не потеряв веру в свои силы.

Занятия сказкотерапией трудно представить без песочной терапии.

Особой популярностью у детей нашего детского сада пользуется песочница. Мимо нее равнодушно не проходит ни один ребенок. Даже взрослым трудно устоять перед магией песка, не потрогав мягкость, сыпучую структуру, завораживающей и зовущей в волшебный мир. Именно в песке таится самый короткий путь, мостик к нашему подсознанию. Естественное желание – погрузить в него руки, ощутив прохладу; пропустить его между пальцами, чувствуя при этом тепло собственных рук [1; 8].

Внутренний ребенок, живущий в каждом взрослом человеке, зовет хоть ненадолго попасть в эту параллельную вселенную, где можно быть собой, без социальной маски, восстановить связь со своей внутренней силой, пополнить запас творческой энергии и мудрости, накопленной поколениями наших предков в коллективном бессознательном.

Именно на песке строится первый в жизни дом, сажается дерево, создается «семья». Все это – мир ребенка, в котором он чувствует себя защищенно, где ему все близко и понятно. И это – отражение нашего взрослого мира [1; 5]. Многократно проигрывая, повторяя травмирующие моменты жизни, пробуя

проживать в песочнице разные варианты выхода из трудных ситуаций, маленький человек получает бесценный практический опыт, пополняет свой запас жизненных ресурсов.

В работе с детьми мы используем разные виды сказок, которые принципиально отличаются по своему воздействию на психику ребенка. Сказку можно написать индивидуально для ребенка (проблемно-ориентированная сказка) или сочинить совместную сказку с группой детей.

Успокоить ребенка, снять возбуждение, эмоциональное напряжение, можно при помощи сказки-медитации. Медитативные сказки создаются для накопления положительного образного опыта, снятия психоэмоционального напряжения, развития личностного ресурса [3, с. 70]. Это должна быть красивая, добрая сказка без конфликтов, приключений. Важно, чтобы такая сказка не активировала мыслительную деятельность. В ней действуют все пять каналов восприятия.

Ребенок, находящийся в состоянии легкого транса, лежа на пушистом коврикe или сидя на мягком диванчике, слушает голос психолога, спокойную музыку с голосами природы, мысленно путешествуя, ощущает мягкость травы, прохладу ручья, запах полевых цветов, вкус лесных ягод, любуется картинами природы. Такая сказка придаст энергию, силы переутомленным, астеничным детям, успокаивает перевозбужденных детей, снимает отрицательные эмоциональные переживания.

Для того, чтобы изменить негативное поведение, мягко скорректировать, направить разрушительную, конфликтную энергию ребенка в мирное русло, мы используем психокоррекционные сказки. Под коррекцией здесь понимается замещение неэффективного стиля поведения на более продуктивный [3, с. 92].

В такой сказке важно использовать прием абсурдизации (доведение ситуации до комичности, абсурда) для того, чтобы продемонстрировать негативные, последствия, которые приносит неэффективное, деструктивное поведение героя, с которым ассоциирует себя ребенок.

Посмеявшись над героем, подробно объяснив, в чем тот был не прав, ребенок постарается никогда не попасть в такую ситуацию в реальной жизни. Такая сказка может быть и смешной, и

трагичной. Подключение ярких эмоций усиливает воздействие сказки на психику ребенка.

Для более эффективной работы со сложными детьми нами разработана сказкотерапевтическая программа «Путешествие на планету разноцветных сказок». В ней использованы все основные принципы и каноны комплексной сказкотерапии (это принципы «жизненной силы», «моста», «кристалла»; рекомендуемое количество занятий: не больше 10; а также специально подобранные психокоррекционные и медитативные сказки).

Погружаясь вместе с ребенком в мир волшебства и фантазии, мы попадаем в совершенно другую реальность, в которой ребенок чувствует себя как рыба в воде, легко получая нужную информацию об окружающем мире, его закономерностях, о взаимоотношениях между людьми, которой затем может пользоваться в своей повседневной жизни, справляясь со своими проблемами и восстанавливая свое эмоциональное равновесие.

Программа «Путешествие на планету разноцветных сказок» рассчитана на детей старшего дошкольного возраста, направлена на достижение следующих целей:

- формирование нравственных качеств – усвоение моральных ценностей, нравственных норм, принятых в обществе;
- развитие эмоциональной сферы;
- развитие личностной сферы – формирование адекватной самооценки, повышение уверенности в себе;
- развитие волевой сферы – произвольности психических процессов, саморегуляции поведения;
- развитие коммуникативных умений, необходимых для успешной интеграции в общество.

Программа состоит из 10 занятий. Первое занятие является вводным. Оно направлено на создание эмоционально комфортной обстановки для всех детей, способствует развитию мотивации для дальнейших занятий, включает в себя диагностические игры.

Следующие восемь занятий-сказок являются коррекционно-развивающими, ориентированными на решение различных проблем.

Десятое занятие является заключительным, итоговым. Вспоминаются все сказочные путешествия; проводится углубленный самоанализ, рефлексия всеми детьми, осмысление своих чувств, поступков, отношения к самому себе и к другим людям.

Занятия построены таким образом, что один вид деятельности сменяется другим. Каждое занятие имеет следующую структуру:

– ритуал встречи для снятия эмоционального напряжения, создания благоприятной атмосферы;

– путешествие в сказку;

– обсуждение, беседа, проигрывание сюжета сказки;

– упражнения и задания в игровой форме;

– итоги работы, рефлексия;

– ритуал окончания прощания.

После цикла «сказочных занятий» в каждом ребенке происходят позитивные изменения. Находясь в состоянии эмоционального комфорта, ребенок полноценно и гармонично развивается. Повышается самооценка детей, появляется вера в свои силы.

Наряду с развитием тактильно-кинестетической чувствительности и мелкой моторики развивается речь, творческие способности, интеллектуальная и познавательная сферы. Уходят многие проблемы: агрессия, страхи, тревожность. Улучшаются и детско-родительские отношения: дети начинают понимать родителей, а родители – детей.

Сказка помогает нам находить дорогу к душе ребенка. Наша задача – обнаружить источник, ресурс большой силы в маленьком человеке, бережно сохранить и научить правильно его использовать.

Литература

1. Грабенко Т. М., Зипкевич-Евстигнеева Т. Д. Чудеса на песке. Песочная игротерапия. СПб. : Златоуст, 1999.
2. Гишлепрейтер Ю. Б. Продолжаем общаться с ребенком. Так? М. : АСТ, Астрель, 2008.
3. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Практикум по сказкотерапии. СПб. : Речь, 2014.
4. Хухлаева О. В. Хухлаева О. В. Лабиринт души: Терапевтические сказки. М. : Акад. проект, 2004.