

И.В.Вачков,
доктор психологических наук, профессор,
Московский городской психолого-педагогический университет

Сказкотерапия в работе детского психолога

Общее представление о сказкотерапии

Сегодня слово «сказкотерапия» уже не вызывает недоуменных взглядов и уточняющих вопросов у практических психологов. Слово знакомое, часто используемое в обиходе. Сказкотерапевтов можно встретить в детских садах и психологических центрах, хосписах и больницах. Однако до сих пор это чарующее слово «сказкотерапия» понимается психологами очень по-разному, и смыслы, которые в него вкладываются, отличаются порой не меньше, чем, скажем, бытовые сказки и волшебные.

Одним из камней преткновения является, по-видимому, буквальная расшифровка слова «сказкотерапия» – «лечение сказками». Вообще понятия, имеющие в своем составе часть «терапия» (гештальттерапия, телесная терапия и подобные), не получили полной легитимности в системе образования (в том числе, дошкольного). Ведь в функциональных обязанностях детского психолога не предусмотрены психотерапевтические процедуры. Более того: медики периодически напоминают психологам о запрете «внедряться на чужую территорию». Психотерапия, по их мнению, - сугубо медицинская область. Им, правда, невдомек, что психологи и не претендуют на то, чтобы кого-нибудь «лечить». И психотерапевтические методы (лукаво называя их психокоррекционными) используют не для работы с психопатологиями, а - чаще всего - в развивающих целях. Поэтому, чтобы как-то оправдать и объяснить применение психотерапевтических методов психологами, в последние годы все чаще говорят о психологической модели психотерапии. Впрочем, в дошкольном образовании использование даже такой модели пока не признано.

Хотя сказкотерапию назвать клиническим психотерапевтическим методом тоже вроде бы нельзя. Во всяком случае, в солидной и серьезной «Психотерапевтической энциклопедии», вышедшей в 1999 году под редакцией Б.Д.Карвасарского, никаких упоминаний о сказкотерапии мне найти не удалось. Значит, все-таки это психологический метод? И да, и нет. Потому что сказку используют и врачи, и психологи, и педагоги, И каждый специалист находит в сказке тот ресурс, который помогает ему решать его профессиональные задачи.

Один из самых авторитетных в этой области психологов Т.Д.Зинкевич-Евстигнеева (2000) так определяет сказкотерапию как набор способов передачи знаний о духовном пути души и социальной реализации человека, как воспитательную систему, сообразную духовной природе человека.

Раскрывая свое понимание, она пишет о том, что сказкотерапия это и «открытие тех знаний, которые живут в душе и являются в данный момент

психотерапевтическими» (там же, с.8), и «процесс поиска смысла, расшифровки знаний о мире и системе взаимоотношений в нем» (там же, с.8), и «процесс образования связи между сказочными событиями и поведением в реальной жизни» (там же, с.9), и «процесс объективации проблемных ситуаций» (там же, с.12), и «процесс активизации ресурсов, потенциала личности» (там же, с.12), и «процесс экологического образования и воспитания ребенка» (там же, с.13), и «терапия средой, особой сказочной обстановкой, в которой могут проявиться потенциальные части личности, нечто нереализованное, может реализоваться мечта» (там же, с.14), и «процесс подбора каждому клиенту его особенной сказки» (там же, с.15). Безусловно, все эти аспекты могут быть выделены в содержании сказкотерапевтической работы. Однако такое определение сказкотерапии носит скорее функциональный характер и оставляет в тени сущность самого метода.

Врач-сказкотерапевт А.В.Гнездилов выделяет в качестве предмета сказкотерапии «процесс воспитания Внутреннего Ребенка, развития души, повышение уровня осознанности событий, приобретение знаний о законах жизни и способах социального проявления созидательной творческой силы» (2002, с.6). Кроме того, он подчеркивает, что «сказкотерапия – это еще и процесс «вспоминания» и возвращения подростку и взрослому гармоничного мироощущения» (там же).

Не опровергая мнения признанных специалистов, рискнем высказать собственную трактовку этого термина. Но сначала расскажем коротенькую сказку, придуманную одним маленьким мальчиком.

Однажды заяц спросил лису: «Почему ты такая хитрая и злобная и ловишь нас, зайцев? Стань лучше такой же доброй, робкой, тихой, как мы». Лиса подумала и попыталась стать доброй, робкой и тихой. И у нее стали расти уши.

Вот так – незатейливо, образно и метафорично – ребенок поведал о том, что каждый должен быть самим собой.

Таким образом, можно дать следующее определение: *сказкотерапия – это такое направление практической психологии, которое, используя метафорические ресурсы сказки, позволяет людям развить самосознание и построить особые уровни взаимодействия друг с другом, что создает условия для становления их субъектности.*

Главным средством психологического воздействия в сказкотерапии является метафора как ядро любой сказки. Именно глубина и точность метафоры определяют эффективность сказкотерапевтических приемов в работе с детьми и взрослыми (об этом речь шла выше).

При этом, думается, вполне правомерно рассматривать сказкотерапию, прежде всего, как **психологический** метод, поскольку важнейшие цели, достигаемые с помощью этого метода (развитие самосознания и построение высоких уровней взаимодействия между субъектами) имеют психологический характер. Однако возникает вопрос: а есть ли основания считать важнейшими целями сказкотерапии именно эти? И второй: почему

же сказкотерапия может стать одним из важнейших методов работы детского психолога?

Психолого-педагогическая практика настоятельно требует разработки адекватных методов, приемов, технологий, направленных на повышение уровня самосознания как основного условия развития взрослого и ребенка, их становления как субъектов саморазвития. Для этого могут быть использованы качественно новые средства имажинативного (от *imago* – образ, представление) характера – специально созданные психологические сказки.

Сказкотерапия – это достойный инструмент из арсенала детского психолога. И использовать его следует максимально эффективно.

Психологические особенности сказки

Исследователи (лингвисты, психологи, философы) не раз отмечали, что в волшебных сказках постоянно используется прием материализации целого ряда категорий: все значимые для ее содержания элементы приобретают четкую форму, выраженную телесность (например, волшебные способности представлены в виде предметов или существ – конь, скатерть, печь, золотая рыбка и т.д.); конфликты, споры реализуются не в нудных препирательствах, а в конкретных действиях, чаще всего соревновательных: кто со Змеем справится, кто дальше стрелу пустит.

Е.В.Улыбина предлагает рассматривать "правильные" и "неправильные" тексты. "Правильные" связаны с верой в то, что мир справедлив и каждый получает в нем то, что заслуживает. Они составляют основную часть официальной культуры или близки к ней по духу; направлены на упрочение существующего мира, выражают ценности стабильности и значимости принадлежности к группе. "Неправильные" тексты рассказывают о нарушениях основных запретов, налагаемых культурой на человека, показывают несовпадение морали и успеха, силы и добродетели. Мир, изображенный в них, не удобен, не пригоден для жизни, и соблюдение в нем любых правил либо глупо, либо трагично. В массовую культуру "неправильные" тексты почти не попадают.

По мнению Е.В.Улыбиной, оба вида текстов выполняют в человеческой психике защитную функцию, сосуществуют на уровне обыденного сознания, воспроизводя исходную амбивалентность и поддерживая полноту системы смыслов. Нарушение этой системы негативно сказывается на функционировании личности. Таким образом, раскрывая вместе с детьми неочевидные смыслы таких, например, трагических сказок, как «Русалочка» или «Снегурочка», психолог может способствовать развитию у них новой картины мира.

В процессе использования сказкотерапии в своей работе детскому психологу следует учитывать следующие психологические механизмы воздействия сказок.

Во-первых, волшебные сказки есть символическое отражение древних ритуалов, важнейшим из которых для сказок выступила инициация.

Преодолевая разнообразные трудности, герой получает возможность изменения - перехода на иной качественный уровень.

Во-вторых, сказки описывают глубинный опыт проживания эмоциональных кризисов, характерных для развивающегося человека. Это может быть непосредственный телесный опыт, связанный с прохождением психофизиологических кризисов. Воздействуя на бессознательном уровне, сказки включают адекватные механизмы защиты Я, в частности, адаптационные механизмы, помогающие преодолеть кризис.

В-третьих, воспроизводя кризисные жизненные ситуации, сказка учит ребенка продуктивно переживать страх и обращаться со страхом, направляя, проецируя его в конкретные сказочные образы (Я.Л.Обухов).

В-четвертых, образы сказки не только проецируются на реальную жизненную ситуацию слушателя и воспроизводят в метафорической форме моральные нормы и принципы взаимоотношений между людьми, но и включают глубинные механизмы бессознательного за счет непривычных для разума архетипических элементов (Е.Ю.Петрова).

В-пятых, сказка лишь тогда воздействует на человека, когда возникает сходство между семантическим пространством его души и семантическим пространством сказки.

И, наконец, в-шестых, при оценке силы воздействия сказки на слушателя не следует забывать о ее эстетической, художественной стороне. Особенно это касается авторских сказок (народные при внешней скудости используемых эстетических средств потрясающе отшлифованы столетиями использования).

Буквальный смысл сказки воспринимается сознанием, в то же время подсознание занимается более тонким и кропотливым делом: разгадыванием и обработкой метафорических сообщений, расшифровкой скрытого смысла, второго плана, неочевидного содержания. Если на сознательном уровне ребенок воспринимает сказочные метафоры как иной, вымышленный, мир и проживает ее события не вполне всерьез, играючи, то его подсознание "верит" в сказочные ситуации как в реальные. Психологами не раз отмечалось, что метафорический смысл сказки часто усваивается только на подсознательном уровне и задает нужную программу изменений в поведении, переструктурирования ценностей, взглядов и позиций. Это и позволяет считать сказки и метафоры важным психотерапевтическим приемом, помогающим ребенку упорядочить свой внутренний мир. Специалисты-практики, использующие в психотерапевтической работе метафоры, обращают внимание, что желаемые перемены не всегда наступают, если человек старается вспомнить метафору на сознательном уровне. Опыт показывает, что человек редко вспоминает о метафоре, она действует вне и помимо его сознания.

Формы и средства реализации сказкотерапевтического метода

Можно обозначить следующие важные особенности применения сказкотерапии.

Во-первых, сказка всегда, во всех поколениях служила средством **встречи** ее слушателя или читателя (обычно ребенка), 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. Об этом много писали К.Г.Юнг и его последователи.

Во-вторых, все отдельные функции сказкотерапии (и не только сказкотерапии, кстати, но и других психологических методов) в конечном итоге направлены к одной цели – помочь человеку развиваться наиболее оптимальным и естественным для него образом, реализуя свои возможности. А базовым условием такого развития является повышение уровня самосознания – надо же иметь представление, что и как развивать в себе.

В-третьих, 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-четвертых, поскольку одной из важнейших задач практической психологии образования в настоящее время принято считать создание оптимальных условий для естественного психического развития детей, то следует помнить о значении социальных взаимодействий ребенка. А значит, в построении эффективного взаимодействия между субъектами образовательной среды - того, над чем приходится работать детскому психологу, - сказкотерапия может оказать неоценимую помощь.

В настоящее время в сказкотерапии как направлении практической психологии получила широкую известность типология сказок, предложенная Т.Д.Зинкевич-Евстигнеевой (1998), которая включает в себя художественные (народные и авторские), психотерапевтические, психокоррекционные, дидактические, медитативные.

Как справедливо указывает сама Т.Д.Зинкевич-Евстигнеева, художественные сказки имеют и дидактический, и психокоррекционный, и психотерапевтический и даже медитативный аспекты. Уже этот факт, на наш взгляд, свидетельствует о некоторых недостатках предлагаемой ею типологии сказок, главным из которых является неясность критерия классификации.

На наш взгляд, более правомерным было бы разделение всей совокупности сказок на фольклорные и авторские. При этом в обоих типах сказок можно выделить художественные, дидактические, психокоррекционные, психотерапевтические и психологические. Основным критерием классификации может служить такой очевидный параметр, легко выделяемый почти в любой (особенно в авторской) сказке, как цель воздействия сказки на слушателя (читателя).

Как легко увидеть, нами введен еще один вид сказок, которого нет в типологии Т.Д.Зинкевич-Евстигнеевой - психологические сказки

(психосказки). Мы считаем, что **психологическая сказка (психосказка)** является особой разновидностью сказок, которая не сводится ни к художественной (авторской), ни к психотерапевтической. Хотя, думается, такая сказка должна быть и художественной по форме, и содержать в себе психотерапевтический потенциал. Целями психологической сказки являются: раскрытие перед ребенком глубин его собственного внутреннего мира, развитие его самосознания, знакомство с основными психологическими понятиями, помощь на пути становления его личности.

Большинство сказок, созданных психологами под конкретную психокоррекционную или психотерапевтическую задачу, предназначено, к сожалению, для «одноразового использования». Вместе с тем, психологические сказки могут быть, как представляется, применены неоднократно и весьма продуктивно в работе с разным контингентом детей - и с одними и теми же детьми при акцентировании разных аспектов сказки. Особую роль психологические сказки играют в процессе преподавания психологии.

Мы определяем **психологическую сказку** как содержащую вымысел авторскую историю, содействующую оптимальному ходу естественного психического развития детей через развитие самосознания и передающую в метафорическом виде информацию о внутреннем мире человека.

Дети слушают чтение сказок на занятиях, обсуждают их по вопросам, задаваемым педагогом, предлагают собственные модели понимания.

Телесный и конкретный язык сказок открывает детям путь наглядно-действенного и наглядно-образного постижения мира и человеческих отношений, что вполне адекватно психологическим особенностям дошкольников.

Любопытно, что, по мнению некоторых специалистов, сказки содержат в себе значительно меньше метафор, чем другие литературные тексты. Причину этого Тереза Добжиньская, например, видит в следующем: "При наличии сказочной жанровой рамки, те выражения, которые в любом другом тексте могли быть употреблены лишь в качестве метафор (при буквальном прочтении они были бы абсурдны, так как описывали бы невозможные в действительности ситуации) в сказке даже в буквальном прочтении воспринимаются как норма" (1990, с.479). Далее она добавляет: "Тот факт, что метафора достаточно редко встречается в сказках, объясним и с чисто литературной точки зрения: мир сказки настолько богат чудесными событиями, что его необязательно приукрашивать за счет тех средств, которые предлагает метафора, то есть взгляда на мир через призму других явлений или предметов" (1990, с.489).

Не пытаясь опровергать это положение, заметим лишь, что здесь речь идет о метафоре как о перенесении свойств и признаков одних предметов на другие именно **в рамках самой сказки**, то есть метафора редко встречается **внутри** сказки. Метафора выходит **за пределы** сказки: она становится тем мостиком, который соединяет реальный мир психических явлений с его фантастическим изображением в сказках. Иными словами, на

сказочные предметы и персонажи переносятся свойства совершенно других классов предметов - внешних по отношению к сказке, а потому метафора становится в этом случае важнейшим приемом.

Понимание и проживание через сказку содержания, свойственного внутреннему миру любого человека, позволяют ребенку распознать и обозначить собственные переживания и собственные психические процессы, понять их смысл и важность каждого из них.

Если целью терапевтической метафоры является изменение, создание новой шкалы ценностей через идентификацию ребенка с событиями и героями сказки, то метафора в наших психологических сказках во многом сходна по своим функциям с литературной метафорой, где целью является описательность, красочность, образность. Впрочем, сам материал сказочных метафор связан с внутренним миром ребенка, а потому обеспечивает задействование ряда структур детского "Я", выводя функции метафоры за рамки чисто описательных.

В сказках, используемых детскими психологами в дошкольном образовании, психотерапевтический и художественно-эстетический аспекты не являются основными, уступая приоритет личностно-развивающему. Поэтому для нас одной из важнейших функций сказочной метафоры является помощь в расширении детского самосознания, углублении представлений о психическом мире человека и активизации внутренних ресурсов. Многим детям бывает трудно воспринимать абстрактные психологические понятия. Прямое, логическое изложение часто не помогает в преодолении трудностей понимания, а напротив, усугубляет их. Используя особенности метафоры, "сокращающей" словесное изложение, сжимающей содержание до яркого конкретного образа, удастся перешагнуть через длительные объяснения сразу к интуитивному пониманию, улавливанию" важнейших смыслов.

1. Белинская Е.В. Сказочные тренинги для дошкольников и младших школьников. – СПб.: Речь, 2006. – 125 с.
2. Вачков И.В. Сказкотерапия. Развитие самосознания через психологическую сказку: Учебное пособие. – 3-е изд., перераб. и доп. - М.: Осъ-89, 2007. – 144 с.
3. Гнездилов А.В. Авторская сказкотерапия. Дым старинного камина (сказки доктора Балю). – СПб.: Речь, 2002. – 292 с.
4. Дикманн Х. Юнгианский анализ волшебных сказок. Сказание и иносказание. СПб.: Академический проект, 2000. – 256 с.
5. Добжиньская Т. Метафора в сказке // Теория метафоры. М.: Прогресс, 1990. С. 476-492.
6. Доценко Е.Л. Семантическое пространство психотехнической сказки // Журнал практического психолога. 1999. № 10-11. С. 72-87.
7. Защирина О. В. Сказка в гостях у психологии. Психологические техники: сказкотерапия. СПб.: "Издательство ДНК", 2001. – 152 с.

8. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Практикум по сказкотерапии. СПб., 2000. – 310 с.
9. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Путь к волшебству. Теория и практика сказкотерапии. СПб., 1998.
- 10.Обухов Я.Л. Для чего нужны страшные сказки // Школа здоровья. - 1997. № 3. - С. 115-117.
- 11.Петрова Е.Ю. Проблема использования сюжетов народной волшебной сказки в психокоррекционной и педагогической работе // Журнал практического психолога. 1999. № 10-11. С. 207-225.
- 12.Практика сказкотерапии / Под ред. Н.А.Сакович. – СПб.: Речь, 2004. – 224 с.
- 13.Пропп В.Я. Морфология сказки. Исторические корни волшебной сказки. (Собрание трудов В.Я.Проппа). М.: Лабиринт, 1998.
- 14.Пропп В.Я. Русская сказка. (Собрание трудов В.Я.Проппа). М.: Лабиринт, 2000.
- 15.Психотерапевтическая энциклопедия / Под ред. Б.Д.Карвасарского. СПб.: Питер Ком, 1999. – 752 с.
- 16.Соколов Д.Ю. Сказки и сказкотерапия. – 4-е изд., испр. и доп. - М.: Изд-во Института психотерапии, 2005. – 224 с.
- 17.Улыбина Е.В. Психология обыденного сознания. – М.: Смысл, 2001. – 263 с.
- 18.Франц фон М.-Л. Психология сказки. Толкование волшебных сказок. Психологический смысл мотива искупления в волшебной сказке. СПб., 1998. – 360 с.
- 19.Черняева С.А. Психотерапевтические сказки и игры. СПб.: Речь, 2002. – 168 с.
- 20.Яничев П.И. Психологические функции волшебной сказки // Журнал практического психолога. 1999. № 10-11. С. 27-37.