

## 5.8.7. Методология и технология профессионального образования

УДК 37

DOI 10.37493/2307-907X.2022.5.19

**Волков Александр Александрович, Чурсинова Ольга Владимировна**

## **ВОЗМОЖНОСТИ СКАЗКОТЕРАПИИ В ГРУППОВОЙ И ИНДИВИДУАЛЬНОЙ РАБОТЕ С ДЕТЬМИ И ВЗРОСЛЫМИ**

*Рассматриваются возможности сказкотерапии в групповой и индивидуальной работе с детьми и взрослыми, а также эффективность применения сказкотерапевтических техник и упражнений в практике педагога-психолога. Применение данных техник в работе педагога-психолога с субъектами образовательной деятельности позволяет снижать сопротивление, открывать внутренние ресурсы и опоры для решения сложных жизненных ситуаций, развивать креативные способности, осуществлять профилактику эмоционального выгорания, прорабатывать детско-родительские отношения. Кроме того, в статье сделан акцент на антикризисной функции сказок и возможностях их применения в профилактике эмоционального выгорания педагогов. Анализируются возможности интеграции сказкотерапии с такими направлениями, как изотерапия, метафорические ассоциативные карты и др. Авторами статьи были разработаны практико-ориентированные курсы повышения квалификации «Сказкотерапия в профессиональной деятельности педагога-психолога», которые проводятся на базе ГБУ ДПО «СКИРО ПК и ПРО» и доказывают эффективность сказкотерапии в работе с субъектами образовательной деятельности.*

**Ключевые слова:** сказкотерапия, коррекция, подросток, поведение, архетип, метафора.

### **Alexandr Volkov, Olga Chursinova STORYTELLING AS A TOOL FOR TREATING BEHAVIORAL PROBLEMS IN CHILDREN AND ADOLESCENTS**

*The possibilities of a skazkoterapiya in group and individual work with children and adults and also efficiency of application skazkoterapevtichesky the technician and exercises in practice of the educational psychologist are considered. Application of data the technician in work of the educational psychologist with subjects of educational activity allows to reduce resistance, to open internal resources and support for the solution of difficult life situations, to develop creative abilities, to perform prevention of emotional burning out, to study the child parental relations. Besides, in article the emphasis on anti-recessionary function of fairy tales and opportunities of their application in prevention of emotional burning out of teachers is placed. Abilities to integrate a skazkoterapiya with such directions as isotherapy, metaphorical associative cards, etc. are analyzed. Authors of article developed the practice-focused advanced training courses «Skazkoterapiya in professional activity of the educational psychologist» which are carried out on the basis of State Budgetary Institution DPO «SKIRO PK i PRO» and prove efficiency of a skazkoterapiya in work with subjects of educational activity.*

**Key words:** storytelling, correction, adolescent, behavior, archetype, metaphor.

**Введение / Introduction.** Сказкотерапия подходит для решения самых разных проблем, открывая перед детьми и взрослыми дверь к их внутреннему миру, показывая новые пути и выходы из проблемных жизненных ситуаций, позволяя отыскать в себе внутренние ресурсы. Особое значение при работе в рамках сказкотерапии приобретают труды К. Г. Юнга и его последователей (М. Л. фон Франц, К. Эстес и др.) отмечавших, что в сказках находят отражение психическая реальность человека и его внутренние противоречия. Сказка является отражением коллективного бессознательного.

К. Эстес в своей работе «Бегущая с волками» акцентирует внимание на изучении сказочных архетипов и познание себя, процесс индивидуации.

Сказкотерапевт И. В. Вачков основной акцент делает на влияние средств сказкотерапии на внутреннюю гармонизацию человека, его отношения с окружающим миром.

Сказки обладают психотерапевтическим, обучающим и психокоррекционным эффектом. Они полны метафор, точно и емко отражающих жизненные события [2].

Терапевтическая функция сказочных метафор заключается в символической форме передачи информации о том, какие трансформации ожидают человека в разные периоды его жизни, как устроен мир, с какими проблемными ситуациями можно встретиться в жизни и как их решать, как выбирать жизненные цели и ценности и дорожить ими и др. [1].

В работе с детьми сказкотерапия позволяет осознать причины их поведения, удовлетворяя трем естественным психологическим потребностям:

- потребность в автономности. Герой сказок самостоятельно отправляется в дальний путь, преодолевая встречающиеся препятствия и преграды;
- потребность в знаниях и опыте. Ребенок идентифицирует себя с героем, тем самым получая опыт преодоления самых невероятных препятствий, развивая определенные копинг-стратегии;
- потребность в активности. Герой сказки никогда не является инертным, он всегда в движении, в поиске.

**Материалы и методы / Materials and methods.** Цель исследования – изучение основных возможностей сказкотерапии в групповой и индивидуальной работе с детьми и взрослыми.

Задачи исследования:

- проанализировать основные возможности сказкотерапии в групповой и индивидуальной работе с детьми и взрослыми;
- исследовать эффективность применения сказкотерапевтических техник и упражнений в практике педагога-психолога с субъектами образовательной деятельности;
- исследовать возможности интеграции сказкотерапии с различными направлениями (изотерапия, метафорические ассоциативные карты и т. д.);
- проанализировать антикризисные функции сказок и их потенциал в работе с детьми и взрослыми.

Проводимое исследование базируется на применении общенаучных методов: метод теоретического анализа и синтеза, сравнение, систематизация, обобщение, наблюдение. С помощью указанных методов проанализированы основные возможности сказкотерапии в групповой и индивидуальной работе с детьми и взрослыми, а также эффективность применения сказкотерапевтических техник и упражнений в практике педагога-психолога с субъектами образовательной деятельности, антикризисные функции сказок.

На практических занятиях применялись сказкотерапевтические техники, направленные на проработку актуального эмоционального состояния, развитие креативности, самосознания и т. д.

**Результаты и обсуждение / Results and discussion.** На практических занятиях, работая в русле сказкотерапии, мы можем применять различные жанры: притчи, саги, легенды, мифы.

С подростками и взрослыми очень эффективна работа с притчами. В качестве примера приведем основные варианты работы с притчей.

1. Завершение притчи. Мы рассказываем начало притчи, а подросток завершает ее. На следующем этапе осуществляется совместный анализ его варианта завершения: как можно было бы по-другому завершить эту историю, какие установки, устоявшиеся паттерны поведения выражены. Данный вариант наиболее эффективен в групповой работе с подростками, так как позволяет увидеть многообразие вариантов.
2. Рисунок притчи. Во время чтения или прослушивания аудиопритчи предлагается делать рисунки-наброски. Н. В. Балабанова указывает на то, что наиболее эффективно в данном случае применять такие материалы, как уголь и листы крафт-бумаги (А5). Продукты творчества также становятся объектом анализа.

3. Рассказывание притчи в группе.
4. Сочинение притчи. Вначале мы знакомим подростков со структурой притчи:
  - обозначение места события;
  - завязка – появление проблемы;
  - преодоление препятствий;
  - задание, выступающее как обучающая ситуация;
  - нахождение решения;
  - ключевая фраза, намекающая на некое нравоучение, но не формулирующая его прямо.

В соответствии с обозначенной структурой предлагается написать притчу, а затем ее проанализировать.

В практической работе довольно часто нами использовались дзенские, даосские, суфийские и др. притчи.

Между притчами и сказками есть много общего. Например, рассказывая подростку притчу, мы предоставляем ему возможность самостоятельно извлечь из нее определенную истину. При работе со сказкой происходит этот же процесс.

Психокоррекционные сказки направлены на коррекцию поведения ребенка, замещение непродуктивных паттернов поведения на продуктивные. Данная категория сказок наиболее эффективна в работе с детьми от 3–4 лет примерно до 11–3 лет.

Рассмотрим алгоритм построения психокоррекционной сказки, включающий в себя следующие шаги:

- герой сказки должен быть похож на ребенка по возрасту, личностным и поведенческим проявлениям. На этом этапе важно учитывать возрастные особенности. Так, для 3–4-летних детей в качестве главных героев могут выступать животные, игрушки. Дети старшего дошкольного и младшего школьного возраста любят волшебные сказки, и героями становятся чародеи, маги, феи, принцессы и принцы, солдаты. Подросткам могут быть интересны сказки-притчи и фэнтезийные сказки [1].
- жизнь героя в сказочном мире должна быть похожа на жизнь ребенка;
- возникновение проблемной ситуации, схожей с реальной ситуацией ребенка (он тоже испытывает страх, чувство одиночества и т. д.). Главная задача данного этапа – показать ребенку, что любая жизненная ситуация есть кристалл со множеством граней, предложить альтернативные модели поведения. Это важно вследствие того, что в тяжелых, проблемных ситуациях у ребенка, как и любого человека, проявляется тоннельное восприятие, сознание сужается, и ситуация рассматривается однобоко, чаще всего как безвыходная;
- поиск выхода из сложившейся ситуации [3];
- герой понимает свою неправоту и пытается измениться.

Для написания психокоррекционных сказок необходимо понимать основные причины дезадаптивного поведения ребенка:

- привлечение внимания;
- желание доминировать;
- месть;
- страхи и тревоги.
- низкий уровень развития самоконтроля.

Психокоррекционные сказки позволяют снижать уровень агрессии и тревожности у детей и подростков, прорабатывать страхи и др. С этой целью педагог-психолог может либо самостоятельно сочинять коррекционные сказки для конкретного ребенка под его проблему, либо пользоваться в своей работе готовыми сказками. Очень богатый спектр психокоррекционных сказок предлагает В. Голобородова в своей книге «Сказкотерапия для больших и маленьких» [2].

Сказкотерапия замечательно сочетается с изотерапией, метафорическими ассоциативными картами (МАК), работой с фольгой, куклотерапией и др.

МАК и сказкотерапия гармонично согласовываются друг с другом, так как в основе этих методов лежит метафора и проекция. Для сочинения сказок с помощью метафорических ассоциативных карт есть интересные техники, применяемые как в групповой, так и в индивидуальной работе:

- 1) «Сказка по одной карте». Предлагаем в закрытую выбрать из любой сказочной колоды МАК («Эра», «Мастер сказок», «Тайны старого леса», «Путь героя») одну карту и на основе изображения сочинить сказку;
- 2) «Проясни свои силы». Клиент формулирует запрос. Для этого ему необходимо подумать о ситуации или вопросе, которые требуют разрешения, но он не знает, как его решить, или не уверен в своих силах, не чувствует их. Далее из колоды МАК «Волшебные силы» в закрытую выбирает 3 карты: 1-я карта – в чем моя явная сила; 2-я карта – в чем моя скрытая сила; 3-я карта – что за силу мне предстоит найти, решая эту ситуацию;
- 3) «Коллективный рисунок». На одном листе каждый участник рисует деталь заранее выбранного сюжета (портрет сказочного героя, морское дно, утро в лесу и т. д.). Затем все участники придумывают название получившейся картине и сочиняют общую сказку;
- 4) «Легенда» (по Н. В. Балабановой), применяется в групповой работе с подростками и взрослыми. Участникам раздается фольга, из которой предлагается вылепить, любой образ, пришедший в голову. Затем каждый представляет результаты своего творчества. Это могут быть короны, мечи, ожерелья, перстни, цветы, яблоки из фольги. На следующем этапе мы разбиваем участников на подгруппы по 4–5 человек и предлагаем сочинить легенду, в которой будут упомянуты все предметы, которые у каждого участника группы получились из фольги;
- 5) «Герой и антигерой». Предлагаем в открытую выбрать две карты – одну, которую можно считать героем сказки, а вторую – злым, «нехорошим» персонажем. Далее необходимо назвать не менее 10 определений к каждому персонажу. Например: пылает огнем, дарит подарки, красивая, злой, глупый и др. Поразмышлять, что в нас есть от каждого персонажа. Сочинить и нарисовать сказку, в которой были бы оба эти персонажа;
- 6) с помощью сказочных колод можно также составить коллективную сказку. Каждый участник группы по очереди вытягивает карту, не показывая ее, открывает и описывает то, что он видит, но так, чтобы при этом получилась общая история.

В сказкотерапию также органично встраивается применение «Кубиков историй». Для этого необходимо взять девять кубиков, хорошенько встряхнуть и выбросить на стол. Выбрать первый кубик с выпавшим изображением, с которого начнется и продолжится рассказ: «Однажды...», связав остальные картинки в одну единую историю. Можно усложнять задание, попросив каждую группу написать историю в определенном жанре.

Достаточно весело воспринимается как детьми, так и взрослыми задание переписать хорошо известную сказку на определенный лад. Например, одна группа переписывает сказу «Репка» в фантастическом жанре, вторая группа – на языке эльфов, третья группа – в детективном жанре. Такого рода задания направлены на развитие навыков командной работы, коммуникативных навыков, креативности.

Изотерапия дополняет возможности сказкотерапии. Сочетая эти два направления, можно предложить очень интересные и эффективные техники. Например, мы просим участника нарисовать на листе формата А4 фрагмент из любимой сказки, который олицетворяет счастье, то, что

«греет душу». На другом листе нарисовать фрагмент из сказки, который не нравится, с которым клиент не согласен и вообще бы убрал его из этой сказки. После выполнения рисунков проводится обсуждение и анализ;

- расскажите о своих сказках;
- какие эпизоды сказки вы рисовали и почему именно на них заострили свое внимание?
- как-нибудь это отражается в вас?
- насколько было легко рисовать?
- что чувствовали в процессе выполнения этого задания?

Можно комбинировать написание сказки с тестом «Несуществующее животное». Просим детей нарисовать два рисунка: несчастное несуществующее животное и счастливое несуществующее животное, а затем придумать сказку с этими персонажами, которая должна завершиться их конструктивным взаимодействием. В том случае, если ребенок отказывается рисовать, в качестве альтернативы ему можно предложить поработать с колодой МАК Н. Буравцевой «Nonimals». Данная колода включает 70 карт-изображений самых необычных представителей животного мира.

Для подростков особенно важны когнитивный и творческий аспекты сказкотерапии. Анализ сказок (когнитивный аспект) позволит изменить или существенно обогатить взгляд на привычные ситуации, соприкоснуться с духовными ценностями. Сочинение, рисование, изготовление кукол, драматизации сказок (творческий аспект) позволят высвободить творческую энергию воображения ребенка.

Сказки, мифы, легенды, притчи являются хранителями архетипов, поэтому в работе с подростками эффективно применять техники, направленные на самопознание и проработку своих архетипов. Самым ярким архетипическим образом в русских сказках является довольно противоречивый образ Бабы-Яги, которая предстает перед нами и как воительница, и как наставница и дарительница, и как похитительница [4].

Для более глубокой проработки образа Бабы-Яги применяем колоду метафорических ассоциативных карт «ЯГА» Русланы Ходулиной, на основе которой выполняем такие техники, как «Моя Яга», «Мой путь», «Мой дом». В случае если в арсенале нет данной колоды, можно разбить предложить участникам нарисовать Бабу-Ягу или сделать коллаж. На сделанном рисунке обозначить личностные качества Яги и ее главные атрибуты, а затем провести анализ.

Для педагогов-психологов нами разработаны курсы повышения квалификации «Сказкотерапия в профессиональной деятельности педагога-психолога», которые проводятся на базе ГБУ ДПО «СКИРО ПК и ПРО». На занятиях педагоги-психологи оттачивают свое мастерство в написании психокоррекционных и дидактических сказок, знакомятся с огромным спектром сказкотерапевтических техник и методик, которые впоследствии могут применять в психолого-педагогическом сопровождении субъектов образовательной деятельности, проводят психологический анализ сказок, распознавая их глубокий сакральный код, совершают путешествие в сказочный мир на основе трансформационной игры «Коллизиум».

Сказки обладают антикризисным потенциалом, поэтому мы достаточно эффективно применяем их на тренинговых занятиях с педагогами по профилактике эмоционального выгорания.

Вслед за Т. Зинкевич-Евстегнеевой выделяем следующие антистрессовые свойства сказок:

- стиль и способ подачи информации. Информация в сказках подается размеренно, спокойно, иногда немного иронично, с проявлением эмпатии к героям;
- сказка утверждает торжество ценностей добра и мира;
- столкновение противоборствующих сил как метафорическое отображение иммунного ответа на всех уровнях психосферы;
- своевременность помощи. Герой никогда не останется без поддержки, утешения, крова и т. д.;
- изобретательность героев: даже в безвыходной ситуации герой найдет выход и т. д.

Свою эффективность показали в работе с педагогами медитативные сказки.

**Заключение / Conclusion.** Таким образом, сказкотерапия обладает огромным потенциалом в групповой и индивидуальной работе с субъектами образовательной деятельности, способствуя развитию самосознания и креативности, навыков командной работы, стрессоустойчивости, позволяя впитать опыт мудрых предков, отреагировать эмоции.

#### ЛИТЕРАТУРА И ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ

1. Бенелли, Л. Н. Психотерапевтические интервенции в работе с детьми и подростками: сказкотерапия как сопровождение процесса горевания у детей : учебное пособие / Л. Н. Бенелли. – Москва : МИТУ–МАСИ, 2020. – 48 с. – Текст : непосредственный
2. Голобородова, В. А. Сказкотерапия для больших и маленьких / В. А. Голобородова. – Саратов : Изд-во «КУБиК», 2021. – 288 с. – Текст : непосредственный
3. Каяшева, О. И. Библиотерапия и сказкотерапия в психологической практике / О. И. Каяшева. – Самара : Бахрах-М, 2012. – 286 с. – Текст : непосредственный
4. Сергеева, А. Дорога в Тридесятое царство: Славянские архетипы в мифах и сказках / А. Сергеева. – Москва : ООО «София», 2016. – 368 с. – Текст : непосредственный.

#### REFERENCES AND INTERNET RESOURCES

1. Benelli, L. N. Psihoterapevticheskie intervencii v rabote s det'mi i podrostkami: skazkoterapiya kak soprovozhdenie processa gorevaniya u detej (Psychotherapeutic interventions in working with children and adolescents: storytelling therapy as an accompaniment to the grieving process in children) : uchebnoe posobie / L. N. Benelli. – Moskva : MITU–MASI, 2020. – 48 s.
2. Goloborodova, V. A. Skazkoterapiya dlya bol'shih i malen'kih (Storytelling for the big and the small) / V. A. Goloborodova. – Saratov : Izd-vo «KUBiK», 2021. – 288 s.
3. Kayasheva, O. I. Biblioterapiya i skazkoterapiya v psihologicheskoy praktike (Bibliotherapy and storytelling in psychological practice) / O. I. Kayasheva. – Samara : Bakhrakh-M, 2012. – 286 s.
4. Sergeeva, A. Doroga v Tridesyatoe carstvo: Slavyanskije arhetipy v mifah i skazkah (The Road to the Tridentine Kingdom: Slavic Archetypes in Myths and Fairy Tales) / A. Sergeeva. – Moskva : ООО «Sofiya», 2016. – 368 s.

#### СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ

**Волков Александр Александрович**, доктор психологических наук, профессор, профессор кафедры правовая культура и защита прав человека СКФУ. E-mail: volkoffss@yandex.ru

**Чурсинова Ольга Владимировна**, кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры психолого-педагогических технологий и менеджмента в образовании Ставропольского краевого института развития образования, повышения квалификации и переподготовки работников образования. E-mail: djerci07@rambler.ru

#### INFORMATION ABOUT AUTHORS

**Alexandr Volkov**, doctor of psychology, Professor of the Department of legal culture and human rights protection, NCFU. E-mail: volkoffss@yandex.ru

**Olga Chursinova**, Candidate of Psychology Sciences, associate Professor of psychology and pedagogical technologies and management in education Stavropol regional Institute of education development improving teachers' qualifications and their retrainings, PhD. E-mail: djerci07@rambler.ru