

КАЗКОТЕРАПІЯ В РОБОТІ ПРАКТИЧНОГО ПСИХОЛОГА ДНЗ

У статті обґрунтовано актуальність, висвітлені мета та методи роботи практичного психолога ДНЗ за таким напрямом як казкотерапія.

Доведено, що найважливішим для дитини є емоційний зв'язок з батьками, якого вона іноді позбавлена через брак часу в дорослих, адже наразі багатьом батькам простіше включити дитині комп'ютер, планшет, телевізор або смартфон.

Бачимо, що багато дошкільнят уміють вмикати телевізор, користуватися новомодними гаджетами та грати в «стрілялки» на комп'ютері. Безконтрольний перегляд сучасних, «неякісних» мультфільмів, захоплення «дивними» комп'ютерними іграми виховує в дитячих душах агресію, всюдозволеність, егоїзм [1]. Потрібно пам'ятати, що з телевізором, комп'ютером й іншими гаджетами дитина не може встановити зворотний зв'язок, відповідно сучасна техніка не може прищепити дітям доброту, емпатію, взаємовиручку, турботу і т.п. Надмірне використання новітніх технологій може привести до емоційних та поведінкових розладів у дитини. Тому метою статті є висвітлення особливостей використання в дошкільному закладі такого давнього, але дещо забутого методу як виховання казкою.

У дитинстві кожна людина пройшла етап розвитку шляхом прослуховування казок. Ми уявляли себе головним героєм улюбленої казки, співчували героям, складали історії, адже саме створення історій є психотерапевтичним заняттям, тому що у свій творчий продукт людина вкладає частинку внутрішньої реальності.

Із давніх-давен через казки дорослі передавали життєву мудрість молодшому поколінню, прагнули виховувати його на народних ідеалах і поняттях про добро і зло, прищеплювали молоді моральні якості, складові правил поведінки, розвивали внутрішній світ дитини, у зашифрованому вигляді передаючи духовні знання.

Казка символічна за своєю суттю і звертається відразу до підсвідомої частини психіки, без непотрібного контролю і зайвого аналізу. Діти теж говорять мовою образів і метафор і часто не замислюються про логічність почутого. Для дітей казка – найкращий спосіб пізнавати навколишній світ [3].

Слова «казка», «чудо», «чарівництво» мають особливе значення для людей і розширюють межі дійсності. Казку, як відображення глибокої психіки людини, досліджували такі зарубіжні психологи як Р. Гарднер, Е. Фромм, Е. Берн, К. Юнг. Цей напрям також розроблявся багатьма педагогами й дитячими психологами Л. Виготським, Д. Ельконіним, М. Осоріною, В. Пропій ін. [5]. Ще К. Юнг зауважив, що персонажі казок, як

* © Трегуб О. О.

ПСИХОЛОГІЯ

і міфів, висловлюють різні архетипи і тому впливають на розвиток і поведінку особистості. Е. Берн указував на те, що конкретна казка може стати життєвим сценарієм людини.

Сучасні психологи Т. Зінкевич-Євстигнєєва, С. Черняєва, О. Гнездилов, Р. Ткач, І. Вачков присвятили свою роботу дослідженню казок. Вони зібрали й опрацювали величезний казково-метафоричний матеріал як авторських, так і народних дидактичних казок, історій, притч, який використовується не тільки психологами, а й педагогами в навчально-виховному процесі. Перетворивши казку на спеціальний метод психології, вони розвинули його в окремий напрям казкотерапії [4].

Казкотерапія – це процес пошуку, сенсу, інтерпретації знань про світ і систему взаємовідносин у ньому; перенесення казкових змістів у реальність; процес об'єктивізації проблемних ситуацій, активізації потенціалу особистості, усебічного навчання і виховання; терапія середовищем, особливою казковою ситуацією, у якій може матеріалізуватися мрія, а головне, у ній з'являється почуття захищеності [2].

Відтак казкотерапія – це екологічний, травмобезпечний, безболісний спосіб у спілкуванні з дітьми. Можливо, тому, що саме за допомогою казок (або під їх впливом) формується життєвий сценарій і, відповідно, за допомогою казки особистість проходить переосмислення, трансформацію, перетворення внутрішнього і зовнішнього світу та моделювання кращого майбутнього.

Актуальність використання і новизна комплексної казкотерапії полягає в об'єднанні багатьох методичних, педагогічних, лінгвістичних, психотерапевтичних прийомів в єдиний казковий контекст і адаптації їх до психіки дітей для формування самодостатньої особистості, тобто особистості, яка впевнена в собі, покладається на свої сили і незалежна від інших у своїх судженнях і прийнятті рішень. Психологічні механізми впливу казок полягають у тому, що, сприймаючи й засвоюючи казку, дитина задовольняє певною мірою найважливіші потреби, актуальні для неї саме в цей час.

Характеризуємо види казок, які ми використовуємо у власній практиці як метод казкотерапії:

Художні казки – це народні та авторські історії. Народні казки несуть у собі мудрість століть і часто містять безліч смислів. Авторські ж історії можуть більш тонко, дбайливо й образно передавати зміст і показувати приватні сторони життя людини.

Дидактичні (або навчальні) казки, можуть розкривати зміст і важливість певних наукових знань. У формі дидактичних казок «подаються» навчальні завдання.

Психокорекційні казки, покликані допомогти дитині у вирішенні проблем з поведінкою.

Психотерапевтичні казки корисні для більш глибокої, «лікувальної» роботи.

ПСИХОЛОГІЯ

Медитативні казки можуть використовуватися для заспокоєння, розслаблення і накопичення позитивного образного досвіду.

За допомогою казки можна діагностувати, формувати або коригувати певні структури і якості особистості.

За результатами опитування дітей дошкільного підрозділу Херсонського НВК №56 ми змогли визначити такі проблеми, які особливо хвилюють психологів та педагогів дошкільця:

- діти знають обмаль казок;
- не всі батьки читають дітям казки;
- є діти, які присвячують своє дозвілля лише комп'ютерним іграм та перегляду всіх підряд мультфільмів, що призводить до невміння спілкуватися, будувати діалог.

Тому пріоритетним напрямом практичний психолог у роботі з дошкільниками може обирати саме казкотерапію. Завдяки цьому методу у вихованні дитини можна досягти бажаного успіху м'яким, недирективним методом, досягаючи зазначеної мети.

У своїй практиці ми використовуємо художні, авторські психокорекційні, медитативні та психодіагностичні казки. Адже вони допомагають реалізувати головне завдання – профілактику та корекцію емоційних та поведінкових труднощів у дошкільнят. Більш детально розглянемо деякі види таких казок.

Психодіагностичні казки дають психологу інформацію, зашифровану в образах, з якими ототожнює себе дитина, і яку в подальшому потрібно використовувати при написанні корекційних казок. У психодіагностичній казці можна прослідкувати саме ту проблему, яка турбує дитину в конкретний момент часу. Додатково до них можна застосувати психодіагностичні проєктивні методики, часто використовувані в казкотерапії.

Психокорекційні казки використовуються для м'якого впливу на поведінку й світогляд дитини, для подолання її психологічних проблем, для коригування тих чи інших рис характеру дитини, що ускладнюють її життя. Це може бути зайва сором'язливість, неохайність, примхливість, хвастощі, схильність вирішувати свої проблеми за допомогою агресії. Під корекцією ми розуміємо «заміщення» неефективного стилю поведінки більш продуктивним, а також пояснення дитині сенсу того, що відбувається. Спочатку у психокорекційній казці демонструється неефективний і непродуктивний стиль поведінки, а потім пропонується альтернатива.

Психотерапевтичні казки – особливий вид казок, які розкривають глибинний зміст подій. Вони не завжди однозначні, не завжди мають традиційно щасливий кінець, але завжди глибокі й проникливі. Вчасно розказана казка для дитини означає стільки ж, скільки психологічна консультація для дорослого. Відмінність тільки в тому, що від дитини не вимагають уголот роботи висновки й аналізувати, що з нею відбувається: робота йде на внутрішньому, підсвідомому рівні.

ПСИХОЛОГІЯ

Авторські психологічні (або терапевтичні) казки – це особливі казки. Зазвичай їх пишуть психологи, але можуть придумувати й розповідати і мама з татом спеціально для своєї дитини. Авторські казки, незважаючи на наявні в них чари, по суті, є розповідями про ті життєві ситуації, у яких може опинитися дитина, і про почуття, пов'язані з ними. Ці казки орієнтовані на вирішення певної проблеми або позбавлення дитини конкретного страху. Тому лише правильно підібрані історії потрібним чином діють на особистість дитини [7].

Методи казкотерапії можна поділити на дві групи: розповідання казки дорослим і розповідання казки дитиною.

Роботу з дітьми з використанням казкотерапії проводимо як індивідуально, так і з групою. Психолог може застосовувати різні способи інсценування казки:

- розповідання та переказ казок;
- казки на піску;
- лялькові вистави;
- ліплення казкових героїв та складання про них невеликих історій;
- малювання казки з нестандартним сюжетом;
- складання нової казки.

Розглянемо етапи складання казки разом із дитиною (або дітьми) відповідно до її психологічної проблеми.

На думку Р. Тчак [6], для того щоб казка або історія мала вплив і надала допомогу, необхідно дотримуватися певних правил її створення:

1. Насамперед, необхідно вигадати казкового героя, близького до дитини за статтю, віком, характером і т.п. Далі, характеризувати героя, його життя в казці таким чином, щоб дитина помітила схожість із собою (але не відкрито).

2. У казці повинна бути ситуація, у чомусь схожа із проблемою дитини, але ні в якому разі не мати з нею прямої подібності.

3. Казка повинна пропонувати новий досвід, використовуючи який, дитина може зробити інший вибір при вирішенні своєї проблеми. Або в цьому їй має допомогти психолог.

4. Казковий сюжет повинен розгортатися в певній послідовності (початок казки, проблемна ситуація, кульмінація, розв'язка, мораль казки).

Казки, складені дітьми, не тільки відображають їхню внутрішню реальність, актуальні проблеми, але й сприяють вирішенню труднощів. Помічено, що створення казок позитивно позначається на психологічному здоров'ї: дитина стає більш врівноваженою, краще справляється з життєвими труднощами. Складену казку можна просто прочитати дитині, без обговорення, даючи можливість дитині подумати, а насамперед, надати можливість психіці дитини «опрацювати» інформацію на підсвідомому рівні. Так само можна намалювати цю казку, програти її за допомогою ляльок, у пісочниці з фігурками.

ПСИХОЛОГІЯ

У нашій практиці заняття з казкотерапії зазвичай проводимо за такою логікою:

- незвичайне привітання;
- ритуал входження в казку;
- складання або читання казки;
- психогімнастичні вправи або рухливі ігри;
- трансформація сюжету;
- обговорення казки (за потребою);
- релаксація;
- ритуал прощання, сюрпризний момент.

Наявність ритуалу входу (виходу) в казку для дітей обов'язкова. Для дітей молодшого дошкільного віку такими ритуалами можуть стати: маніпуляції з чарівними предметами (чарівне кільце, дзеркало, паличка, золотий ключик та ін.); промовляння магічних заклинань або читання чарівної книги та ін. Дітям дуже подобається проходити в казку за допомогою чарівників, роль яких можуть виконувати ляльки: Фея, Ельф, Маг-Чарівник, Гном та ін. Казкова подорож дітей повинна бути наповнена іграми, що дозволяють ближче познайомитися з казкою. Ритуал виходу допомагає безпечно повернутися з казкової ситуації у звичайну реальність.

У своїй практиці ми використовуємо казкові головоломки на корекційно-розвивальних заняттях, спрямованих на розвиток пізнавальної сфери дошкільника. Це не просто інтелектуальна розвага, а захоплюючий засіб навчитися логічно мислити. Будь-які логічні головоломки ми подаємо у вигляді казкового сюжету, і вони мають нову, яскраву й дивовижну форму. Світ казкових героїв пробуджує дитячу уяву, перетворюючи обдумування завдань на захоплюючу подорож.

Узагальнюючи вищевикладене, сформулюємо деякі рекомендації батькам та педагогам.

У процесі читання казок дорослим треба враховувати власний стан. Не варто читати, якщо Ви чимось сильно стурбовані, поспішаєте і т.п. Дитина відразу відчує невідповідність слів і образів, інтонацій і міміки, а занепокоєння і тривога може передатися малюкові. Краще звернутися з проханням до близьких «підмінити» Вас. Казка на ніч – це щовечірній ритуал укладання, момент найбільшої довіри й близькості дитини і її батьків. До того ж дітям дуже подобається, коли їх батьки самі вигадують для них казкові історії.

Треба звертати увагу на реакцію дитини на казку, її окремі фрагменти. І слова, і поза, і жести, і міміка – усе це може вказувати, захоплений малюк змістом казки чи йому нудно. Якщо увага дитини зосереджена на сюжеті, Ви – на правильному шляху. Якщо казка йому не цікава, це може свідчити про те, що або дитині не цікаво, або вона ще не готова її сприйняти. Якщо дитина просить читати або розповідати ту ж саму казку декілька разів, це вказує на те, що вона засвоює новий досвід, переживаючи його разом із героєм. Це дає дитині поняття, як

можна поводитися в подібній ситуації. Обираючи казку, аналізуйте, що саме Ви бажаєте «донести» до дитини.

За допомогою казкотерапії можна працювати з агресивними, невпевненими, сором'язливими, тривожними дітьми, з проблемами сорому, провини, брехні, із різного роду психосоматичними захворюваннями, а також розвивати пізнавальну, моральну та етичну сфери дошкільнят. Крім того, процес казкотерапії дозволяє дитині актуалізувати свої проблеми, а також побачити різні шляхи їх вирішення.

Наш практичний досвід дозволяє дійти висновку, що казкотерапія – один з ефективних напрямів у роботі з дітьми дошкільного віку, який сприяє вирішенню низки проблем, що виникають у дошкільнят різних вікових груп та їх батьків.

Література:

1. Вачков И. В. Введение в сказкотерапию, или Избушка, избушка, повернись ко мне передом.../ И. В. Вачков. – М. : Генезис, 2011. – 288 с.
2. Дубинська О. Казкотерапія як засіб розвитку творчих здібностей дошкільників / О. Дубинська // Психолог дошкілля. – 2014. – №10. – С. 12-13.
3. Лабиринт души: терапевтические сказки / под ред. О. В. Хухлаевой, О.Е. Хухлаева. – 7-е изд. – М. : Академический Проект; Фонд «Мир», 2010. –175 с.
4. Мосина Е. С. Почему облака превращаются в тучи? Сказкотерапия для детей и родителей / Е. С. Мосина – М. : Генезис, 2012. – 160 с.
5. Наговицин А.Е.Типология сказки / А. Е. Наговицин, В. И. Пономарева. – М. : Генезис, 2011. – 336 с.
6. Ткач Р. М. Сказкотерапия детских проблем / Р. М. Ткач. – СПб. : Речь; М. : Сфера, 2008. – 118 с.
7. Черняева С. А. Психотерапевтические сказки и игры / С. А. Черняева. – СПб. : ООО «Речь», 2002.– 168 с.