СКАЗКОТЕРАПИЯ – СОВРЕМЕННОЕ НАПРАВЛЕНИЕ ПСИХОТЕРАПИИ, ПСИХОЛОГИИ, ПЕДАГОГИКИ

В современном мире в силу различных негативных факторов, которые наносят ущерб психическому здоровью человека, значительная доля населения мира имеет различные нарушения психического здоровья (ПЗ), что обусловливает необходимость профилактики и  выявление нарушений ПЗ на ранних стадиях.  В психологии и психотерапии известны множество интересных подходов к лечению  и профилактике  психосоматических проявлений.

Мной рассмотрен один из перспективных методов в психотерапии -  сказкотерапия. Цель работы – оценить спектр применения сказкотерапии как метода профилактики и лечения психических нарушений.

Сказкотерапия – один из наиболее безопасных методов, что значительно расширяет границы ее применения. Метод может использоваться в целях развития детей и профилактики психологических отклонений, психологической и психотерапевтической помощи.

Существует несколько подходов к классификации этого метода работы. Во-первых, по количеству людей, участвующих в сказкотерапии,  можно выделить как индивидуальную, так и  групповую.  Во-вторых, по способу осуществления в методике представлено  4 группы: сочинение новой сказки (разновидность способа – изменение концовки сказки);  обсуждение уже существующей сказки; инсценирование сказки; связанная со сказкой творческая терапия. В третьих, возможна  классификация по возрасту участников. Данное разделение обусловлено тем, что для каждого возраста характерен собственный перечень проблем, которые необходимо решать различными подходами.

Несмотря на востребованность данного метода, его нельзя применять при острых психотических состояниях, высоком риске развития судорожного синдрома, значительных поражениях головного мозга, декомпенсации соматической патологии.

Сказкотерапия в педагогической практике может применяться для всех детей, но с учетом противопоказаний. Она способствует развитию творческих способностей, социализации, воспитанию детей, формированию лексики, формированию культуры. Одним из примеров применения сказкотерапии в педагогических целях может послужить её использование на уроках чтения и литературы. В результате  улучшается поведение детей и развивается их тяга к прекрасному. Сказкотерапия, проводимая путём индивидуального или группового сочинения сказки, вносит весомый вклад в развитие креативности. Сказка есть способ ухода от обыденности в жизни с помощью воображения, причем для ребёнка более важным является непосредственно процесс фантазирования, чем его результат. Стоит отметить, что сказкотерапия способствует формированию так называемого «нравственного иммунитета», который осуществляет проверку всей информации, которая поступает в сознание человека. Только полезная и позитивная информация проходит «цензуру» и встраивается в систему ценностей и мировоззрение. При этом важно, чтобы не только педагоги и воспитатели, но и родители рассказывали сказки, сочиняли их вместе с ребёнком, помогали переместить положительную информацию в реальную жизнь для воспитания «нравственного иммунитета». Прорабатывая некоторые жизненные ситуации путём перевода их на «язык сказки», ребенок в будущем, сможет разобраться и принять правильные решения, устранив проблемы.

Сказкотерапия также используется для терапии и профилактики различных форм девиантного поведения (агрессия, употребление алкоголя, наркомании и др.), тревоги, фобий, неуверенности в себе и других нарушениях ПЗ.

Использование метода Сказкотерапии наиболее эффективно в детском возрасте, поэтому чаще применяется в  данной возрастной группе. Кроме того, если обучить родителей методически правильно работать со сказкотерапией, можно добиться хороших результатов не только в воспитании ребенка с психическими отклонениями в развитии, но и избежать эмоционально-психологических и поведенческих проблем.

С учётом детских психологических проблем выделяются следующие группы сказок: сказки для детей, имеющих фобии; сказки для детей с синдромом дефицита внимания с гиперактивностью (СДВГ); сказки для работы с агрессивными детьми; сказки для детей с расстройствами поведения с физическими проявлениями; сказки при сложностях отношений в семье (развод родителей, появление нового члена семьи и т.д.), сказки в случае потери ребенком близких людей.

В исследованиях рассматривается  применение сказкотерапии у дошкольников с различными уровнями агрессивного поведения (от высокого до низкого), что показывает свою эффективность. Использовались сказки «Серебряное копытце», «Малахитовая шкатулка», П. Бажова; «Цветик-семицветик» В. Катаева, «Двенадцать месяцев» С. Маршака, «Лекарство от непослушности» К. Драгунской, и другие.  В результате были продемонстрированы улучшения в характере детей: уменьшение уровня агрессии,  внимательное отношение к себе и окружающим. При этом дети в большей степени обращали внимание на свое эмоциональное состояние, что привело к повышению социальной адаптации.

Сказкотерапия очень важна в процессе духовно-нравственного воспитания и повышения самосознания,  способствует переоценке жизненных ценностей и становлению на правильный путь.

В случае поздней и малоэффективной терапии СДВГ происходит усиление проблем поведения и социальной дезадаптации, что требует психиатрического лечения. Сказкотерапия достаточно эффективна при работе с детьми дошкольного возраста, имеющими СДВГ. Изменение состояний активности и покоя при выполнении упражнений по мотивам сказок приводит к увеличению гибкости и подвижность нервной деятельности, движения ребенка становятся более координированными, а эмоционально-психическое и двигательное напряжение снижаются, тем самым, увеличивается способность к более длительному выполнению различных видов деятельности.

Групповая образно-игровая сказкотерапия показала свою эффективность при заикании у детей (возраст 7 - 13 лет). Специалистами были выявлены улучшения речевого статуса и повышение коммуникативных возможностей, нормализацией эмоционально-психологического состояния детей, что привело  к их  социальной адаптации.

Таким образом, исследования специалистов, применяющих метод  сказкотерапии, является весьма эффективным.