



Методическое пособие «Методика сказкотерапии»

Ставрополь, 2022г.

Составитель:

Барабаш Елена Юрьевна – к.п.н
Руководитель Психологического центра Елены Барабаш

Методическое пособие для специалистов по работе с детьми «Методика сказкотерапии» подготовлено в рамках социально-значимого проекта «Лаборатория интерактивных добровольческих технологий» при поддержке Правительства Ставропольского края – Ставрополь: «Ставропольская краевая общественная детская организация «Союз детей Ставрополья» 2022 г. – 25 с.

Сказкотерапия – это направление практической психологии, использующее ресурсы сказок для решения целого ряда задач: воспитание, образование, развитие личности и коррекция поведения. Так как сказки, в широком смысле, окружают человека всю его жизнь, то это направление не имеет возрастных ограничений.

Пособие адресовано специалистам по работе с семьей учреждений социального обслуживания семьи и детей и реабилитационных центров по работе с детьми и подростками с ограниченными возможностями здоровья.

Оглавление

Понятие, формы, функции сказкотерапии	3
Функции психотерапевтических сказок.....	4
Диагностические возможности сказки	5
Сказка как инструмент психокоррекции.....	5
Принципы работы со сказками.....	6
Структура коррекционно-развивающего сказкотерапевтического занятия	7
Методы работы со сказкой	8
Приложение.....	21
Список литературы.....	22

Понятие, формы, функции сказкотерапии

Сказкотерапия - это молодое, современное и перспективное направление в практической психологии, которое, используя метафорические ресурсы сказки, позволяет людям развить самосознание, стать самими собой, и построить особые доверительные, близкие отношения с окружающими.

Сказкотерапия - это активно развивающееся направление в психотерапии. Сказка помогает психотерапевту и его клиенту разговаривать на одном языке, дает общую систему символов. Иногда очень многое можно понять, просто спросив человека, какая у него любимая сказка.

Сказкотерапия, как инструмент передачи опыта "из уст в уста". Это способ воспитания у ребенка особого отношения к миру, принятого у данного социума. Сказкотерапия - это способ передачи индивидууму (чаще ребенку) необходимых моральных норм и правил. Эта информация заложена в фольклорных сказках и преданиях, былинах, притчах. Древнейший способ социализации и передачи опыта.

Сказкотерапия как инструмент развития. В процессе слушания, придумывания и обсуждения сказки у ребенка развиваются необходимые для эффективного существования фантазия и творчество. Он усваивает основные механизмы поиска и принятия решений. Слушая и воспринимая сказки человек, встраивает их в свой жизненный сценарий, формирует его. У малышей этот процесс, особенно ярок, многие дети просят читать им одну и ту же сказку по много раз.

Сказкотерапия как психотерапия. Работа со сказкой направлена непосредственно на лечение и помощь клиенту. Сказкотерапевт создает условия, в которых клиент, работая со сказкой (читая, придумывая, разыгрывая, продолжая), находит решения своих жизненных трудностей и проблем.

В настоящее время широко известна типология сказок, предложенная Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой, которая включает в себя художественные (народные и авторские), психотерапевтические, психокоррекционные, дидактические, медитативные.

В структуру сказкотерапии включены следующие формы работы: направленная (директивная) и ненаправленная (недирективная).

При использовании направленной формы работы, сказкотерапевт активно участвует в игре ребёнка для актуализации в символической игровой форме бессознательных подавленных тенденций и их проигрывания в направлении социально-приемлемых стандартов и норм. В основе лежат методические приемы со структурированным материалом и сюжетом. Это педагогически организованное сюжетно-ролевое проигрывание сказки, в которой дети берут на себя разнообразные социальные и сказочные роли и в специальной, создаваемой самими детьми сказочной ситуации, воссоздают деятельность и отношения взрослых и

детей разного возраста. Согласно сказочным ролям, они проявляют те качества, которыми в реальности обладают в малой мере: общительность, уверенность в себе, настойчивость, смелость и т.д., тем самым стимулируя и укрепляя многие существенные черты своего характера. Именно в роли скрыты коррекционные механизмы воздействия сказки на познавательную и эмоционально-волевую сферу личности ребёнка.

Техника ненаправленной формы работы включает в себя свободные, т.е. самостоятельно организуемые и развиваемые детьми сюжетно-ролевые игры, игры-драматизации, кукольные представления, сочинение сказок, игры-забавы и т.д. Коррекция личности ребёнка в ненаправленной форме работы осуществляется в результате формирования адекватной системы отношений между детьми, а также - детьми и взрослыми. Взрослый пользуется техникой зеркального отражения чувств и мыслей играющего ребёнка путем их вербализации. В результате отражения поведения взрослого, ребёнок открывает путь к самопознанию через общение со взрослым, через его речевые высказывания.

Функции психотерапевтических сказок.

Сказка обычно выполняет три функции: диагностическую, терапевтическую (коррекционная) и прогностическую.

Диагностическая сказка предполагает выявление уже имеющихся жизненных сценариев и стратегий поведения ребенка. Инструкции, которые предъявляются ребенку в данном случае такие: "Сочини сказку о мальчике пяти лет", "Сочини любую сказку". Затем психолог проводит анализ сказки. Таким образом, может быть выявлен базовый жизненный сценарий, либо ставшие привычными способы реагирования на поведенческие стереотипы ребенка. Также диагностическая сказка может способствовать выявлению отношения или состояния ребенка, о которых он не хочет или не может говорить вслух. Например, проверить отношение ребенка-дошкольника к разводу родителей.

Терапевтическая сказка - сказка, благодаря которой собственно происходят позитивные изменения в состоянии и поведении ребенка.

Коррекционные сказки используются для того, чтобы помочь ребёнку увидеть, осознать его собственные старые, возможно разрушающие его психику и здоровье действия, и самостоятельно смоделировать новые, наиболее подходящие ему самому в данный период времени, гармонично встраивающиеся в его развитие.

В том случае, когда диагностируется потенциальное развитие событий, можно говорить о прогностической функции диагностической сказки. В этих сказках, будто матрешка в матрешке, раскрываются суть и особенности будущего жизненного сценария человека.

Таким образом, сказка имеет древнейшие корни в человеческой истории и культуре. В ее сюжетах обычно собиралась вся мудрость и опыт того или иного народа, в мифах или притчах можно увидеть не только фиксирование какой-то проблемы, но и ее решение.

Диагностические возможности сказки

Основные способы психодиагностики с помощью сказки, применяемые в работе специалиста:

- рассказываем сказку и отслеживаем реакции клиента. Для этого необходимо погрузить клиента в сказку, ввести в состояние, подобное легкому трансу. Это достигается многочисленными повторами, распевами и ровностью голоса, использованием красочных речевых оборотов, затейливых присказок и концовок;
- наблюдаем, как клиент реагирует на те или иные поступки героев, для того, чтобы выявить ценностные представления, страхи: отследить позы ребенка, движения, мимику. Кроме комментариев клиента необходимо истолковывать невербальные сигналы, чтобы выявить наиболее значимые места. Необходимо обращать внимание на шутки и смех, на тревогу, на те моменты, которые вызывают особый интерес или, наоборот, не привлекли внимания, на комментарии по ходу рассказа. Следует отметить, с кем из героев сказки себя идентифицировал человек; догадаться об этом нетрудно по личностным реакциям, то есть проявляемым эмоциям;
- просим рассказать любимую сказку или рассказ. В данном случае мы исходили из положения, что сказки, прочно закрепившиеся в душе человека, являются плодами родительских предписаний и лежат в основе жизненных сценариев. Любимая сказка, чаще всего, представляет собой грубо упрощенный жизненный сценарий и, выявив, с кем из героев - Героем или Неудачником - идентифицирует себя клиент, можно определить его "программу" на всю сознательную жизнь;
- просим клиента придумать и рассказать историю, сказку. Именно этот способ работы со сказкой дает самый богатый материал для диагностики.

Тут психологу следует не только отслеживать реакции клиента, но и сделать полный анализ продукта творчества - сказки, которую можно условно отнести к художественному произведению, автор которого комбинирует образы не случайно, как во время сновидения или бессмысленного мечтания. Напротив, сказка следует внутренней логике развиваемых образов, а внутренняя логика обусловлена той

связью, которую устанавливает произведение между своим миром и миром внимания.

Сказка как инструмент психокоррекции

Сказкотерапевт в своей работе затрагивает сразу несколько уровней. С одной стороны, в сказке клиент проявляет свои архетипы и социальные установки, они ярко отображаются и могут оказывать ключевое влияние на сюжет, с другой стороны сказка затрагивает ранние детские переживания и в сюжете можно проследить генезис личности клиента, в-третьих, клиент наполняет сказку своим актуальным содержанием. В содержании сказки можно рассмотреть, чем сейчас живет клиент, какие у него основные переживания. И тогда уже сказкотерапевт принимает решение, какому слою уделять на сессии внимание, в зависимости от того, что сейчас будет наиболее полезно клиенту.

Сказкотерапевт может по-разному предлагать клиенту, как именно работать со сказкой. Самые распространенные способы это:

- обсуждение уже существующей сказки;
- самостоятельное написание клиентом сказки, так называемая клиентская сказка;
- инсценирование, драматизация уже написанной сказки (это может быть как актерское отыгрывание, так и кукольный театр);
- арт-терапевтическая работа по мотивам сказки.

Принципы работы со сказками

Принцип	Основной акцент	Комментарий
Осознанность	Осознание причинно-следственных связей в развитии сюжета; понимание роли каждого персонажа в развивающихся событиях	Задача: показать воспитанникам, что одно событие плавно вытекает из другого, даже не смотря на то, что на первый взгляд незаметно. Важно понять место, закономерность появления и назначения каждого персонажа сказки

Множественность	Понимание того, что одно и то же событие, ситуация могут иметь несколько значений и смыслов	Задача: показать одну и ту же сказочную ситуацию с нескольких сторон
Связь с реальностью	Осознание того, что каждая сказочная ситуация разворачивает перед нами некий жизненный урок	Задача: кропотливо и терпеливо прорабатывать сказочные ситуации с позиции того, как сказочный урок будет нами использован в реальной жизни, в каких конкретно ситуациях

Структура коррекционно-развивающего сказкотерапевтического занятия

Этап	Назначение	Содержание
Ритуал «входа» в сказку	Создать настрой на совместную работу, «войти в сказку»	Коллективные упражнения. Например, взявшись за руки в кругу, все смотрят на свечу или передают друг другу мячик; или совершается иное «сплачивающее» действие
Повторение	Вспомнить то, что делали в прошлый раз и какие выводы для себя сделали, какой опыт приобрели, чему научились	Ведущий задает детям вопрос о том, что они помнят, использовали ли они новый опыт
Расширение	Расширить представления ребенка о чем-либо	Ведущий рассказывает или показывает детям новую сказку.

		Предлагает детям попробовать, помочь какому-либо существу из сказки
Закрепление	Приобретение нового опыта, проявление новых качеств личности ребенка	Ведущий проводит игры, позволяющие детям приобрести новый опыт; совершаются символические путешествия, превращения
Интеграция	Связать новый опыт с реальной жизнью	Ведущий обсуждает и анализирует вместе с детьми, в каких ситуациях они могут использовать тот опыт, что приобрели
Резюмирование	Обобщить приобретенный опыт, связать его с уже имеющимся	Ведущий подводит итог занятия. Четко проговаривает последовательность происходившего на занятии, отмечает отдельных детей за их заслуги, подчеркивает значимость приобретенного опыта
Ритуал «выхода» из сказки	Закрепить новый опыт, подготовить ребенка к взаимодействию в привычной среде	Повторение ритуала «входа» в занятие с дополнением

Методы работы со сказкой

Анализ сказки

Использование данного метода учит думать, разбираться в скрытых механизмах происходящего, абстрагироваться от поверхностных смыслов, дает возможность высказаться и быть услышанным. Метод заключается в том, что после прочтения сказки предлагается обсудить ее сюжет по заданным вопросам.

Формула для составления вопросов следующая:

о чем эта сказка? Чему она учит? Отчего герой совершал те или иные поступки? и т.д.

Что было бы, если...? Что могло бы произойти, если бы герой выбрал другой путь? Что было бы, если бы в сказке были одни плохие герои? и т.д.

Что в этой сказке похоже на нашу жизнь?

Сказочные задачи

Сказочные задачи дают возможность рассмотреть явление со множества сторон, служат для нахождения нескольких решений внутренних проблем и разрешений различных жизненных ситуаций. Сказочные задачи можно придумать самим или предложить уже готовые, например: в сказке Царевна-несмеяна ставится задача - почему царевна не хотела смеяться и что надо сделать, чтобы ее рассмешить. Ребенок высказывает свою проблему, а придумывая способ, как рассмешить, находит выход для себя. Таким образом, процесс группового решения и обсуждения обогащает жизненный опыт ребенка и адаптирует к ситуации, а специалисту позволяет диагностировать и корректировать психологические проблемы.

Рассказывание сказки

Любое рассказывание сказки уже терапевтично само по себе. Лучше сказку именно рассказывать, а не читать, т.к. при этом специалист может наблюдать, что происходит в процессе консультирования с клиентом.

Решаются задачи: выявление актуальной проблематики ребенка; развитие речи, памяти, внимания, фантазии, воображения, умения слушать другого. Метод основан на том, что либо рассказчик сознательно расставляет акценты с целью развития сознания, либо рассказчик бессознательно снижает акценты в сказочных ситуациях, что помогает понять причины своих затруднений, осознать проблему.

Рассказывание сказок может быть:

- рассказчик - педагог от 3 лица - группе детей;
- рассказчик - педагог - одному ребенку;
- рассказывание известной сказки группой детей по кругу;
- рассказывание известной сказки и придумывание к ней продолжения;
- рассказчик - педагог от первого лица - группе детей;
- рассказывание сказки от 1 лица детьми;
- рассказывание сказки от имени различных персонажей.

Сочинение сказки

Специалист и ребенок могут сочинять сказку вместе, одновременно драматизируя ее всю либо отдельные элементы. Ребенок может сочинять сказку самостоятельно. Самостоятельное придумывание продолжения сказки и ее рассказывание ребенком позволяет выявить его спонтанные эмоциональные проявления, которые обычно не отмечаются в поведении ребенка, но в то же время действуют в нем.

Если ребенок прерывает рассказ и предлагает неожиданное окончание, отвечает торопливо, понизив голос, с признаком волнения на лице (покраснение, бледность, потливость, небольшие тики); отказывается отвечать на вопросы, у него

появляется настойчивое желание опередить события или начать сказку сначала – все это следует рассматривать как признаки патологической реакции на тест и, соответственно-невротического состояния.

Сочинение волшебной сказки помогает рассмотреть одно и то же явление с разных сторон, проиграть многие модели поведения и найти выход, может корректировать неадекватное поведение детей. Сказка может сочиняться устно, с использованием игрушки, быть нарисованной отдельно каждым ребенком или в группе. Художественные сказки бывают с полным и неполным сюжетом. Полный сюжет включает 7 этапов, которые в "полной волшебной сказке" тесно связаны со становлением личности человека. Кроме того, в каждой конкретной ситуации человек может находиться на любом из сказочных этапов, которые соответствуют степени решения данной проблемы.

7 сказочных этапов (алгоритм построения сюжета):

- происхождение главного героя, его жизнь в отчем доме;
- расставание с родительским домом;
- выбор пути, проверка на доброе сердце;
- борьба и победа;
- возвращение домой, трудности обратного пути;
- прибытие домой;
- свадьба, коронавание.

Метод «Рисование сказки»

Желательно после «проработки» сказку нарисовать, слепить или представить в виде аппликации. Рисуя или работая с цветным картоном, пластилином, клиент воплощает все, что его волнует, чувства и мысли. Тем самым освобождаясь от тревоги или другого чувства, которое беспокоило. Качество изображения не имеет значения. При сильных чувствах возможно появление в рисунках ребенка или взрослого всяческих чудищ, огня или темных красок. Новый рисунок на тему той же сказки может быть уже спокойнее, краски будут уже более светлые.

Для рисования лучше взять карандаши (желательно гуашь, если рисуете что-то конкретное, акварель, если приходится рисовать свои ощущения, эмоции).

Метод «Изготовление кукол»

В сказкотерапии важен сам процесс изготовления куклы. Любое изготовление куклы – это своего рода медитация, т.к. в процессе шитья куклы происходит изменение личности. При этом у детей развивается мелкая моторика рук, воображение, способность к концентрации. В процессе изготовления куклы

происходит включение у клиентов механизмов проекции, идентификации или замещения, что и позволяет добиться определенных результатов.

С позиции психоаналитической теории, куклы исполняют роль тех объектов, на которые смещается инстинктивная энергия человека.

Изготовление куклы, манипулирование ею приводит к осознанию проблемы, размышлению над ней и поиску решения. Манипулирование куклами позволяет снять нервное напряжение.

При использовании кукол или игрушек все манипуляции с ними должны быть отработаны заранее:

- звуки речи следует направлять непосредственно ребенку;
- дикция должна быть четкой с достаточной силой голоса;
- необходимо адаптировать голос и речь к внутренней характеристике персонажа;
- все движения психолога должны соответствовать содержанию произносимых реплик, их интонации.

Проблемы, которые можно решить с помощью использования кукол. С помощью использования кукол можно решить **следующие задачи:**

- проведение психодиагностики;
- достижение эмоциональной устойчивости и саморегуляции;
- приобретение важных социальных навыков, опыта социального взаимодействия;
- развитие коммуникативных навыков;
- развитие самосознания;
- развитие общей и мелкой моторики;
- разрешение внутренних конфликтов;
- профилактика и коррекция страхов;
- развитие речи;
- поиск внутренних механизмов сопротивления болезни;
- коррекция отношений в семье;
- становление психосоциальной идентичности мальчиков и девочек.

Метод «Сказкотерапевтическая диагностика»

Использование кукол в процессе консультирования позволяет провести психодиагностику детей.

С помощью определенных сказок и кукол можно проводить диагностику тех или иных проблем ребенка.

Для первого знакомства рекомендуется использовать традиционную «прекрасную» куклу (с большими глазами, длинными ресницами, густыми блестящими волосами).

Для диагностики семейных отношений рекомендовано использование гибких резиновых кукол, поскольку статичное кукольное семейство фрустрирует малыша.

Для диагностики глубинных проблем у старших детей и подростков рекомендуется изготавливать куклу. Для этого можно использовать куклу из фольги, размером 30 на 30 см.

Диагностическая беседа с ребенком может проводиться как в присутствии, так и в отсутствии родителя.

Диагностический эффект, в процессе рассказывания сказки достигается за счет того, что:

- образный мир сказок позволяет ребенку идентифицировать себя с персонажем сказки; дети в большей степени склонны идентифицировать себя с животными, нежели с людьми.
- ребенок объединяет свои мысли и переживания с мыслями и переживаниями персонажа рассказываемой сказки и рассказывает о них.

Метод «Песочная терапия»

Сказкотерапия, являясь эклетическим направлением практической психологии, дает специалисту большую свободу для творчества, позволяет гармонично интегрировать и применять техники других направлений психологии: психодрамы, гештальт-терапии, арт-терапии. Одним из интереснейших синтезов сказкотерапии является сказочная песочная терапия.

Метод сказочной песочной терапии как один из вариантов сказкотерапии позволяет эффективно решать задачи как психологического развития личности, так и коррекции отдельных поведенческих реакций, может использоваться не только психологами, но и педагогами и воспитателями в образовательных целях. Песочная терапия может быть использована в работе дефектологов и специалистов по социальной работе. Сказочная песочная терапия является универсальным способом психологической работы с клиентами разных возрастных групп.

В подносе с влажным или сухим песком клиент располагает миниатюрные объекты и создает картины. Через контакт с песком и миниатюрами он облекает в физическую форму свои самые глубинные сознательные и бессознательные мысли и чувства. Песочная терапия, опирающаяся на активное воображение и творческую символическую игру, является практическим, основанным на личном опыте клиента методом, который может выстроить мост между бессознательным и сознательным, между рациональным и эмоциональным, между духовным и физическим, между невербальным и вербальным».

Технологии песочной терапии многофункциональны. Они позволяют психологу одновременно решать задачи диагностики, коррекции, развития и терапии. Клиент решает задачи самоосознания, самовыражения, самоактуализации, снятия напряжения и др.

Метод «Кататимный поход в сказку»

Метод «Кататимного похода в сказку», сочетает в себе элементы сказкотерапии и символдрамы. Структура занятия состоит из четырех фаз:

- фаза предварительной беседы (15-20 минут). На этом этапе ребенку предлагается рассказать о своей любимой сказке. Психолог расспрашивает ребенка, когда он эту сказку впервые услышал. От кого он ее услышал, как и где это происходило. Какие моменты сказки особенно волновали. Как ребенок относился к персонажам сказки;
- фаза релаксации (1-5 минут). Ребенка просят закрыть глаза и расслабиться. Для чего проводится упражнение на релаксацию;
- фаза представления образа (в среднем около 20 минут). Ребенку предлагается представить себя в сказке, о которой он рассказывал во время предварительной беседы;
- фаза обсуждения (5-10 минут). Проводится обсуждение сказки и дается домашнее задание нарисовать представленное в образе. Рисунок обсуждается на следующей сессии.

Однако при использовании этой методики имеются следующие противопоказания:

1. Острые или хронические психозы или близкие к психозу состояния.
2. Церебрально-органические синдромы в тяжелой форме.
3. Недостаточное интеллектуальное развитие с IQ ниже 85.
4. Недостаточная мотивация.

Для воспитательных целей используются разные виды сказок, в зависимости от выбранной цели. Психотерапевтическими сказками должны заниматься только специалисты. Все остальные сказки можно смело использовать для развития обучения и воспитания ребёнка родителями.

На ночь, перед сном лучше всего читать медитативные сказки, которые нет необходимости обсуждать, успокаивающие возбуждённую психику ребёнка.

Для познавательных и развивающих целей лучше всего использовать любые народные художественные сказки с ярким сюжетом и большим количеством событий, формирующие у ребёнка представление о мире, о моделях поведения, о взаимодействии человека с другими людьми и окружающим миром.

Для обучения используются дидактические сказки. Сюжет этих сказок определён достаточно узкой тематикой, ограничен количеством персонажей, но насыщен игровыми моментами со специальными заданиями для ребёнка. Лучше всего в эти сказки играть, используя соответствующую атрибутику или в песочнице.

Таким образом, пересказывание и интерпретация сказок позволяет максимально освободить творческое начало в человеке, осознать свой прошлый опыт, обогатить его восприятие, получить новые знания.

«Расскажите детям сказку»

Каждый родитель знает, что сказки читать и рассказывать ребёнку НАДО. Но каждый ли знает, ПОЧЕМУ НАДО? Не все родители знают ответ на этот вопрос, некоторым родителям не хватает времени на сказки, а другие считают, что в наше время не до сказок, т.к. нужно научить ребёнка выживать в этом жестоком мире. Другими словами, многие думают, что сказки создают вокруг ребёнка некую «пелену розового тумана», отдаляя его от реальности. Но это не совсем так. И пришло время разобраться в том, ПОЧЕМУ ребёнку НАДО рассказывать сказки.

Почему в культуре воспитания ПРИНЯТО рассказывать истории. Почему эта традиция оказывается на редкость устойчивой. Ей не помеха ни социальные катаклизмы, ни появление «революционных» мыслей в образовании. Более того, с появлением театра, кинематографа, мультипликации и телевидения способы рассказывания сказок приобретают новые возможности, совершенствуются. Рассказывание сказок НЕОБХОДИМО ДЛЯ ЖИЗНИ РЕБЁНКА, для его развития, формирования важнейших навыков, для его адаптации в социальном мире, для его последующей духовной самореализации.

В образном и сюжетном ряду сказок (старых и новых, народных и авторских, кинематографических, театральных и мультипликационных) ЗАШИФРОВАНЫ важнейшие общечеловеческие знания. Причём знания эти охватывают все жизненные сферы человека:

- область отношений между людьми;
- инструменты преодоления трудностей и разрешения конфликтов;
- сценарии «борьбы со злом» внешним и внутренним;
- рекомендации по противостоянию стрессу;
- типологии людей и способов влияния на них;
- духовное развитие человека;
- мужская и женская психология.

Всё это есть в сказках, но открывается только тем, КТО УМЕЕТ ЧИТАТЬ МЕЖДУ СТРОК. Тем, кто может расшифровать символический образный ряд сказок, мифов, притч, легенд.

Изготовление куклы-марионетки по имени Доля

Согласно народным преданиям восточных славян герой по имени Доля - воплощение счастья и удачи. Он является двойником человека радивого, активного, пытливого. Растёт человек, мудреет, взрослеет -изменяется и его Доля. Поэтому каждый раз, когда малыш обретает знания, умения, навыки, история Доли должна измениться, расшириться, обогатиться, поскольку Доля тоже изменяется вместе с ребёнком.

Домовёнок Доля-игрушка-друг, сказочное существо, озорное, весёлое, одновременно мудрое и строгое.

Для создания домовёнка Доли понадобится:

небольшой предмет: камешек, бусинка, монетка, ракушка и пр.;
закрывающийся футляр (капсула) из-под «киндер-сюрприза», фотоплёнки,
пластиковый флакончик из-под лекарств;

пачка ваты;

старые капроновые чулки или колготки;

несколько кусков ткани, приблизительный размер которых 35x35 см. Ткани понадобятся при изготовлении тела и одежды домовёнка;

шерстяные или льняные нитки, пакля, капроновые разноцветные мочалки-всё то, что может стать причёской домовёнка;

бусинки, пуговицы, бисер, маркеры – они послужат для изготовления лица;

нитки тонкие и толстые (ирис, астра, хризантема), иголки тонкие и большая («цыганская», или штопальная);

ножницы.

Как и всякое важное дело, волшебство творится несуетно, неспешно, с большой любовью и терпением.

Взять в руку маленький предмет (камешек, ракушку, пуговичку, бусинку).

Закрыв глаза, загадать самое заветное желание.

Положить, ставшим волшебным, предмет в футляр из-под «киндер-сюрприза».

Взять большой кусок ваты и обернуть в него футляр.

От чулка отрезать 25 сантиметров. Один конец завязать в узел, а затем спрятать внутрь.

Поместить внутрь капронового чулка футляр от «киндер-сюрприза», обернутого ватой.

Сформировать лицо домовёнка, подтянуть потуже капрон и завязать внизу, под подбородком узел.

Взять в руки ткань. Найти её середину. Для этого согнуть дважды ткань по диагонали, чтобы получился треугольник, имеющий основание и вершину.

Вершину (размером со спичечную головку) срезать ножницами.

В получившееся отверстие продеть голову домовёнка со стороны стебля (свободного края чулка).

В зависимости, какая у домовёнка будет шея, оставить узелок чулка, или протянуть его под ткань.

Под тканью завязать ещё один узелок, который будет держать голову.

Для того чтобы сшить балахон или рубаху, необходимо взять второй кусок ткани. Согнуть ткань по диагонали дважды, найти верхушку получившегося треугольника и срезать её вершину).

В получившиеся отверстие вставить ножницы и сделать надрез (3-4 см.) в любую сторону.

В образовавшуюся щель необходимо продеть тело домовёнка до самой шеи куклы.

Развернуть домовёнка таким образом, чтобы разрез оказался на спине, и аккуратно зашить.

Изготовление ладошек. В небольшие кусочки капрона 8x8 см. положить кусочки ваты и постараться собрать вместе края капрона, подтянуть и связать в узелок (можно сделать раскрытую ладошку, можно прошить каждый пальчик).

Положить куклу на спину. Расправить куски ткани, символизирующие одежду, совместить их края. В самый угол поместить ладошки и пришить ладошки к ткани.

Из шерстяных ниток, пакли или мочалки сделать волосы и пришить к голове.

Из бусинок, бисера или пуговиц сделать глаза (или нарисовать фломастером).

По своему усмотрению можно пришить усы или нарисовать веснушки.

Для «оживления» домовёнка необходимо протянуть крепкую нить, и, не отрезая от катушки, проколоть голову в районе висков, протянуть иголку с нитью через голову (минуя футляр), освободить нить от иглы и обрезать нитку на расстоянии 20-25 сантиметров над головой куклы. Края нити завязать узлом.

Для того, чтобы сделать руки Доли подвижными, необходимо намотать конец нити (не обрезаю её от катушки) на «запястье» куклы, закрепить узелком, перебросить нить через руку и свободный конец обмотать за другое запястье. Нить можно отрезать и завязать узелок.

Сценарий мастер – класса по сказкотерапии

Аннотация к сценарию мастер – класса по сказкотерапии.

Сказкотерапия – оригинальный способ психотерапии детей, основанный на активном использовании самого освоенного и привлекательного для них вида

деятельности и общения – сюжетно – ролевой деятельности в сочетании с другими формами игры, различными видами искусства (арт-терапия) и элементами театрализованного действия.

Сказкотерапия направлена на диагностику и коррекцию:

- сферы общения детей со сверстниками и значимыми взрослыми;
- эмоционально – психологического напряжения (страхов, неврозов) мотивации преодоления внутреннего конфликта реальных и желаемых возможностей;
- волевой и опорно – двигательной активности;
- способов эмоционально – художественного самовыражения.

В структуру сказкотерапии включены индивидуальные формы работы. Для формирования адекватной полоролевой самоидентификации детей рекомендуется участие в одной группе детей разного пола, а также их родителей (или других значимых людей: бабушек, дедушек, сестёр, братьев).

Основные принципы построения сценария сказкотерапии:

- доступность;
- постепенное усложнение игрового задания;
- наглядность и выразительность игрового материала;
- учёт индивидуальных медико – психологических показаний, возможностей и интересов детей конкретного возраста с тенденцией к некоторому опережению, т.е. с перспективой зоны их развития (по Л.С.Выготскому).

Специфика построения мастер – класса по сказкотерапии:

игровой разогрев (5-10 мин.)

сказкотерапия (30 мин.)

заключительная игра (5 мин.)

Игровой разогрев включает:

- а) приветствие;
- б) мини – игра на активизацию общения детей и взрослых, на увеличение доверия в группе, создание условий для самовыражения;
- в) введение в игровую ситуацию.

Сказкотерапия:

решается основная цель мастер – класса: диагностика и коррекция отношения к миру, преодоление страхов, балансировка двигательной активности при использовании сюжетно – ролевых, подвижных, шуточных, познавательных игр.

Сценарий мастер – класса по сказкотерапии

Игровой разогрев

Приветствие:

Здравствуйте ребята! Я рада вас видеть! Вы любите сказки? Какие сказки вы знаете? (дети отвечают). Молодцы, вы знаете много сказок! А сегодня мы познакомим вас с новой сказкой, и у вас будет возможность поучаствовать в ней. И главными героями будете вы сами.

Но сначала мы познакомимся. Давайте поиграем.

Мини – игра «Если нравится тебе, то делай так!»

Встанем все в круг. Пусть каждый из вас назовет себя по имени и при этом покажет какое-нибудь красивое движение, произнося при этом слова песенки «Если нравится тебе, то делай так...». Остальные дети повторяют движение, продолжая песенку: «Если нравится тебе, то и другим ты покажи, если нравится тебе, то делай так». Затем свое движение показывает следующий ребенок, и так до тех пор, пока не завершится круг.

Введение в игровую ситуацию: упражнение «Фруктовый поезд».

Каждый из вас станет вагоном поезда, но присоединиться к паровозу может тот, кто назовет любой фрукт, который мы повезём зверятам в лес.

Усложняем задачу: следующий ребёнок должен повторить названия всех фруктов, которые уже находятся в поезде.

Сказкотерапия

Начало: ведущий рассказывает сказку, дети внимательно слушают.

«Медвежонок и Старый Гриб»

Направленность: Трудности в учебе: неусидчивость, нежелание работать со сложным материалом, неумение концентрировать внимание. Нежелание учиться.

Ключевая фраза: «Не могу я УЧИТЬСЯ!»

Жил-был на свете маленький Медвежонок, хотя не такой уж и маленький, ведь он уже ходил в первый класс настоящей звериной школы. Поэтому каждое утро мама-медведица отводила его за лапу в школу. Вообще он любил туда ходить, - правда, только из-за перемен. На переменах он бегал с другими медвежатами наперегонки, кувыркался с ежами, дергал белочек за хвосты — в общем, веселился. Но вот когда начинался урок, школа становилась невыносимой ПЫТКОЙ.

Сначала он всегда слушал, делал, что ему говорили, а потом ему вдруг становилось скучно, и тогда он смотрел в окно на птиц и с завистью думал: «Вот хорошо им, летают туда-сюда, все видят, и делать ничего не надо. На этом месте его

обычно прерывала учительница, которая говорила, что он отстал и задерживает весь класс. Медвежонок принимался выполнять задание дальше, но что-то вечно не сходилось, не удавалось.

Но вот однажды учительница-сова СИЛЬНО рассердилась на Медвежонка. И белочки вдруг как затараторят все вместе: «Как же ты надоел, Медвежонок, сам не учишься и другим мешаешь. А зайцы им вторили: «Вечно учительница на тебя отвлекается!». Ежик зло прошипел в углу: «Надо выгнать его из школы, все равно не хочет учиться!». Все ругались, шипели, махали лапами и недружелюбно поднимали хвосты.

Медвежонок заткнул лапами уши и побежал прочь из класса. Долго он бежал прямо в лес, не разбирая дороги, остановился в самой чаще, сел на пенек и горько-горько заплакал. Крупные слезы капали на землю, вокруг пня, на котором он сидел, образовалась огромная лужа. А Медвежонок все не унимался, так ему было горько, обидно и плохо.

Слезы Медвежонка разбудили Гриба-боровика, хозяина леса. Пофыркивая и стряхивая с себя капли. Гриб вылез из-под земли. «Уф-уф, кажется, дождь начинается»,— сказал Гриб. Затем он поднял глаза в небо и увидел солнце. «Странно, такой сильный дождь и такое яркое солнце». Но тут он обернулся и увидел рыдающего Медвежонка. «Ты чего это здесь сырость разводишь?!»

Медвежонок сначала очень испугался говорящего Гриба, но присмотрелся и понял, что Гриб добрый, старый и, наверное, мудрый. Медвежонок рассказал Грибу о своих бедах и о том, как разозлил учительницу, и о том, как все шипели, рычали и ругались на него. «Что же мне делать? Вот я вроде хочу все задания сделать, но никак не могу, мне становится скучно и неинтересно. Что же мне может помочь? У-у-у» — вновь заплакал Медвежонок.

Гриб действительно был очень мудрый. Он подумал и сказал: «Ну ладно, ладно, хватит реветь. Я знаю, как твоему горю помочь. Есть такое волшебное заклинание, которое любую работу делает интересной и не дает от нее оторваться». Медвежонок с надеждой посмотрел на Гриба и даже слез с пня, чтобы все как следует расслышать. А Гриб продолжал «Вот как только ты замечаешь, что тебе стало трудно, скучно и неинтересно, скажи про себя три раза старинное волшебное заклинание «Фанты-санты-манты-чих», и сразу же все изменится».

Пока Медвежонок шел домой, он все время повторял заклинание, чтобы не забыть ни словечка.

Утром он быстро собрался и очень торопился в школу, так, что даже удивил маму-медведицу; ему очень хотелось проверить, подействует заклинание или нет.

Медвежонку, конечно, было немножко стыдно возвращаться туда после вчерашнего, но теперь он надеялся, что все изменится.

Первым уроком в этот день была математика. Зверята решали задачи и примеры. Медвежонок сделал 2 примера, а задача никак не выходила, и вдруг он заметил, что глаза его смотрят в окно, на птиц, и думает он уже совсем не о задаче. Тогда он быстро три раза подряд произнес про себя волшебное заклинание: «Фанты-санты-манты-чих». Не заметил Медвежонок, как снова сосредоточился на условиях задачи. Он так обрадовался, когда решил задачу не самым последним в классе, как это бывало всегда. «А заклинание-то действует! Спасибо тебе, Гриб-боровик», — радостно думал Медвежонок. То же самое повторилось и на следующих уроках. А в конце дня учительница даже похвалила Медвежонка, говорила, что он очень способный. Однажды на перемене белочки сказали ему, что теперь он самый лучший ученик и что им очень приятно с ним дружить. Ежик, стал даже подходить к нему за советами. А в дневнике у Медвежонка часто появлялись пятерки, чему очень радовалась мама - Медведица. «Как же приятно и хорошо учиться и все всегда успевать», — думал Медвежонок.

Однажды он заметил, что ему стадо интересно выполнять самые трудные задания и без заклинания. И он перестал произносить его вовсе, но старого Гриба он часто вспоминал и говорил, обращаясь в мыслях к нему: «Спасибо тебе, Гриб, мне очень помогло твое заклинание. Ведь так здорово учиться и узнавать всегда что-то новое». Старый Гриб (тоже мысленно) отвечал Медвежонку: «Да ты же знаешь, что дело не в заклинании. Просто ты сам захотел хорошо учиться. А как захочешь, так оно и будет. Вот оно и все колдовство». Так бормотал старый Гриб и исчезал, Медвежонок же довольный и счастливый, садился за трудные, но интересные уроки, шепча себе поднос: «Как захочешь, так и будет».

Вопросы для обсуждения:

Почему Медвежонку было трудно учиться?

В чем заключалось «волшебство» заклинания?

Почему вдруг Медвежонку понравилось учиться?

Что значит «Как захочешь, так оно и будет», согласны ли вы с ЭТИМ?

Распределение ролей.

Установка декораций.

Проигрывание сказки.

Конец: обсуждение сказки.

Молодцы!

Наша встреча подошла к концу. (Ведущий раздает детям конфеты).

Упражнение «Волшебные конфеты»

Возьмите по волшебной конфете, которые исполняют желания, только эти желания должны быть полезны и приятны для всех детей. (Каждый ребёнок берет конфету, вслух проговаривает желание и съедает конфету).

Алгоритм написания дидактической сказки (дошкольный и школьный возраст)

Пояснительная записка

Цель: вооружить воспитанников знаниями, умениями, навыками.

Задействовано 2 архетипа: спасатели и помощники.

1 этап: описание какой-либо развивающейся страны (Алфавит, Таблица Менделеева, Числовой ряд и т.д.).

2 этап: описание трагедии или конфликта (если ребенок или группа детей, находящихся в межличностном конфликте-то описываем конфликт; если робкие, фрустрирующие в конфликтной ситуации дети – то прописываем трагедию, катастрофу. Ситуацию доводим до хаоса, т.е. гибнет все).

3 этап: В качестве помощника выступает ведущий, который ставит условие: «Страну можно спасти, если придут люди, которым, например 5-6 лет и их имена начинаются с букв... (и называет начальные буквы имен детей, участников сказочного процесса). Далее ведущий задает вопрос: «Страну спасти будем?»

4 этап: После того, как ответ от «спасателей» получен, ведущий задает направление, где получить знания (спросить у родителей, прочитать, заглянуть в интернет и т.д.).

5 этап: «спасатели» систематизируют полученные знания и оставляют инструкцию «Что делать?» другим, на случай, если их постигнет похожая ситуация.

Алгоритм написания медитативной сказки с целью гармонизировать свое состояние

Пояснительная записка

1. Пишется без правил, кроме одного: сказка насыщается всеми органами чувств (зрение, слух, обоняние, вкус, осязание).
2. Описывается объект исследования (река, море, водопад и т.д.).
3. Если стоит задача: возбудить интуицию, жизненную энергию, нацелить героя на освоение социальной реальности, научить преодолевать трудности - описываем горы.
4. Если стоит задача: разобраться в жизненной ситуации – описываем лес или сад, как символ жизни.
5. Если стоит задача: гармонизировать состояние человека и научить пользоваться результатами труда – описываем поле (пахотное, где сеем и пашем).
6. Если стоит задача: постичь мудрость, духовность, веру-то описываем небо.

Список литературы

1. Вачков И.В. Сказкотерапия. Развитие самосознания через психологическую сказку. М.: Ось-89, 2007.
2. Гнездилов А.В. Авторская сказкотерапия. Дым старинного камина (сказки доктора Балу). СПб.: Речь, 2002.
3. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Практикум по сказкотерапии. СПб. : Речь, 2000.
4. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Путь к волшебству. Теория и практика сказкотерапии. СПб.: Речь, 1998.
5. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Грабенко Т.М. Практикум по креативной терапии. СПб.: Речь, ТЦ Сфера, 2001.
6. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Кудзилов Т.Б. Психодиагностика через рисунок в сказкотерапии. СПб.: Речь, 2003.
7. Короткова Л.Д. Сказка – для светлого ума закваска. М.: Педагогическое Общество России, 2001.
8. Кротов В.Г. Массаж мысли. Притчи, сказки, сны, парадоксы, афоризмы. М.: Совершенство, 1997.
9. Свирепо О.А., Туманова О.С. Образ, символ, метафора в современной психотерапии. М.: Изд-во Института Психотерапии, 2004. – 270 с.
10. Стишенок И.В. Сказка в тренинге: коррекция, развитие, личностный рост. СПб.: Речь, 2005.
11. Тренинг по сказкотерапии/Под ред. Т.Д.Зинкевич-Евстигнеевой. СПб.: Речь, 2000.
12. Черняева С.А. Психотерапевтические сказки и игры. СПб.: Речь, 2002.