1.Сказка для большинства людей на всю жизнь остаётся одним из лучших воспоминаний детства. Это захватывающая история с волшебством и специфическими персонажами, которая всегда заканчивается победой добра над злом.

Так что же такое сказкотерапия? Первое, что приходит в голову – лечение сказками. Знания испокон веков передавались через притчи, истории, сказки, легенды, мифы. Причем же здесь лечение? Знания умножают печали или все же лечат Душу? На этот вопрос, наверное, есть и будет много ответов. Знание сокровенное, глубинное, не только о себе, но и об окружающем мире, безусловно, лечит. И именно сегодня к нему интуитивно тянутся люди. Перечитывают и интерпретируют Библию, ищут скрытый смысл в сказках, легендах и мифах, для того чтобы заново открыть то, что в глубине души известно.

Сказкотерапия – это лечение сказками, имеется в виду совместное с клиентом открытие тех знаний, которые живут в душе и являются в данный момент психотерапевтическими.

Сказкотерапия – это процесс поиска смысла, расшифровки знаний о мире и системе взаимоотношений в нем.

Сказкотерапия – это процесс образования связи между сказочными событиями и поведением в реальной жизни. Это процесс переноса сказочных смыслов в реальность.

Сказкотерапия – процесс активизации ресурсов, потенциала личности.

Сказкотерапия – процесс экологического воспитания детей.

Сказкотерапия – это процесс объективизации проблемных ситуаций.

Сказкотерапия – процесс улучшения внутренней природы и мира вокруг.

Сказкотерапия – это еще и терапия средой, особой сказочной обстановкой, в которой могут проявиться потенциальные части личности, нечто нереализованное, может реализоваться мечта; а главное, в ней появится чувство защищенности и аромата Тайны…

Сказкотерапия — это психологическое воздействие на человека через сказки. Способствует развитию положительной и многогранной личности, помогает скорректировать некоторые проблемы, устранить страхи и внутренние комплексы.

Давайте попробуем вспомнить сказку из детства. Попробуйте зафиксировать самое первое, что пришло в голову. Ваш любимый персонаж этой сказки. Какой он (главный или периферический), его характер, какие у него взаимоотношения с людьми. Как он проявляется в сказке он пассивен или активен. А теперь представьте в своей жизни реального человека который бы обладал всеми качествами и другими особенностями как и ваш герой сказки. Ну и конечно, стоит подумать почему всплыло именно это воспоминание и какое отношение оно имеет к вам.

А какие сказки можно использовать в работе?

Народные сказки однозначно можно использовать в качестве терапевтических. Изначально сказка как жанр и создавалась для передачи опыта, социальных навыков, житейской мудрости от человека к человеку, от поколения к поколению.  
Какие сюжеты подходят для решения тех или иных проблем? Все сказки, герой которых отправляется в путешествие, получает новый опыт, взрослеет особенно подходят детям, которые собираются «отправиться в собственное путешествие» — пойти в детский сад, в школу, в новый коллектив. Или проходят период адаптации в саду, в школе.

Сказки, в которых есть интенсивное взаимодействие между героями, подходят детям с трудностями в общении. Так, обсуждая сказку «Два жадных медвежонка», можно поговорить о том, что важно уметь договариваться, делиться, делать что-то вместе. Можно поговорить о честности, о хитрости, об умении распознавать хитрость.

В чем же заключается ценность сказки для психотерапии?

1. Отсутствие в сказках дидактики, нравоучений.
2. Неопределенность места действия главного героя.
3. Образность языка. Кладезь мудрости. Метафоричность языка.
4. Победа Добра. Психологическая защищенность.
5. Наличие Тайны и Волшебства.

Самое большое, что может «позволить себе» жанр сказки – это намек на то, как лучше поступать в той или иной жизненной ситуации. В сказке никто не учит ребенка «жить правильно». События сказочной истории естественно и логично вытекают одно из другого. Таким образом, ребенок воспринимает и усваивает причинно-следственные связи, существующие в этом мире.

«В некотором царстве, в некотором государстве»… Нам как будто дают понять, что такая история могла произойти где угодно: может быть, за тридевять земель, а может быть, и совсем рядом. Это будет зависеть от того, насколько близко к себе захочется принять сказочную историю.

Определенное место действия психологически отделяет ребенка от событий, происходящих в сказке. Ребенку сложно перенести себя в конкретное место, особенно если он там никогда не был. Детям легче перенести себя за тридевять земель.

Главный герой в сказке – собирательный образ. Имена главных героев повторяются из сказки в сказку: Иванушка, Аленушка, Марья. Отсутствие жесткой персонификации помогает ребенку идентифицировать себя с главным героем. В сказочных сюжетах зашифрованы ситуации и проблемы, которые переживает в своей жизни каждый человек. Жизненный выбор, любовь, ответственность, взаимопомощь, преодоление себя, борьба со злом – все это «закодировано» в образах сказки.

Например, часто в сказках главный герой оказывается на Распутье. Ему предлагают, как правило, три варианта дальнейших действий. В реальной жизни человек постоянно сталкивается с проблемой выбора: от простого – что выбрать из одежды, до жизненно важного – как жить дальше. На примере судеб сказочных героев ребенок может проследить последствия того или иного жизненного выбора человека.

Каждая сказочная ситуация имеет множество граней и смыслов. Ребенок, читая сказку, бессознательно выносит для себя тот смысл, который наиболее актуален для него в данный момент. Со временем человек меняется, и ту же самую сказку он может понять по-разному… Часто дети просят своих родителей и воспитателей читать им одну и ту же сказку. Вероятно, эта сказка наиболее соответствует мировосприятию ребенка в данный момент и помогает ему понять важные для себя вопросы. Благодаря многогранности смыслов, одна и та же сказка может помочь ребенку в разные периоды жизни решать актуальные для него проблемы.

Когда ребенок начинает осознавать себя и исследовать устройство окружающего Мира, у него возникает множество вопросов ко взрослым. Многие детские вопросы ставят родителей в тупик. Не так-то просто объяснить ребенку, почему все происходит так, как происходит, и «что такое хорошо, а что такое плохо». Наблюдая за судьбами героев, проживая сказочные ситуации, воспринимая язык сказочных образов, ребенок во многом формирует для себя картину Мира, и в зависимости от этого ребенок будет воспринимать разные ситуации и действовать различным образом.

Признак настоящей сказки – хороший конец. Это дает ребенку чувство психологической защищенности. Что бы ни происходило в сказке, все заканчивается хорошо. Оказывается, что все испытания, которые выпали на долю героев, были нужны для того, чтобы сделать их более сильными и мудрыми. С другой стороны, ребенок видит, что герой, совершивший плохой поступок, обязательно получит по заслугам. А герой, который проходит через все испытания, проявляет свои лучшие качества, обязательно вознаграждается. В этом заключается закон жизни: как ты относишься к Миру, так и он к тебе.

Ореол тайны и волшебства – это качество, свойственное волшебным сказкам. Волшебная сказка как живой организм – в нем все дышит, в любой момент может ожить и заговорить даже камень. Эта особенность сказки очень важна для развития психики ребенка. Читая или слушая сказку, ребенок «вживается» в повествование. Он может идентифицировать себя не только с главным героем, но и с другими одушевленными персонажами. При этом развивается способность ребенка децентрироваться, вставать на место другого. Ведь именно эта способность человека почувствовать нечто, что отличается от него самого, позволяет ему ощутить многогранность Мира и свое Единство с ним. Сказка так же многогранна, как и жизнь. Именно это делает сказку эффективным психотерапевтическим и развивающим средством.

Цели

В зависимости от того, в какой именно науке применяется сказкотерапия и для человека какого возраста, она может преследовать разные цели.

В психологии:

* искоренение страхов;
* воздействие на личность посредством неосознанных ассоциаций;
* активация защитных механизмов психики;
* помощь в выборе правильного решения;
* программирование жизненного плана человека на будущее;
* борьба с комплексами и расстройствами личности,
* В педагогике:
* как метод психологической коррекции девиантного поведения у подростков для формирования правильных ценностей; ( детские рассказы Михаила Зощенко рассказ «Находка»)
* устранение таких детских проблем, как фобии и неуверенность в себе;( Ослик который мечтал стать бабочкой автор Татьяна Макарова)
* коррекция характера;
* улучшение внутреннего состояния;
* внушение правильных общественных стереотипов на примере положительных сказочных героев;
* выстраивание «морально правильного» поведения;
* развитие творческих способностей;
* повышение заниженной самооценки;
* формирование веры в позитивное разрешение проблем.

Кроме того, сказкотерапия используется даже в логопедии (на занятиях по развитию речи). Считается, что она помогает развивать и совершенствовать у дошкольников:

* звуковую и смысловую речь;
* фонематическое восприятие;
* артикуляцию;
* дифференциацию звуков, введение их в речь;
* слоговую структуру слов;
* структуру предложений;
* умение формулировать связные высказывания (распространённые предложения, диалогическую речь, пересказ).

3. Методы

Есть разные подходы в работе со сказкой. Может сочинять ребенок, а взрослый дополнять своими вариантами, вводить поддерживающих или помогающих персонажей. Или — взрослый сочиняет начало сказки, ребенок продолжает. Взрослый сочинят историю, а ребенок придумывает продолжение истории, рисует комикс по истории, что-то меняет или дополняет. Можно сочинять совместно, по ходу сочинения сказки подсказывать ребенку те формы поведения, которыми он не владеет. Вариантов множество!

* Рассказ

Сначала сказку рассказывает специалист. Спустя какое-то время он просит своего собеседника пересказать ему то, что тот запомнил. Те моменты, которые он будет более ярко и подробно описывать, позволят понять, какие наболевшие акцентуации и паттерны у него существуют.

* Иллюстрация

Обычно используется в работе с детьми, хотя порой и для взрослых. После прочтения сказки психолог просит нарисовать иллюстрацию к ней. Либо произвольно, либо какого-то конкретного события (которое было вплетено специально для раскрытия внутренних проблем пациента), либо персонажа. Здесь оценивается выбор сюжета, героя, оттенков, динамики изображённого. Если добрый персонаж будет нарисован схематически и совершенно не ярко, а злой, отрицательный — в мельчайших подробностях и по центру картины, смещение ценностных ориентиров будет налицо.

* Сказкотерапевтическая диагностика

Один из самых сложных методов, чаще всего используемых в работе со взрослыми. Психолог предлагает неожиданные вопросы по, казалось бы, совершенно простым сюжетам. Если брать известные русские народные сказки, можно привести следующий пример.

Есть и другие методы — сочинение собственной сказки (учитываются те моменты, на которых ставится акцент, а также концовка), мастерская кукол (похоже на рисование), театральная постановка или хотя бы чтение по ролям (здесь психолог смотрит, какого персонажа примерил на себя человек, как обосновал свой выбор, как отыграл).

4. Психология народа.

Сказка несет в себе культуру, а также мировоззрение своего народа. Африканские сказки не похожи на русские или французские, восточные сказки отличаются от европейских. Через сказки разных народов ребенок имеет возможность познать жизнь и взгляд на Мир в разных уголках Земли. Причем, в сказках обычно передается самое сокровенное и характерное для нации.

*Сказка показывает возможные и желательные формы поведения*. Пример Иванушки-дурачка, который сделал вид, что не знает, как садиться на лопату Бабы Яги, показывает, в каких случаях эффективна хитрость. В других ситуациях, слушая сказку, узнать, что есть моменты, когда нужно быть смелым и использовать прямую агрессию — достать меч и победить дракона, показать свою силу или состоятельность.  
*Сказка, особенно волшебная, является источником, восстанавливающим душевные силы.* Возможность использования волшебной силы — это ничто иное, как напоминание о том, что для решения любых проблем можно найти дополнительные рычаги.

*Сказка позволяет переживать эмоции.* Персонажи, конечно, выдуманные, но их действия вызывают вполне реальные чувства. То есть — сказка дает возможность учиться на чужих ошибках! Можно, например, пережить состояние сестрицы из сказки «Гуси-лебеди» и узнать, как тяжко будет, если «оставить братца и заиграться, загуляться».

*Сказка обладает силой внушения***.** Чаще всего мы рассказываем сказку перед сном, когда ребенок расслаблен, а это благоприятное состояние для внушения. Поэтому на ночь желательно рассказывать позитивные сказки со счастливым концом.

*Сказка готовит к взрослению***.**Неказистый Емеля превращается в красавца жениха, маленькая Дюймовочка проходит ряд испытаний и попадает в страну Эльфов. Это ничто иное, как истории превращения маленького человека во взрослого.

5.Детям 3-5 лет наиболее понятны и близки сказки о животных и сказки о взаимодействии людей и животных. В этом возрасте дети часто идентифицируют себя с животными, легко перевоплощаются в них, копируя их манеру поведения.

Начиная с 5 лет, ребенок идентифицирует себя преимущественно с человеческими персонажами: Принцами, Царевнами, Солдатами и пр. Чем старше становится ребенок, тем с большим удовольствием он читает истории и сказки про людей, потому что в этих историях содержится рассказ о том, как человек познает Мир. Примерно с 5-6 лет ребенок предпочитает волшебные сказки.

Мы привыкли рассматривать сказку как некую развлекательную деятельность, способ расширить кругозор, вынести мораль. Но психология выделяет гораздо большее количество функций, которые выполняет вымышленная история, рассказанная определенным образом:

1. **Решение задач, стоящих перед человеком.** Рассказанная история показывает проблему, идентичную реальной, и способы ее преодоления. Слушатель подсознательно ассоциирует вымышленную ситуацию с собственной, анализирует возможность применения предложенных вариантов.
2. **Развитие мыслительных процессов.**Для детей 3-12 лет – слушание, анализ, последующее обсуждение произведения, определение положительных и отрицательных персонажей — это инструменты совершенствования памяти, внимания, логического мышления. Кроме того, сказка знакомит ребенка с ранее неизвестными ему понятиями, явлениями, словами, выступая также приемом речевого развития.
3. **Передача истинных ценностей.**Через сказку поколения людей передают своим потомкам понятия добра и зла, честности, ответственности, любви и справедливости. Придуманные герои учат порядочности, заботе о близких, достижению целей.
4. **Выявлением забытых, далеких детских травм** занимается сказкотерапия для взрослых — через анализ любимого произведения человека либо истории, придуманной им самим.
5. **Эмоциональное насыщение.**Искреннее сопереживание героям повествования позволяет снять имеющуюся блокировку на определенные эмоции («мальчики не плачут», «нельзя так злиться» и другие шаблонные установки, навязываемые обществом), полноценно прожить их, назвать и принять положительные и отрицательные чувства.
6. **Изменение поведения** — терапевтические сказки коррекционного направления мягко поворачивают поведенческие реакции детей в сторону более эффективных, безопасных, допустимых.

**Примерный алгоритм работы со сказкой:**

1 Основная тема сказки, смысл который хотел донести автор или режиссёр произведения.

2 Герой, его характер, мотивы, поступки .

3Отношения между героями и другими персонажами.

4 Важнейшие события

5Трудности главного героя сказки.

6Способы разрешения трудных ситуаций.

В развитии сказочного сюжета волшебной сказки есть определенные закономерности. Можно найти семь этапов развития сказочного сюжета, которые перекликаются с этапами формирования личности человека.

Первый этап – это этап развития в отчем доме. Его проходит не только сказочный герой (царевич, солдат, крестьянин, купец), но и каждый человек. На протяжении этого периода своей жизни человек перенимает, «впитывает», познает родительский опыт и формирует мировоззрение; он накапливает информацию о явлениях Мира; аккумулирует в себе энергию родительской любви, которая в его самостоятельной жизни послужит ему опорой. Этот период длится от рождения и примерно до 11-14 лет. Это период накопления доверия к миру и веры в свои силы.

В каждой сказке главный герой рано или поздно покидает родительский дом. Задача второго этапа – определение от родительского дома, выделение себя как отдельной самостоятельной личности. В период примерно с 11 до 18 лет человеку очень важно психологически отделиться от родителей, выработать свой собственный взгляд на Мир. Часто подростки создают большое количество проблем своим родителям, и это неудивительно – ведь процесс выделения себя из семьи очень болезнен. Однако отделиться – это не значит порвать с родителями, обесценивать их жизненный опыт и метод воспитания. Отделиться – это значит принять своих родителей такими, какие они есть, и найти свое собственное место в жизни. Сказка учит нас тому, что процесс психологического расставания ребенка с родителями естественен и необходим. Отделяясь от родителей, лишаясь их поддержки, сказочный герой, так же как и человек, может рассчитывать только на самого себя.

На предыдущем этапе герой принял первое важное решение в своей жизни – действовать самостоятельно. Теперь, когда он один, перед ним встает еще более сложная и глубокая задача – какой выбрать путь (третий этап). Часто в сказке главный герой выбирает самый трудный (на первый взгляд) путь, но именно он приводит героя к успеху. Здесь происходит проверка на силу духа и искушение.

Герой идет по дороге, и здесь он встречается с разными существами, нуждающимися в его помощи. Эти ситуации – проверка на «доброе сердце». Каждое доброе дело, сделанное от чистого сердца, приносит герою новых друзей и помощников. Сказка учит – как ты относишься к Миру, так и он к тебе. Герой выходит из ситуации неопределенности, выбирает свой путь и приобретает себе верных помощников. Они появляются в самый нужный момент – тогда, когда герой не сможет справиться с ситуацией сам.

В жизни человека – это этап осознания смысла существования и поиска своего места в жизни. Обычно этот период начинается перед окончанием школы. После окончания школы меняется его окружение. В техникумах, институтах, на работе появляются новые друзья, планы. Меняется его стиль жизни. С этим периодом жизни связаны три важные психологические задачи, которые сознательно или бессознательно решает для себя молодой человек:

1. **Принятие самого себя** – «я такой, какой я есть».
2. **Принятие своего пути** – «я совершаю свой собственный путь, который я для себя выбрал».
3. **Принятие ответственности за свои выбор и действия** – «я несу ответственность за свои действия и за то, что происходит со мной».

На этом этапе развития личности человека встает вопрос о доверии самому себе, доверии тому, что человек считает правильным для себя – вопрос о Совести, о том стержне, внутреннем голосе, индикаторе, который позволяет совершать или не совершать те или иные поступки.

Борьба и победа – это кульминация сказки. Герой достигает цели своего пути и вступает в борьбу с персонифицированным злом (Кощей Бессмертный, Баба-Яга, Колдунья, Ворон Воронович и др.). Бывает, что герой не с первого раза побеждает противника; иногда он прибегает к хитрости или к помощи других персонажей сказки. Так или иначе, сказочный герой побеждает зло. Герой, побеждая зло, изменяется внутренне, приобретает новые возможности и опыт. «Борьбу со злом» можно найти в реальной жизни человека (четвертый этап). Борьба со злом может быть и внешней. Нередко человеку приходится противостоять ситуациям, где он оказывается в положении сказочного героя, борющегося с драконом. Побеждая физически или духовно, человек становится сильнее и мудрее.

Оказывается, что победа над злом не означает полной победы и конца испытаний. На пятом этапе герой сталкивается с задачами, решать которые он должен уже с позиции нового опыта. Сказка учит: будь бдительным – основное зло не открыто, а скрыто; оно появляется тогда, когда ты расслаблен и меньше всего его ожидаешь. Мудрость сказки заключается в том, что на примере главного героя нам дают понять, что достигнутая цель, результат – еще не конец пути, а только указание на то, что мы движемся в правильном направлении. Основной задачей оказывается не победа над злом, не новые знания и опыт, а умение все это правильно и вовремя применить в изменившейся для человека жизни.

И вот, наконец, все трудности позади (шестой этап), на пригорке показался отчий дом. Герой так давно ждал этого момента. Однако дома многое изменилось: героя, по навету братьев, считают подлецом или погибшим; невеста героя собирается замуж за другого. Но герой уже сталкивался со скрытым злом на предыдущем этапе, теперь он мудр и осторожен. Он, используя весь опыт пройденного пути, проходит необходимые испытания и восстанавливает справедливость. Так происходит утверждение себя как зрелой самостоятельной личности в родном доме, где раньше он считался маленьким или ни на что не способным; и самое главное на этом этапе – своевременное применение приобретенных возможностей.

Нередко в жизни человека бывают ситуации, когда он вынужден доказывать своим родным и близким свое право на самостоятельную жизнь и решения. Человек уже давно имеет свою семью, а родители до сих пор считают его маленьким и не способным к самостоятельным действиям. И в этой ситуации человеку приходится приложить немало душевных сил для того, чтобы самому себе и родным доказать свою зрелость.

Седьмой этап – это этап, когда та искра, «королевское начало» героя, получает предметное воплощение: он становится «королем». Так же и человек, реализуя себя, становится на ступень выше в своем развитии. Часто сказка заканчивается свадьбой. Свадьба может быть рассмотрена как символ завершенности какого-либо процесса, воссоединения, восстановления целостности. Однако сказка имеет свой конец, а жизнь нет. Поэтому человеку неоднократно приходится проходить эти этапы в течение своей жизни.