

УДК 372:37.02

Наталья Уварова

УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ПОЛОЖИТЕЛЬНОГО ЖИЗНЕННОГО СЦЕНАРИЯ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНИКА СРЕДСТВАМИ СКАЗКОТЕРАПИИ

Современная жизнь ребенка насыщена очень многими событиями. Интернет, телевидение, образовательные учреждения – с одной стороны развивают ребенка, а с другой – часто возникают ситуации, когда ребенок не в состоянии справиться с негативным внешним воздействием. Сказка – в образно-символической форме предлагает ребенку типичные образцы и способы, позволяющие противостоять этому воздействию.

В сказках, мифах, притчах собран опыт предыдущих поколений, опираясь на который современные специалисты могут достичь значительных результатов, сделать свою деятельность более эффективной и результативной. Обращаясь к данному опыту, мы получаем кристаллизованную мудрость наших предков.

На наш взгляд, актуальность изучения данной темы заключается в том, что сказка обладает огромным неизученным ресурсом, как необходимым современным специалистам.

В профессиональной деятельности к сказкам, мифам, художественным произведениям обращались многие филологи (С. Бремон, А. Греймас, К. Леви-Строс, В. Я. Пропп и др.); педагоги (Я. Корчак, В. А. Сухомлинский, К. Д. Ушинский и др.), психологи и психотерапевты (Э. Берн, Б. Беттельхейм, С. Биркхойзер-Оэри, И. В. Вачков, Э. Гарднер, А. В. Гнездилов, Т. Грабенко, К. П. Эстес, Т. Зинкевич-Евстегнеева, А. И. Копытин, Л. Д. Лебедева, А. Менегетти, М. В. Осорина, Д. Ю. Соколов, М. Л. Фон Франц, Э. Фромм, К. Г. Юнг, Э. Юнг; и др.). В настоящее время сказкотерапия не имеет достаточно разработанной теоретической и методологической базы и часто используется в русле других психотерапевтических направлений (психоанализа, гештальттерапии и др.). Тем не менее, многие отечественные специалисты и исследователи обозначают сказкотерапию как самостоятельный метод работы (И. Вачков, А. Гнездилов, Т. Грабенко, Ю. Дрешер, Т. Зинкевич-Евстегнеева, Д. Соколов и др.) [6, с. 5–6].

Цель исследования заключалась в рассмотрении возможности сказки в процессе формирования положительного жизненного сценария младшего школьника.

Задачи нашего исследования заключались в анализе литературы по проблеме исследования; раскрытии возможности влияния сказки на формирование жизненного сценария младшего школьника.

В основу данной работы положена гипотеза, согласно которой

жизненный сценарий младшего школьника будет успешным, если будет сформирована положительная установка по отношению к отрицательному образу героя сказки.

Изучение сказок с позиции их глубокого архетипического наследия позволяет нам не только понять глубокий, сакральный смысл, скрытый в такой форме выражения коллективного бессознательного, но и решить свои личные проблемы, проводя аналогии и глубокий анализ представленного в виде сказок и мифов материала.

Существенным фактором, подтверждающим объективный характер наличия и важности для ребенка любимой детской сказки, являются прямые наблюдения за детьми. Ханс Дикман во время многолетней деятельности в качестве детского аналитика и терапевта имел возможность наблюдать притягательность этих сказок, особенно при анализе детей в возрасте 4–10 лет. Роль, которую сказки играют во время сеансов, будучи включенными в игровую терапию самими детьми, зависит от того, в какой степени терапевт обращает на это внимание или спрашивает у детей о том, какую сказку они больше всего любят или боятся. Здесь обнаруживается тот же феномен интенсивных взаимосвязей между сказкой и психической проблемой ребенка [7, с. 89–90].

Понимание и проживание через сказку содержания, свойственного внутреннему миру любого человека, позволяют ребенку распознать и обозначить собственные переживания и собственные психические процессы, понять их смысл и важность каждого из них.

Метафора не только облегчает этот процесс, расширяя границы детского сознания, но и затрагивает определённые слои подсознательного. На этом и строится психотерапевтический процесс, использующий сказки и метафоры, например, в позитивной психотерапии Носсрата Пезешкяна (1992). Буквальный смысл сказки воспринимается сознанием, в то же время подсознание занимается более тонким и кропотливым делом: разгадыванием и обработкой метафорических сообщений, расшифровкой скрытого смысла, второго плана, неочевидного содержания. Если на сознательном уровне ребенок воспринимает сказочные метафоры как иной, вымышленный мир и проживает события не вполне всерьез, играючи, то его подсознание «верит» в сказочные ситуации как в реальные. Психологами не раз отмечалось, что метафорический смысл сказки часто усваивается только на подсознательном уровне и задает нужную программу изменений в поведении, реструктурирования ценностей, взглядов и позиций. Это и позволяет считать сказки и метафоры важным психотерапевтическим приемом, помогающим ребенку упорядочить свой внутренний мир [3, с. 31].

Таким образом, «сказкотерапия – это процесс поиска смысла, расшифровка знаний о мире и системе взаимоотношений в нем» [5, с. 6].

Сказка позволяет увидеть и понять жизненные проблемы, а

сказкотерапія – найти решение данных проблем. Сказкотерапія – это процесс образования связи между сказочными событиями и поведением в реальной жизни. Это процесс переноса сказочных смыслов в реальность [5, с. 7].

Проанализировав имеющуюся литературу, можно сделать вывод. Сказка – это отражение реального мира, основанное на использовании символических образов, это отражение накопленного нашими предками опыта, представленное в метафорической форме. Сказкотерапія помогает нам «перевести» данную информацию на доступный нашему восприятию язык.

Основанное на знаниях рациональное сознание возникает только в процессе развития и созревания человека. Согласно результатам психоаналитических исследований, оно начинает формироваться примерно на шестом году жизни. До тех пор ребенок живет в магико-мифическом мире, где рядом с темными импульсами и инстинктами сначала возникает образное сознание, в котором сосуществуют магические и мифические мотивы, образы, идентификации, реакции, представления и приемы. Этот этап раннего развития сознания и мировосприятия, когда, согласно «Кассиреру», мышление комплексно и сохраняется идентичность Основного гештальта, является самым ранним пробуждением духа. Это образное мифическое переживание Мира остается фундаментом, и ему присущ отнюдь не только регрессивно-негативный характер, выражающий себя в суевериях или неврозах. Эта область образов и фантазий, в высокой степени эмоционально заряженных, становится фундаментом как новых душевных обретений ребенка, так и процессов изменения и развития. Важность подобных архетипических образов подтверждается даже в области научных исследований. Физик Паули указывает на то, что при «развитии научных идей любое достижение знания является длительным процессом, в ходе которого рациональной формулировке содержания сознания предшествует процесс в бессознательном. В этом мире символических образов в качестве упорядочивающих и придающих форму элементов функционируют архетипы, представляющие собой искомые мосты между чувственными наблюдениями и идеями, вследствие чего они и являются необходимой предпосылкой для возникновения естественно-научной идеи» [7, с. 47–50].

Архетип – термин психологии аналитической, ее центральное понятие. Означает суть, форму и способ связи наследуемых бессознательных первообразов и структур психики, переходящих из поколения в поколение. Архетипы обеспечивают основу поведения, структурирования личности, понимание мира, внутреннее единство и взаимосвязь культуры и взаимопонимания. Иначе – всеобщие, априорные, психические и поведенческие программы [4, с. 27].

Архетипический язык отражает содержание высших слоев сознания

как наиболее глубоких слоев бессознательного, где находятся неисчерпаемые запасы энергии, ресурсов и духовных знаний [2, с. 42].

Изучение сказок с позиции их глубокого архетипического наследия позволяет нам не только понять глубокий, сакральный смысл, скрытый в такой форме выражения коллективного бессознательного, но и решить свои личные проблемы, проводя аналогии и глубокий анализ представленного в виде сказок и мифов материала.

Сценарный анализ – это один из элементов трансактоного анализа. Создателем трансактоного анализа является американский психиатр Эрик Берн. Теория трансактоного анализа основана на наблюдениях, полученных Э. Берном в процессе работы с разными типами клиентов. Она состоит из четырех разделов:

1. Анализ «Я-состояний» Э. Берн считал, что у каждого человека есть три основных Я-состояния: Родитель (Заботливый или Критикующий), Взрослый и Ребенок (Естественный или Приспособившийся). В «родительском» Я-состоянии мы чувствуем, думаем и ведем себя так, как это делали наши родители или люди, их замещавшие, в наши детские годы. «Детскому» Я-состоянию соответствуют чувства, мысли и поведение, которые были характерны для нас в детстве. Когда мы решаем какую-нибудь задачу, справляемся с проблемами, то есть активизируем мышление, мы находимся во «взрослом» Я-состоянии.

Мы переходим из одного состояния в другое в течение дня множество раз.

2. Трансакционный анализ. Это анализ межличностных коммуникаций. Трансакция – это единица межличностного взаимодействия. Для разных Я-состояний характерны разные типы трансакций. Они бывают параллельные (например, из Взрослого одного человека к Взрослому другого: запрос идет к определенному Я-состоянию, и от него приходит ответ, адресованный запрашивающему Я-состоянию), пересекающиеся (ответ исходит не от запрошенного Я-состояния) и скрытые (вербально подается одно сообщение, а интонационно и мимически – другое).

3. Анализ игр. Игра – это несколько взаимосвязанных трансакций, имеющих свойство повторяться в данной стереотипной последовательности, всегда с одним и тем же результатом (результатом обычно являются отрицательные эмоции у всех участников взаимодействия). Человек может играть с кем-нибудь или сам с собой.

4. Сценарный анализ. Сценарий – это неосознаваемый план всей жизни, наиболее глобальное понятие в теории трансактоного анализа. В младенчестве, в процессе взаимодействия с матерью, у ребенка складывается общее ощущение благополучия или неблагополучия, которое ложится в основу жизненного сценария, определяя, кем станет в будущем ребенок: Победителем или Неудачником, Принцем или Лягушкой. В сценарии записаны важнейшие события жизни человека. Жизненный

сценарий – почти то же самое, что и судьба. Ребенок на основании доступной ему информации решает, что определенная жизненная позиция, определенные ожидания и определенный жизненный путь являются правильным разрешением проблемной ситуации, в которой он находится [8].

Сценарий – это постоянно действующий жизненный план, созданный в детстве под влиянием родителей. Это психологическая сила, подталкивающая человека к его судьбе, независимо от того, сопротивляется ли он или подчиняется добровольно [1, с. 187].

Большинство людей подсознательно имеют свой жизненный план, или сценарий, согласно которому они структурируют более длительные периоды времени – месяцы, годы или даже всю свою жизнь, заполняя время ритуальной деятельностью, времяпрепровождениями, развлечениями, играми. Сценарии обычно основываются на детских иллюзиях, которые могут не исчезнуть в течение всей жизни [1, с. 184].

Возраст от шести до десяти лет в психоанализе называется латентным периодом. В это время ребенок старается увидеть, скорее узнать как можно больше обо всем мире. В эту пору у него имеется лишь смутное представление о своих целях в жизни.

Большинство детей начинают свою сознательную жизнь с желания жить вечно и всегда любить своих близких. Но многие обстоятельства жизни через пять-шесть лет могут заставить ребенка взглянуть на эти проблемы иначе. И он может решить (что понятно из-за ограниченности его опыта) умереть молодым или никогда никого больше не любить. С помощью родителей и всей окружающей его среды он узнает, что жизнь и любовь со всеми их опасностями все же достойны внимания. Он находится в постоянном поиске сюжета, к которому подошло бы его сценарное оборудование, а также героя, который указал бы ему надлежащую дорогу.

Сюжеты и герои живут в сказках и историях, содержащихся в книгах, которые он читал сам, которые читали или рассказывали ему люди, пользующиеся его доверием, – мама, папа, бабушка, дедушка, приятели или детсадовский воспитатель, прошедший соответствующую педагогическую подготовку. Процесс рассказывания сказок – сам по себе более реален и более захватывающий, чем уже рассказанная сказка. Что происходит между ребенком и матерью после сказанных ею слов: «А когда почишь зубы, я расскажу тебе сказку» – и моментом, когда, закончив сказку и улыбнувшись со словами: «Ну, вот и все...», она плотно подтыкает под него одеяло? Каков его последний вопрос и как она подоткнет одеяло после каждой рассказанной сказки? В эти моменты жизненный план обретает плоть, тогда как рассказанная сказка или прочитанная история дает ему «скелет». В него входят как части «скелета»: 1) герой, на которого ребенок хочет быть похожим; 2) злодей, который может стать примером, если ребенок подыщет ему соответст-

вующее оправдание; 3) тип человека, воплощающий в себе образец, которому он хочет следовать; 4) сюжет – модель события, дающая возможность переключения с одной фигуры на другую; 5) перечень персонажей, мотивирующих переключение; 6) набор этических стандартов, предписывающих, когда надо сердиться, когда обижаться, когда чувствовать себя виноватым, ощущать свою правоту или торжествовать. Если помогут внешние обстоятельства, то жизненный путь человека может соответствовать плану жизни, сложившемуся на этой основе. Поэтому психотерапевту очень важно знать любимую сказку или историю из далекого детства пациента, ибо она может составлять сюжет его сценария со всеми недостижимыми иллюзиями и будто бы неизбежными трагедиями этого человека [1, с. 282].

Э. Берн считал, что жизненный путь личности складывается из четырех составляющих:

1. Генетическая предрасположенность.
2. Жизненный сценарий.
3. Автономная воля.
4. Непредвиденные обстоятельства.

Таким образом, помимо жизненного сценария существуют еще три переменных, влияющих на человеческую судьбу. Они могут способствовать или препятствовать осуществлению сценария.

Для выяснения сценария можно напрямую спросить человека о том, какой персонаж ему нравился в детстве, либо о его любимой сказке, стихотворении, песенке. К сожалению, испытуемый, как правило, не может ответить на этот вопрос – мешает сопротивление. Поэтому обычно используется сочинение исследуемым собственной сказки с последующим её обсуждением (отношение к тому или иному персонажу, кто из персонажей похож на автора, пересказ сказки от лица выбранного персонажа и т.д.). Такие сказки дают исследователю огромное количество информации, но не все испытуемые способны сочинить сказку, и не всегда на это хватает времени.

Как можно заметить, этот метод предполагает индивидуальное обследование, довольно тесный контакт с испытуемым и наличие определённых навыков интерпретации такого неструктурированного материала [9].

Проанализировав имеющуюся литературу, мы можем говорить о том, что сказка, являясь созданием народной души, обладает огромным, на сегодняшний момент до конца неисследованным, потенциалом для изучения человеческой психики. Передавая информацию на языке образов, она транслирует глубокий смысл общечеловеческих ценностей, передаваемых из поколения в поколение.

Архетипический язык отражает содержание высших слоев сознания как наиболее глубоких слоев бессознательного, где находятся

неисчерпаемые запасы энергии, ресурсов и духовных знаний.

Человек, проходя свой жизненный путь, должен овладеть своим внутренним миром, сформировать, в первую очередь, его образ. Сказки предоставляют ему такую возможность.

Кроме того, существуют глубокие связи сказки и жизненного сценария человека. Любимая сказка или напугавшая в детстве сказка может повлиять на жизненный путь, даже если сознательно такая связь и не прослеживается. Сказкотерапия может изменить неблагоприятный сценарий, помочь справиться с имеющимися проблемами и сформировать положительный жизненный сценарий.

В связи с этим, нами была разработана экспериментальная программа «Формирование положительного жизненного сценария младшего школьника», которая будет способствовать личностному росту, раскрытию потенциальных возможностей, формированию положительного жизненного сценария школьника. Кроме того, в процессе выполнения игровых заданий, может проводиться работа по сплочению коллектива, эффективному межличностному общению, корректируется эмоциональное состояние ребенка, снижается тревожность.

Программа предназначена для работы с младшими школьниками; оптимальная численность группы – 10–12 человек; продолжительность занятий – 40 минут. Периодичность занятий определяется самим психологом, но не реже одного раза в неделю.

На первом и заключительном занятиях проводится анкетирование и рисуночный тест «Нарисуй своего любимого героя русских народных сказок».

Данная программа носит рекомендательный характер. Занятия могут строиться с учетом проблем конкретного состава группы. Игровые упражнения могут быть изменены, если есть необходимость уделить внимания какой-то конкретной проблеме – например, работе со страхами или снятию тревожности. Порядок и количество сказок также носят рекомендательный характер.

В ходе реализации программы очень важно установить контакт с детьми, бережно относиться к их творческим проявлениям, завоевать доверие. Педагог-психолог должен поддерживать любую инициативу ребенка, помочь ему в реализации интересных идей. Педагог-психолог может советовать, но, ни в коем случае, не навязывать свое мнение.

Важным в ходе реализации программы является не столько когнитивный компонент, а, в основном, эмоциональный, позволяющий сформировать устойчивую жизненную позицию.

Теоретическая значимость нашей работы заключается в изучении ключевых аспектов формирования жизненного сценария младшего школьника средствами сказкотерапии. Практическая значимость работы заключается в разработке авторской программы «Формирование

положительного жизненного сценария младшего школьника» и в том, что накопленный теоретический материал может быть предложен для использования педагогами дошкольных и школьных образовательных учреждений.

Подводя итог, хотелось бы еще раз отметить, что сказкотерапия как психотерапевтический метод позволяет изменить неблагоприятный жизненный сценарий. Проработка любимой сказки является эффективным методом коррекции жизненного сценария младшего школьника.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры / Берн Э. – М. : Эксмо, 2013. – 576 с.
2. Василец Т. Б. Мужчина и женщина – тайна сакрального брака / Василец Т. Б. – СПб. : Речь, 2010. – 496 с.
3. Вачков И. В. Сказкотерапия: Развитие самосознания через психологическую сказку / Вачков И. В. – М. : Ось-89, 2001. – 144 с.
4. Головин С. Ю. Словарь практического психолога / Головин С. Ю. – Минск, Харвест, 1998. – 589 с.
5. Зинкевич-Евстегнеева Т. Д. Практикум по сказкотерапии / Зинкевич-Евстегнеева Т. Д. – СПб. : Речь, 2006. – 320 с.
6. Каяшева О. И. Библиотерапия и сказкотерапия в психологической практике : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Каяшева О. И. – Самара : издательский Дом «Бахрах-М», 2012. – 286 с.
7. Ханс Дикманн. Юнгианский анализ волшебных сказок. Сказание и иносказание. Приложение: Методы аналитической психологии. (Главы из книги) / Ханс Дикманн ; перевод Г. Л. Дроздецкой и В. В. Зеленского ; под общей редакцией В. В. Зеленского – СПб. : Академический проект, 2000. – 256 с.
8. Чиркова М. А. Анализ жизненных сценариев на материале авторской сказки [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://www.transactional-analysis.ru/script/169-fairytale>
9. Чиркова М. А. Сказкотерапия как метод работы с жизненными сценариями [Электронный ресурс] / Чиркова М. А. // Современные проблемы прикладной психологии : материалы Всероссийской научно-практической конференции. Т. I. Ярославль, 2006 г. – Режим доступа : <http://www.transactional-analysis.ru/base/170-method>