

Сказкотерапия

в детской клинической психологии

Автор и составитель:

Панфилова Марина Александровна

В пособии вошли статьи, сказки М.А. Панфиловой, а так же материалы профилактической программы сотрудников кафедры клинической психологии д.м.н Н.А.Сироты, к.м.н. Т.В.Воробьёвой и др. специалистов практикующих сказкотерапию.

В работе подробно описываются сказкотерапевтические методы в работе с детьми и подростками, снабженные теоретическим обзором и иллюстративными сказками из практики авторов.

Для психологов, психиатров, невропатологов, студентов указанных специальностей и всех интересующихся данной проблематикой.



СОДЕРЖАНИЕ

Введение.

Глава 1. Диагностические сказки

- 1.1. Сказки для выявления отношения ребёнка к болезни, к лечению и к здоровью.
- 1.2. Сказки для диагностики стилей совладающего поведения (проективная методика «Закончи сказку» для детей младшего и среднего школьного возраста авт. Т.В. Воробьева).
- 1.3. Сказки для определения ресурсов и адаптационных возможностей ребёнка.

Глава 2. Адаптационные и дидактические сказки

- 2.1. Сказки для формирования образа врача.
- 2.2. Сказки для знакомства с медицинскими процедурами.

Глава 3. Коррекционные и психотерапевтические сказки

- 3.1. Сказки для здоровья.
- 3.2. Сказки для эмоционально-поведенческой коррекции.
- 3.3. Мультикомпонентная программа профилактики нарушенных форм адаптации, зависимости от психоактивных веществ и ВИЧ/СПИДа для детей младшего школьного возраста «Корабль» (авт. Н.А. Сирота, Т.В. Воробьева, А.В. Ялтонская).

ВВЕДЕНИЕ.

Сказкотерапия существует и эффективно используется с древних времён. Знания о мире, о философии жизни испокон веков передаются из уст в уста, каждое новое поколение перечитывает и впитывает их. Сказки рассказывают о разнообразии мира, о поступках людей, где реальность дополняется волшебными возможностями и чудесами. Сказки способствуют развитию наблюдательности, способности сочувствовать и сопереживать. Даже самые короткие сказки ярко и образно показывают последствия действий, поступков, учат детей ответственности в принятии решений, объясняют детям события и явления нашего сложного мира.

Сказки отражают содержание культуры, к которой принадлежат и формируют культурный смысл поведения. Истории, мифы, легенды и другие сказки, таким образом, предоставляют слушателю или читателю ценную информацию и осмысление жизни людей, обычаев, убеждений и даже их чувства юмора и психологических предпочтений, способствующих пониманию культурных различий. Внутри культуры, внутри семьи создаются свои коллекции детских сказок, которые отражают мораль, транслируют понимание и знания родителей.

Впервые сказка как *психологический метод* была определена в школе психоанализа и являлась проективной методикой, которая имеет много общего со свободными ассоциациями или сновидениями. Однако сказка и рассказывание историй, как психотерапия так тесно переплелись с повседневными видами общения взрослого и ребёнка, что порой трудно отделить одно от другого. И в этом есть ценность сказки, в её естественности и доступности. Дети рассказывают истории, чтобы общаться с родителями, друзьями, преподавателями, чтобы косвенно выразить значимое содержание, когда прямое выражение представляет риск или угрозу для ребёнка. Например, семилетний мальчик, вернувшись из школы, рассказывает маме как бы придуманную им сказку о конфликте одного мечтательного ученика и

учителя-волшебника, подробно описывает переживания ученика, который забыл дома нужную вещь и не смог выполнять задания. Мама внимательно выслушала своего сына, посочувствовала юному волшебнику, а потом поинтересовалась, с кем именно произошла эта неприятность, как зовут этого ученика. Её сын признался, что эта история про него, и учитель просит из-за этой истории прийти родителей в школу. Однако мама уже не смогла сильно сердиться, так как своё отношение ко всему произошедшему она высказала, а главное – смогла дослушать всё до конца и не оборвать рассказ сына эмоциональными вспышками и обвинениями.

С помощью сказки, рассказывания историй взрослые символически помогают детям справиться с проблемой, выбрать приемлемую альтернативу. Ребёнок рассказывает свою историю, а взрослый предлагает ответную, в которой могут быть различные варианты или модели поведения, негативные и позитивные перспективы поступков и пр. Так психологи могут решать диагностические и психотерапевтические задачи (Gardner, 1995).

В современной отечественной психологии сказкотерапию («лечение сказками») рассматривают более широко, и специалисты соединяют сказку, игру, рисование, песочную терапию и другие технологии для более полного восприятия содержания сказочных историй и для достижения поставленных диагностических, дидактических, коррекционных и психотерапевтических задач (Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, 1998).

Все эти задачи, безусловно, ставят перед собой детские клинические психологи, тем самым, определяя направления в использовании сказкотерапии в детской клинической психологии. Однако сказкотерапия как любой психологический метод требует глубины понимания процесса и ответственности в его использовании. Принцип «не навредить» актуален и в применении сказки. Миф о «безопасной сказкотерапии» опровергается фактами фобических или других эмоционально-поведенческих расстройств у детей, которые проявлялись после грубого погружения ребёнка в травмирующие сюжеты. Образное мышление, яркость представлений и

фантазий создают внутренние картинки у детей, особенно в дошкольном и младшем школьном возрасте, которые могут казаться ребёнку более пугающими, чем реальные ситуации. «Страшилки внутри» ребёнка отягощаются чувством беспомощности и одиночества в их переживании, ведь кроме самого ребёнка их никто не видит и вряд ли сможет помочь. И здесь очень важна осторожность и тактичность взрослого, ведь он погружается в очень ранимый внутренний мир ребёнка.

Ситуации, с которыми приходится сталкиваться клиническим психологам в работе с детьми разнообразные, и не только связаны с заболеваниями, болью, фобиями и прочими психофизическими нарушениями. Детский клинический психолог в большей степени уделяет внимание особенностям психического развития ребёнка и его биопсихосоциальным ресурсам, позволяющим преодолевать негативные переживания и стресс. Каждый ребёнок имеет уникальное сочетание этих ресурсов, которые необходимо определить, и научиться их использовать. А в отдельных случаях, когда негативные переживания превышают возможности ребёнка, приходится их корректировать и формировать психологическую устойчивость к ним.

Современная отечественная детская клиническая психология подобна ребёнку ранних лет жизни: первые шаги ещё неуверенные и осторожные. Однако мы надеемся, что вместе со сказкой у детской клинической психологии путь станет более лёгкий, походка увереннее, а цель ясной и реально достижимой.

Данная книга представляет собой многолетний коллективный труд сотрудников кафедры клинической психологии Московского государственного медико-стоматологического университета (МГМСУ). Профессора, доценты, доктора, кандидаты психологических и медицинских наук, преподаватели и практические работники, студенты делятся своим опытом в применении сказкотерапии в сфере клинической психологии. Диагностические, адаптационные, дидактические, психокоррекционные и психотерапевтические сказки раскрывают широкие возможности

сказкотерапии в детской клинической психологии, которые могут использовать не только специалисты психологи или психотерапевты, а также родители и педагоги.

Автор и составитель,
кандидат психологических наук,
доцент кафедры клинической психологии МГМСУ
Марина Александровна Панфилова

Глава 1. Диагностические сказки

Прежде чем обращаться к любым психокоррекционным или психотерапевтическим технологиям необходимо определить источник проблем, их отражение в эмоциональной, когнитивной и поведенческой структуре личности ребёнка. Для этого сказка прекрасно зарекомендовала себя. Многие сказочные методики были построены по единой схеме: краткое содержание сказки и вопрос, на который ребёнку предлагается ответить. Так же могут быть предложены различные готовые варианты ответов.

В наши дни остаётся популярной методика «Сказки Дюсса» Эта проективная методика исследования была предложена детским психологом, доктором Луизой Дюсс в 1940 году. Методика использовалась в работе с детьми даже самого раннего возраста. Экспериментальный материал представляет собой текст сказок с картинками, где представлена некая ситуация взаимодействия или реакция ребёнка на что-то. Сюжеты сказок посвящены в основном актуальным внутрисемейным проблемам ребёнка, взаимоотношениям с родителями. Интерпретация данного сказочного теста предполагает явную психоаналитическую позицию психолога, который выявляет как ребёнок перенёс процесс отнятия от груди, отношение к комплексу кастрации, проявленность Эдипова комплекса и др. Однако несмотря на казалось бы специфичность целей, сами сказки решают задачи, которые важны любому детскому практическому психологу (тревожное состояние, актуальные страхи). Героями этих сказок являются животные (что очень позитивно воспринимается малышами), а так же реальные дети и родители. Достоинством данных сказок является их профессиональное грамотное изложение. А именно, они соответствуют основным требованиям к диагностической сказке:

1. краткость сказок и предложений;
2. доступность детям по теме сюжета;

3. герой сказки позитивно воспринимается ребёнком (любимое животное, игрушка, и т.п.)

4. главный герой сказки (с кем ребёнок себя идентифицирует) соответствует психодиагностической задаче;

Эти требования мы рассмотрим на примере нескольких сказок, которые активно используются детскими клиническими психологами, а так же родителями и педагогами.

1.1. Сказки для выявления отношения ребёнка к болезни, к лечению и к здоровью

Диагностические сказки для детей дошкольного возраста предпочтительнее в едином сюжете, который позволяет глубже погрузиться в события, снять психологическую защиту, снизить социальные влияния и ожидания (диссоциироваться от собственной личности). Однако подобный приём можно использовать и в старших возрастах. Сказка делится на части, которые заканчиваются вопросами к слушателю. Это усиливает интерес ребёнка к сказочному сюжету, создаёт процесс совместного сочинения сказочной истории. Диагностические задачи решаются в доброжелательном общении взрослого и ребёнка, которое предполагает уже установленный контакт и мотивацию на подобное взаимодействие. Для этого не требуется много времени, а только предварительно задать ребёнку вопросы, касающиеся его интересов, отношения к сказкам, к историям, к играм.

Вопросы для предварительной беседы **после знакомства**:

- *Какая твоя любимая игрушка?*
- *Какая твоя любимая книжка, сказка?*
- *Какой твой любимый мультфильм?*
- *Ты любишь слушать сказки, истории?*

Далее предлагается ребёнку послушать сказку. Её лучше рассказывать, но можно и читать, желательно сохранять визуальный контакт с ребёнком.

Некоторые сказки можно предлагать не только в индивидуальной форме, но и в групповой. Когда сказку читают коллективу детей, то в диагностике необходимо учитывать социальную активность и иерархию ребёнка, его конформность и открытость. Всё это, безусловно, так же может проявляться в процессе сказкотерапии и рассматриваться как одна из задач диагностики. Есть дети которые в индивидуальном контакте со взрослым могут быть более зажатыми и наоборот.

Важно уделять внимание невербальным реакциям ребёнка в процессе чтения диагностической сказки (мимика, жесты, направление взгляда, тонус мышц тела и пр.). Динамика невербальных признаков порой говорит больше о переживаниях малыша, чем сказанные слова.

Предлагаемые для примера сказки демонстрируют приём единого сюжета для дошкольников и младших школьников. Отметим, что сказки «Зайка» и «Тузик» возможны для чтения детям уже с двух – двух с половиной лет, их повествование может сопровождаться игрушкой или рисунком. Так как внутренний образ представлений ещё не сформирован у маленьких детей, поэтому устойчивость восприятия речи осуществляется с помощью внешних стимулов.

Диагностические сказки могут иметь провокационный характер. Герои не оцениваются с позиции «хорошо или плохо». Главные герои – Зайка и Тузик не случайно принадлежат к сказочному животному миру, а не является человеком (ребёнком). При замене их на девочку или мальчика (особенно при совпадении пола со слушателем) дошкольник может дать социально ожидаемый, положительный образ, а не собственную точку зрения. В «человеческом» варианте этих сказок некоторые дети (от 5 до 6 лет) прежде чем ответить на поставленные вопросы, уточняли, является ли девочка (мальчик) хорошими и послушными, и только затем давали ответ.

В сказках «Братья» и «Болезнь», которые предлагаются детям постарше, герои, напротив, являются людьми. И эти сказки больше похожи на реальные

истории из жизни многих детей. Именно их стереотипность и «банальность» важна в решении поставленных задач. Имена героев отсутствуют.

Особенно хочется отметить необходимость в более тщательном продумывании вопросов, так как именно их доступность, конкретность позволяют достичь диагностической цели. Слушателям предлагают ответить на вопросы и придумать продолжение сказочной истории. Можно придумывать несколько вариантов продолжения. *Инициатива в диагностике полностью находится у ребёнка.*

Сказка «Заяц» (для детей от 3-х до 6 лет)

Цель: выявить готовность ребёнка игнорировать требования взрослого и причинять вред своему здоровью.

Часть 1.

*«Зайка очень любил морковку, но зимой только снег, да льдинки. Мама Зайке не разрешала кушать снег и льдинки, говорила, что от этого он заболевает. Однажды Зайка увидел, как рядом с его окошком свисает льдинка. Она была точь-в-точь, как морковка, только белая и прозрачная. Зайка открыл окошко и осторожно погладил льдинку-морковку. Она выглядела аппетитно. **Что с ней сделал Зайка?»***

Часть 2 (продолжение).

*«Зайка не удержался и отломил льдинку-морковку. Она была гладкая и холодная. Зайка откусил самую макушку, и льдинка во рту быстро стала превращаться в холодную водичку. Зайка понял, что эта не морковка, но ему понравилось, как хрустит и тает эта льдинка. Он откусил ещё кусочек, а потом ещё и не заметил, как сгрыз всю льдинку. Вечером у Зайки заболела голова и горло. **Зайка рассказал кому-нибудь (маме, папе, брату, сестре, доктору и пр.) о том, что он ел льдинку?***

*Мама сказала, что у него высокая температура и надо принять лекарство. Но Зайке ничего кушать не хотелось, и было больно глотать. **Зайка выпил лекарство?»***

Часть 3 (окончание).

*«Мама уговорила Зайку выпить лекарство. И ещё несколько дней Зайка не выходил гулять, с трудом пил лекарство и полоскал горло. Играть ему совсем не хотелось, слабость была во всём теле, и было очень грустно. Иногда он подходил к окошку и долго-долго смотрел, как медленно кружатся снежинки. Наконец, Зайка выздоровел! Перестало болеть горло, появился аппетит, и он вспомнил про вкусную льдинку-морковку. **Зайка будет грызть льдинку-морковку?***

Сказка «Тузик» (для детей от 3-х до 6 лет)

Цель: определить наличие знаний о докторе и о медицинском осмотре; выявить эмоциональное отношение к доктору и к медицинскому осмотру.

Часть 1.

*«Щенок Тузик быстро подрастал. Он уже мог быстро бегать и даже немного говорить, конечно, по-собачьи, но мама его прекрасно понимала. Как-то раз мама сказала Тузику, что их приглашает к себе Доктор на медицинский осмотр. Тузик забеспокоился, ведь он ещё не был знаком с Доктором и не знал, что такое медицинский осмотр. **Как ты думаешь, Тузик пойдёт к Доктору? А что будет делать Доктор на медицинском осмотре?»***

Часть 2 (продолжение).

*«Мама вместе с Тузиком пришли к Доктору. Он ждал их в светлой комнате и был одет в белый халат. Доктор попросил Тузика подойти поближе, чтобы посмотреть его глазки, ушки, носик и зубки. Тузик не понимал, зачем ему всё это смотреть. **Как ты думаешь, за чем Доктору смотреть глазки, ушки, носик и зубки Тузика?»***

Часть 3 (продолжение).

«Тузик решил подойти к Доктору поближе и показать ему то, что он просит. Доктор достал со стола незнакомые предметы и с помощью этих

предметов стал внимательно рассматривать у Тузика глазки, ушки, носик и зубки. Как ты думаешь, Тузику было больно?»

Часть 4 (окончание).

«Тузик вместе с мамой возвращался домой. Мама рассказывала Тузику о том, что надо промывать специальной водичкой ему глазки и ушки. Тогда Тузик сможет ещё лучше видеть и слышать. И через какое-то время надо вновь прийти к Доктору. Как ты думаешь, Тузик пойдёт к доктору в другой раз?»

Сказка «Братья» (для детей от 5 до 10 лет)

Цель: выявить отношение к болезни, к уколам, к лечению.

Часть 1.

«Жили-были два брата. Они любили вместе играть в прятки, бегать наперегонки, кататься на велосипедах, играть в мяч и много, многое другое, то во что любят играть все мальчишки. Но однажды они заболели. Это была болезнь долгая и чтобы с ней справиться, надо делать уколы.

Согласятся ли братья, чтобы им делали уколы?»

Часть 2 (продолжение).

«Оба брата не то чтобы боялись, но не любили уколы. Старший брат, чтобы показать пример сделал укол первым. А вот младший брат отказался и не стал делать укол. Мама, папа, доктор уговаривали младшего брата, а он всё твердил, что и без уколов он скоро выздоровеет. Но время шло, старшему брату становилось лучше, он уже готов был вновь играть, бегать, кататься, но младшему брату ничего этого не хотелось. Он равнодушно смотрел на прежние забавы.

Смог ли младший брат выздороветь? Согласился ли младший брат лечиться уколами?

Часть 3 (окончание придумывает ребёнок).

Что было дальше?»

Сказка «Болезнь» (для детей от 5 до 12 лет)

Цель: выявить отношение к болезни.

Часть 1.

«Жила-была Болезнь. Как-то раз она пришла к одной девочки (мальчику) и говорит: «Пусти меня к себе жить. Я с тобой дружить буду».

А девочка (мальчик) и отвечает: «Как же я тебя пущу, ведь ты болезнь, зачем ты мне нужна? Я не хочу болеть».

Тогда Болезнь начала уговаривать: «Да от меня много хорошего у тебя будет: тебя все станут жалеть, ты сможешь лежать и лениться целыми днями, и никто тебя не потревожит. Перестанут тебя заставлять трудиться. Разве ты этого не хочешь?»

Задумалась девочка (мальчик). И отвечает»...

Что ответила девочка (мальчик)?пустила ли к себе жить болезнь?»

Часть 2 (продолжение).

«Ну что ж давай попробуем вместе жить», - ответила девочка (мальчик). Ипустила жить к себе Болезнь. Да всё сбылось, как и обещала Болезнь. Все жалели, заботились, целыми днями можно было лежать, и даже мультики смотреть никто не запрещал. Ничего не заставляли делать и есть не заставляли. И можно было капризничать как маленькому ребёнку. Но от Болезни было и многое плохое.

Как ты думаешь, что плохого принесла болезнь?»

Часть 3 (окончание).

«С каждым днём сил у девочки (мальчика) становилось всё меньше и меньше. Хотелось играть с ребятами, так же как все дети чувствовать радость и лёгкость. Но ничего этого давно уже девочка (мальчик) не чувствовала. Болезнь стала полноценной хозяйкой, и трудно было понять, где она поселилась. Порой она заполняла собой весь организм и терпеть её у себя внутри девочка (мальчик) уже больше не могла. Надо было её прогнать. Но как? Может быть чудо-лекарствами, может быть какими-то другими способами?»

Как ты думаешь, сможет ли девочка (мальчик) полностью победить болезнь? Какие способы помогут её прогнать?

Обработка диагностических результатов проективных сказок осуществляется качественно, а не количественно. В настоящее время нами делаются попытки в создании сказочных диагностических методик, которые позволят быть валидными и надёжными в исследовании. Наиболее разработанными в этом направлении являются методики выявляющие стили совладающего поведения.

1.2. Сказки для диагностики стилей совладающего поведения (проективная методика «Закончи сказку» для детей младшего и среднего школьного возраста авт. Т.В. Воробьева)

На сегодняшний день перспективным представляется формирование эффективных стратегий совладания со стрессом у детей, начиная с младшего возраста. Проблемой является отсутствие психодиагностических инструментов для решения этой задачи.

Нами была предпринята попытка разработать методику для диагностики стилей совладающего («копинг») поведения у детей младшего и среднего школьного возраста с использованием проективного механизма сказки.

В зависимости от направления психологической школы, понятие «копинг» приобретает различные акценты, обогащающие описание феномена. Неопсихоаналитический подход рассматривает копинг-процессы, как эго-процессы, направленные на продуктивную адаптацию личности в трудных ситуациях. Функционирование копинг-процессов предполагает включение когнитивных, моральных, социальных и мотивационных структур личности в процессе совладания с проблемой. Определение копинга, как

качества личности, позволяет рассмотреть феномен, с точки зрения относительно постоянных вариантов ответа на стрессовые ситуации. В транзактной модели Р. Лазаруса и С. Фолькмана, напротив копинг выступает, как динамический процесс, как результат взаимодействия человека и среды. Копинг, с позиций деятельностного подхода представляется, как некоторый активный, результативный внутренний процесс, реально преобразующий психологическую ситуацию (Н.М. Лыкова, 2004). Критическая ситуация рассматривается, как ситуация невозможности, то есть такая ситуация, в которой субъект сталкивается с невозможностью реализации внутренних мотивов, стремлений, ценностей и пр. (Ф.Е. Василюк, 1984).

Возможность оказывать влияние на формирование эффективных механизмов совладания в психопрофилактических целях, ставит перед наукой вопрос об особенностях копинг-стратегий в разные возрастные периоды, особенно в периоды становления стилей совладания – детский и подростковый возраст.

Современные исследования показывают, что возраст, может влиять на оценку ситуации и, таким образом, на выбор копинг-стратегий, но взросление не является главным детерминантом адаптивного поведения или эффективности совладания. Возрастные исследования копинг-поведения проводились, начиная с подросткового возраста и до периода старения. Результаты свидетельствуют о некоторой стабильности в использовании субъектом копинг-механизмов и о том, что возрастные изменения в адаптивном поведении могут продолжаться всю жизнь, на протяжении всего периода взросления-старения, хотя происходят медленно и постепенно. Изучение совладающего поведения подростков противоречивы одни исследования - показали различия между младшими и старшими подростками, другие - таких различий не обнаружили. Получено подтверждение, что реакции детей на стрессовые события изменяются вместе с их развитием, доказано, что младшие дети чаще опираются на проблемно-фокусированные и поведенческие стратегии, тогда как подростки склонны

использовать эмоционально-фокусированные и когнитивные стратегии. Молодые люди, изменяясь с возрастом, лучше осознают изменения вне и внутри себя. Их развивающаяся способность к рефлексии предвещает и лучшее самопонимание и конструктивные перемены в совладающем поведении. (Т.Л. Крюкова, 2005).

Интерес исследователей к изучению механизмов совладания привел к интенсификации разработки психодиагностического инструментария. Широко применяемыми являются следующие методики: Опросник способов совладания (Р. Лазарус, С. Фолкман); Индикатор копинг стратегий (Амирхан); Методика для психологической диагностики копинг-механизмов (Тест Хейма); Копинг поведение в стрессовых ситуациях (Эндлер и Паркер); Юношеская копинг шкала (Э. Фрайденберг, Р. Льюис); Психологическая защита у детей (И.М. Никольская, Р.М. Грановская).

Представленные психодиагностические методики основаны на субъективной интроспекции и требуют зрелости когнитивных и рефлексивных процессов, что делает невозможным их применение у детей младшего возраста.

Огромным потенциалом, для решения этой задачи, обладает сказка. Сказка по своим свойствам выгодно отличается от опросников тем, что испытуемый ребенок с интересом вовлекается в процесс, проблемные ситуации для него выглядят понятными, у него меньше возможности исказить или утаивать информацию, кроме того, ребенок не ограничен в выборе вариантов решения проблемы.

Феномен сказки занял достойное место в психодиагностической, психокоррекционной и психотерапевтической работе с детьми. Исследование феномена сказки широко освещено в научной литературе. В настоящее время в психологии существует ряд подходов по изучению сказки. С психоаналитической точки зрения сказки выполняют три функции: функцию связи, трансформации и посредника. Они связывают первичные и вторичные процессы, трансформируют бессознательные фантазии в структурированное

повествование, которое "озвучивает" в символической форме голос желаний, наконец, сказка служит посредником между телесными и социальными функциями. Характер героя сказки рассматривается как репрезентация значимых других в жизни ребенка, например, родителей; как репрезентация опыта личности (хорошего или плохого Я) и, наконец, как репрезентация внутренних процессов (Ид, Эго, Супер-Эго).

Один из самых простых подходов – поведенческий рассматривает сказку, как описание возможных форм поведения. Трансактный анализ обращает основное внимание на ролевые взаимодействия в сказках. То есть, «каждый персонаж может описывать реального отдельного человека, вернее – определенную роль, которую человек может играть или даже брать в основу своего жизненного сценария». Те исследователи, которые уделяют основное внимание эмоциям, также часто рассматривают сказочных героев как персонифицированные эмоции. Какими бы выдуманскими ни были персонажи и их действия, вызываемые ими эмоции совершенно реальны. При этом чаще всего говорят об отыгрывании эмоций, то есть о том, что в сказке ребенок проживает такие эмоциональные состояния, которых ему не хватает во внешней жизни.

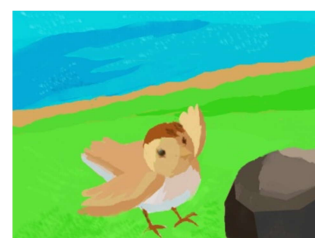
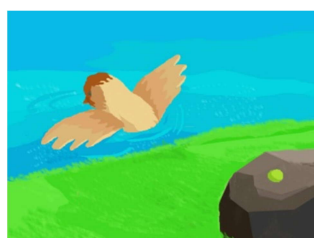
В процессе создания проективной методики «Закончи сказку» нами было проработано более 495 сказок разных народов мира. Для анализа были выбраны народные сказки, так как они наиболее удобны для проекций обыденного психологического материала. Из всех сказок было выбрано 10 сюжетов, отражающих проблемы, которые наиболее часто встречаются в репертуаре сказок («угроза собственной жизни», «угроза жизни друга или близкого человека», «клевета на друга», «бездетность», «кража/пропажа»). Сюжет сказки остается незавершенным, испытуемому предоставляется возможность самому ответить на вопрос о том, как дальше поступить герою, тем самым, ребенок предлагает свой собственный способ решения проблемы. Для детей младшего школьного возраста разработан рисуночный вариант методики, сопровождаемый повествованием.

В настоящее время проводится апробация методики для диагностики стилей совладающего поведения у детей разного возраста, анализ и классификация, полученных результатов. В эксперименте приняли участие 180 школьников от 10 до 16 лет, из них 80 мальчиков и 100 девочек. В ближайшем будущем планируется опубликовать полностью методику, а в данной книге предлагается пример одного из заданий.

Сказка «Воробей» (для детей от 10 до 16 лет)

«Жил в одной стране воробей, и поскольку на роду ему было написано быть птицей, он только и делал, что летал в поисках пищи. В отличие от всех прочих птиц, был воробей очень чистоплотным: никогда ничего в клюв не возьмет. Пока не искупается и не почистит лапки. И в гнезде у него, куда ни глянь, всюду чистота и порядок.

Однажды утром посчастливилось воробью найти горошину. Обрадовался воробей, что не надо ему летать за завтраком, но на беду не успел он еще выкупаться и почистить лапки. Вот почему он с горошиной в клюве полетел вначале к речке. Положил горошину на камень мостовой и поскакал к воде. Искупался, вернулся туда, где оставил горошину, а на камне нет ничего. Как поступит воробей?»



1.3. Сказки для определения ресурсов и адаптационных возможностей ребёнка

На одну и ту же стрессовую ситуацию дети могут реагировать совершенно по-разному. Для одного ребёнка это может быть просто небольшой неприятностью, а для другого - катастрофой. Конечно, на устойчивость ребёнка к негативным переживаниям прежде всего оказывает общее психосоматическое здоровье: крепкая нервная система, эмоциональная стабильность и пр. И опыт, знания о сложившейся ситуации порой приходят после всех испытаний. Аффект препятствует полноценному восприятию информации. В качестве ресурсов, которые позволяют усилить адаптационные возможности ребёнка в процессе заболевания, мы здесь будем изучать не только приятные фантазии и ценности ребёнка, но в большей степени желание быть здоровым, знания о том, как быть здоровым и действия, направленные на выздоровление (эмоциональные, когнитивные, поведенческие ресурсы). Для более широкого изучения ресурсов у ребёнка требуется полноценная психологическая диагностика, которая конечно проводится клиническим психологом и включает в себя изучение особенностей эмоций, познавательных процессов, личностных ценностей, самооценки и социальных предпочтений. Диагностического материала у современного психолога существует достаточное количество, а мы сконцентрируемся на возможностях сказки.

Диагностические сказки для решения адаптационных задач имеют определённые особенности. А именно, как бы находятся между процессом диагностики и психокоррекцией, позволяют больше включать активность взрослого, наполнять сюжет дидактической информацией. А затем, проверить, будет ли ребёнок готов принять помощь, способен ли следовать рекомендациям и прилагать усилия для выздоровления, имеет ли силы для борьбы с трудностями.

И вновь сказочные сюжеты краткие, доступные, с привлекательным (для определённого возраста) главным героем. Для маленьких детей в сказках имя героя может отсутствовать или быть популярным в определённой культуре, в народных сказках (например: Ваня, Маша).

Для детей школьного возраста имя героя, наоборот, должно быть очень редким, чтобы не мешать субъективным ассоциациям воспринимать содержание сказки (например: Жак и т.п).

Сказка «Росток» (для детей от 3 до 6 лет)

Цель: выявить отношение к выздоровлению, к помощи, к позитивному будущему.

«Однажды из земли появился Росток. Он был очень нежным и слабым. Увидела Росток маленькая птичка и защебетала:

«Как он сможет такой слабый справиться с непогодой? А что же с ним будет, если налетит сильный ветер с дождём?». Прощебетала да и улетела.

Как ты думаешь, сможет ли Росток справиться с непогодой?

Нужна ли ему помощь? Кто ему поможет?

Станет ли Росток когда-нибудь сильным?

Что будет дальше?»

Сказка «Умный мышонок» (для детей от 3 до 6 лет)

Цель: выявить отношение к неизлечимому дефекту, адаптационные возможности.

«Жил-был Мышонок, у которого одна лапка была короче остальных. Ему трудно было быстро бегать от кошки.

Сможет ли Мышонок уберечь себя от кошки?

Зато наш Мышонок был очень смелым и умным. И он знал, как спрятаться от кошки и никогда не попадался в её когтистые лапки.

Как ты думаешь, у Мышонка были друзья?

Как относились мышки и мышата к тому, что у Мышонка одна лапка была короче остальных?»

Сказка «Телёнок» (для детей от 3 до 6 лет)

Цель: выявить отношение к выздоровлению и к рекомендациям.

Часть 1.

Жил-был Телёнок, который не умел говорить плавно и протяжно «мууууууууу».

У него получалось «ммммммму». Когда мама Телёнка просила его постараться и сказать правильно, то Телёнок вновь ей отвечал: «Мммммммммму».

Как ты думаешь, захочет ли Телёнок говорить плавно и протяжно?

Часть 2 (продолжение).

Пошла мама Телёнка к петушку и спрашивает его:

«Петя, ты так протяжно поёшь, как мне этому научить Телёнка?»

А петушок отвечает:

«Я расскажу тебе, как помочь Телёнку. Во-первых, ему надо правильно дышать. Пусть он сделает вдох, а говорит на выдохе. Во-вторых, пусть говорит тише. А в-третьих, пусть он говорит медленнее, без спешки, и он научиться плавно говорить».

Будет ли Телёнок выполнять всё, что сказал петушок?

Часть 3 (варианты окончания придумывает ребёнок вместе с взрослым).

Что было дальше?»

Сказка «Волшебный мир» (для детей от 5 до 12 лет)

Цель: выявить ценности и умение создавать ресурсное будущее.

«Жил-был волшебник, который решил придумать свой мир, где всё будет, так как он хочет.

Что будет в этом мире?

Чем будет заниматься волшебник?

С кем будет дружить? и пр.»

Сказка «Жак» (для детей от 5 до 12 лет)

(в соавт. с Т.Г. Никифоровой)

Цель: выявить отношение к выздоровлению и к рекомендациям доктора.

Часть 1.

«Во Франции в городе Париже живет мальчик. Зовут его Жак. Он, как и все дети, ходит в школу, учится в начальном классе и за свои знания получает отметки. А после школы Жак очень любит гулять на улице, кататься с горки, играть с ребятами в догонялки и прятки. В один из дней Жак после школы пошел на улицу поиграть с друзьями в догонялки. Ребята быстро бегали друг за другом и весело смеялись. Жак тоже побежал вместе со всеми, но споткнулся обо что-то, упал и повредил руку (ногу). Его положили в больницу, что бы вылечить руку (ногу)».

Как в больнице будут лечить руку (ногу)?

Часть 2 (продолжение).

В больнице Жаку забинтовали поврежденную руку (ногу). Внутри бинт смазали гипсом, который стал твёрдым и защищал больную руку (ногу) от неловких движений. Назначили разные процедуры, помогающие выздоровлению. Каждый день к нему приходил доктор, осматривал его, проверял как его самочувствие. Неожиданно доктор спросил Жака: «Ты действительно хочешь вновь стать здоровым? И готов ли ты для этого как следует потрудиться?»

Что ответил Жак?»

Часть 3(окончание).

«Для того чтобы вновь быть здоровым, играть и бегать как раньше, тебе необходимо, чтобы твоя рука (нога) зажила», - сказал доктор.

«А что же мне надо делать, чтобы она быстрее зажила, как я должен трудиться?», - спросил Жак.

«Я расскажу тебе!» - Ответил доктор. - «Чтобы косточки были крепкими, и рука (нога) быстрее заживала, надо, во-первых, хорошо и

правильно питаться, надо пить молоко, есть больше овощей, рыбы, яиц и каши. В этих продуктах находятся вещества, которые укрепляют косточки и помогут быстрее заживать. Во-вторых, нельзя мочить водой забинтованную руку (ногу) и нельзя ломать гипс. В-третьих, для того, чтобы рука (нога) заживала быстрее и правильно, надо делать специальные упражнения (сжимать и разжимать руку (ногу), поднимать ее вверх, чтобы она не отекала). В-четвертых, нельзя несколько недель напрягать руку (ногу), чтобы не повредить ее, пока она заживает. Ну а, в-пятых, если рука (нога) заболит, то надо обязательно об этом сказать маме.

Как ты думаешь, Жак захочет и будет ли выполнять рекомендации доктора? Что из сказанного доктором Жаку запомнилось больше всего?»

Ребёнок, попадая в стрессовую ситуацию, порой самостоятельно не способен воспользоваться собственными психологическими ресурсами, ему необходима социальная поддержка, помощь взрослого. Эту помощь может оказать не только психолог, но также родитель, врач, педагог. Сказки, рассказанные психологически грамотно, могут не только снизить тревогу, страхи перед предстоящими новыми ситуациями, особенно связанные с медициной, но и даже подготовить ребёнка к ним.

Глава 2. Адаптационные и дидактические сказки

Незнакомая, новая ситуация, которая возникает в жизни ребёнка, провоцирует определённые, порой даже противоречивые эмоциональные реакции. От радости, в ожидании приключения, до тревоги и страха. Если у малыша протекало развитие без патологии и семейная атмосфера благоприятна, то ведущими становятся позитивные эмоции. Такой ребёнок доверяет миру, в новой социальной ситуации проявляет любознательность, стремиться её понять, сориентироваться, чему-то научиться. Дети с различными проблемами в развитии часто испытывают трудности в понимании социальной ситуации, в её интерпретации и ориентировке, не могут прогнозировать её развитие. Создаётся напряжение, которое усиливает негативное отношение к новому. Тревога, страх накапливается и порой выплёскивается отказом от знакомства с новыми людьми, от посещения детского сада, школы, и особенно от посещения врача. Визит к врачу становится настоящей пыткой для всей семьи. Когда ребёнка вводят в новую социальную ситуацию, у него возникают вопросы, он требует предварительного объяснения. Эти естественные реакции порой очень раздражают взрослых. Родители иногда не могут ответить таким образом, чтобы у ребёнка возникла позитивная картинка, адекватный образ новой социальной ситуации. Дети затрудняются формулировать и задавать вопросы. Ожидание неприятностей, страх боли, страх ошибок, боязнь насмешек и унижения и многое другое возникает как «снежный ком». Внутри таких детей создаётся эмоциональная пружина негативного возбуждения, которая доходит до максимального уровня и вырывается громкими слезами или непреодолимым упрямством. Такие негативные формы поведения – защитная реакция ребёнка. Чтобы это не происходило, следует помочь малышам, подготовить их к новой социальной ситуации.

Под социальной ситуацией мы понимаем общение с чужими людьми, которые являются представителями социума. Такое общение возникает по инициативе взрослых и может протекать как на территории ребёнка, так и в других местах.

Объяснения взрослых без использования доступной, конкретной, образной речи могут ещё больше испугать их. Вспоминается случай в детском саду, где перед приходом психолога дети задавали вопросы о том, что с ними будут делать. И когда им ответили, что будут «тестировать», многие малыши спрятались от специалиста и отказались от общения.

Другой типичной ошибкой взрослого (родителя, врача, педагога) является эмоциональное красочное описание предстоящего события или действия. Чрезмерная даже положительная эмоция так же усиливает тревогу, как и негативная. Более того, при таком описании нельзя обманывать ожидания ребёнка. Например, рассказ о посещении врача, где «добрая тётя может дать поиграть своим инструментом» создаёт две угрозы для тревоги. Первая, это «тётя», которая вполне может быть врачом мужчиной. И вторая, связана с надеждой на игру с инструментом, которая не всегда осуществима. Обманутый ребёнок впредь не поддаётся на уговоры.

Как показала практика нашей работы с дошкольниками, сказка является наиболее эффективным методом в подготовке детей к новой социальной ситуации. Её задачами являются:

1. **Познакомить** ребёнка в **привлекательной** образной, конкретной, доступной **форме** с новой социальной ситуацией;
2. **Изменить** негативное **отношение** к новой социальной ситуации;
3. **Научить** адекватно **вести себя** в новой социальной ситуации.

Такая сказка не включает психотерапевтические задачи, так как направлены не на глубинные изменения в личности ребёнка, не «лечат» его от фобических или других эмоциональных расстройств, а только корректирует ситуативные дезадаптивные реакции, обучает и осуществляет предварительную подготовку к знакомству с новой социальной ситуацией.

Сказки предварительно готовят родители или педагоги, психологи. Социальная ситуация исследуется взрослыми, отмечаются конкретные образы, определяются значимые ключевые фигуры, действия, их названия. Например, до знакомства детей с логопедом, дефектологом, психологом, врачом родители рассказывают сказку о том, какую помощь оказывают специалисты, чем конкретно они занимаются, какие они используют предметы (инструменты), с какой целью. Всё это предлагается в сказочных образах, которые совершают реальные предстоящие действия. Сказочные герои, могут быть принцами, королями, предметами, игрушками, животными и др.

Например, к стоматологу идёт Мурзик, или к мастеру Починкину обращаются автомобильчики.

Каждая адаптационная и дидактическая сказка может сопровождаться игрой, рисунком, беседой, сочинением своих историй. Всё это позволяет ребёнку лучше адаптироваться, понять действия и образ врача.

2.1. Сказки для формирования образа врача



Обращаясь к образу врача в отечественных авторских сказках, нам представляется самым популярным герой К.Чуковского «Айболит». Уже более трёх поколений родители читают эти строчки своим малышам:

«Добрый доктор Айболит!
Он под деревом сидит.
Приходи к нему лечиться
И корова, и волчица,
И жучок, и червячок,
И медведица!
Всех излечит, исцелит
Добрый доктор Айболит!»...

Несмотря на то, что в сказке К.Чуковского присутствуют и трагизм, и нелепицы, доктор «Айболит» представляется малышам (от 2 до 3 лет) самым добрым, спешащим на помощь и спасающим от любой болезни врачом. Ритм этих стихов маленьким слушателям создаёт динамику и эмоциональный накал. «Трещётчные стихи», как называл в своей статье известный психолог Л.С.Выготский сказки К.И.Чуковского, для этого возраста не является помехой, а наоборот привлекает ребёнка к восприятию сказки (Выготский Л.С. Педагогическая психология, глава 8 «Эстетическое воспитание», М., Педагогика, 1991, стр. 272).

Критические замечания относительно «вредности произведений» будут являться справедливыми по отношению их использования для детей старше 3-х лет, где смысл в устной речи становится более важным, чем ритм.

Дети пяти-шести лет знакомятся с произведениями Н.Носова «Приключения Незнайки и его друзей». И образ строгого, но забавного врача мужского и женского пола представляется детям в героях Пилюлькине и Медунице.



«...Доктор Пилюлькин всегда ходил в белом халате, а на голове носил белый колпак с кисточкой».

«...другая малышка, в белом халате и белой шапочке, с небольшим коричневым чемоданчиком в руках. У нее были пухлые румяные щечки. Серые глазки строго смотрели из-за круглых роговых очков. Незнайка понял, что это и есть Медуница».

Самый типичный образ врача, который уже много лет создают в своих произведениях популярные авторы, совпадает с мнением самих детей. В интервью с дошкольниками и младшими школьниками были выделены следующие характеристики доктора: «в белом халате, с чемоданчиком, добрый, помогающий, строгий».

Можно ли довериться такому врачу? Не причинит ли он боль тем, что у него в чемоданчике? На эти вопросы ребёнок ответить не может. И полагается на собственный, порой печальный опыт, где прививки и встреча с доктором доставила много неприятных ощущений. А главное, вместо помощи от близкого человека, он ещё младенцем получает предательство. Мама отдаёт его в руки незнакомого человека, который причиняет боль. Поэтому тревога и страх являются естественными эмоциональными состояниями, сопровождающими встречу ребёнка с врачом. И чтобы снизить страх и убрать тревогу необходимо в сказочных образах доктора включать такие характеристики, которые смогут объяснять действия врача и давать возможность ребёнку проявлять новый тип поведения.

Сказочное повествование дополняется определённым заданием, совместной деятельностью взрослого и ребёнка, как бы повторяя или продолжая сюжет.

Сказочки Ванечке «О врачах» (для детей от 2 до 6 лет)

Цель: создать позитивный реальный образ врача.

Сказка первая. Кто такой врач?

«Эта сказка о Ванечке, который не знал кто такой врач. А может быть это история о жизни мальчика и о его знакомстве с настоящими врачами.

Итак, жил-был Ванечка. Жил он вместе с мамой и папой. Когда он научился говорить, то задавал очень много вопросов. Особенно они задавались перед сном. Не то чтобы Ванечка не хотел спать, просто за целый день накопились «что, где, зачем и почему». Все эти вопросы не дают Ванечке уснуть.

- Папа, что такое врач?- поинтересовался Ванечка.

Папа улыбнулся и ответил:

- Не что, а кто. Это тот, кто лечит, врачует.

- Значит моя мама-врач, - уверенно сказал мальчик.

-Нет, твоя мама не врач, у неё другая профессия. А почему ты так решил?- удивился папа.

-Моя мама меня всегда лечит. Поит меня сиропом от кашля, мажет мои болячки зелёной, брррррррр,- сморщив личико, вспомнил Ванечка.

-Все мамы чуть-чуть лечат своих малышей, - продолжал объяснять папа. - Не будет же мама с каждой царапинкой бежать к врачу. К нему обращаются в сложных случаях, например, с разными болезнями. Врач знает, как победить болезнь.

- Он что умеет сражаться с болезнью что ли? – засмеялся Ванечка и представил, как врач размахивает боевым мечом или другим оружием.

- Можно сказать и так, - согласился папа,- Только врач сам не будет сражаться. Побеждать болезнь будет тот человек, который болен.

- А я думал, что врач, он как волшебник, - разочарованно вздохнул Ванечка – С длинной бородой, всё может, всё знает. Как придёт такой врач, так любая болезнь убежит.

- Врач – это человек, - терпеливо объяснял папа, - Он может быть женщиной или мужчиной, может быть в белом халате или в другой одежде. А характером или внешностью он может быть похож на меня, на

твою маму, на бабушку, дедушку или на любого из твоих знакомых. Главное то, что врач знает и умеет лечить, он долго этому учился.

- А почему у врача белый халат, а не чёрный, ведь белый так быстро пачкается, - поинтересовался Ванечка.

- Ты сам и ответил на свой вопрос. Врачу надо быть очень чистым, и в белом халате чистота сразу заметна.

-Папа, а я смогу стать врачом, когда вырасту,- спросил Ванечка.

- Конечно, сынок, а поиграть в него мы сможем с тобой завтра.

А сейчас спокойной ночи! – тихо сказал папа и накрыл сынишку одеялом.

Задание для взрослого: после сказки провести беседу с ребёнком на тему «Кто такой врач».

Сказка вторая. Разные врачи.

На следующий день Ванечка в игре был врачом. Мама и папа купили ему «чемоданчик доктора». Там были разные медицинские инструменты. Не настоящие, конечно, а игрушечные. Кое-что они добавили туда сами, например: ватку, бинтик, мазь и зубочистку для шприца вместо иголки. Вместе с мамой и папой Ванечка «вылечил» все свои игрушки. В игре Ванечка узнал, что врачи бывают разные: педиатр лечит детские болезни, окулист лечит глазки, хирург лечит ручки, ножки. Ушки и горлышко то же лечит какой-то врач, правда Ванечка название его так и не запомнил, очень уж сложным оно оказалось.

Перед сном он ещё раз спросил маму и папу о врачах. Засыпая, повторил их названия. Мама и папа пожелали сынишке «спокойной ночи». Ванечка укрылся одеялом, прижал к себе любимую плюшевую черепаху. Как вдруг что-то вспомнил.

- Мама, папа, а у зверюшек, черепах, кошек и собак тоже есть свои врачи? - неожиданно прозвучал голос Ванечки в ночной тишине.

- Конечно, есть. Спи, моё солнышко, завтра поговорим, - ласково произнесла мама.

Ванечка улыбнулся, он очень любил, когда мама называла его «моё солнышко». Ванечка повернулся на бочок и стал представлять, как белые мышки лечат мышат, а белая кошка – котят. Почему-то ему казалось, что вместо белого халата у зверюшек - врачей обязательно должна быть белая шёрстка.

Задание для взрослого: после сказки провести беседу с ребёнком «Какие бывают врачи», организовать игру в доктора.

Сказка третья. Врач для зверюшек.

Утром Ванечка рассказывал маме и папе свой сон про белых зверюшек – врачей.

- А белые птички, голуби, которые иногда прилетают к нам во двор, они тоже врачи и лечат голубят? – спросил Ванечка.

- Возможно, так оно есть, но только у сказочных зверюшек и птичек, - улыбнувшись, ответила мама, - А у настоящих животных врач-человек и называется – ветеринар. А больница для животных – ветеринарная лечебница.

- Мама, а можно я буду называть этого врача по-другому, Айболитом? – вспомнил Ванечка забавное имя доктора из сказки.

- Хорошо, сынок, называй. А мы можем вместе с тобой и с папой ещё раз почитать эту сказку вечером.

Так они и сделали, перед сном почитали сказку про смелого и отважного доктора Айболита, который спешил на помощь к больным зверюшкам.

Задание для взрослого: после сказки вспомнить и почитать произведения про врачей (К. Чуковского, Н. Носова и др.), рассмотреть иллюстрации к ним.

Сказка четвёртая. Знакомство с настоящими врачами.

Наступил день, когда Ванечка познакомился с настоящими врачами в детской поликлинике. Мама привела сынишку на медицинский осмотр.

Ванечка не совсем понимал зачем, ведь чувствовал он себя вполне здоровым мальчиком. Однако согласился. Ему было любопытно встретиться с каждым врачом. А может и задать им свои любимые вопросы.

К сожалению, Айболита или как мама его называет «ветеринарного врача» в детской поликлинике не оказалось. Однако с другими врачами Ванечке даже удалось поговорить. Конечно, не все врачи охотно отвечали на Ванечкины «что, где, зачем и почему». Многие врачи были серьёзными и старались успеть помочь всем деткам, которые ждали своей очереди в коридорчике. Но некоторые врачи даже объясняли, как и чем они собираются осматривать Ванечку и других деток, показывали свои удивительные инструменты. И по правде сказать, после этих разговоров Ванечке становилось спокойнее, и он даже помогал врачам себя осматривать: поднимал рубашечку, открывал ротик, старался меньше вертеться на стульчике.

- У кого тебе больше всех понравилось в кабинете? – спросила мама Ванечку по дороге домой.

Ванечке трудно было сразу ответить. Очень разными были врачи. Но он немного подумал и громко крикнул:

- Мама, я вспомнил, мне больше всех понравилось у врача окулиста. Когда мне смотрели глазки, врач со мной разговаривал, и я ему рассказал про зверюшек-врачей. И ты знаешь, что он мне сказал?

- Нет, не знаю, - призналась мама, - я ведь сидела чуть дальше от вас и не слышала, о чём вы там говорили.

- Врач мне сказал, - воскликнул Ванечка, - что я прав, среди зверюшек и птичек есть свои настоящие, а не сказочные врачи.

Ванечка немного задумался, а потом продолжил:

- А ещё меня врач-окулист просил к следующей с ним встрече придумать интересные истории про врачей зверюшек, птичек и рыбок. Мама, ты мне поможешь?

- Конечно, я и папа с удовольствием поможем тебе придумать сказочные истории про врачей-зверюшек. И пусть у них будет белая шёрстка и белые пёрышки, как в твоём сне, - засмеялась мама и обняла крепко своего любимого сынишку.

Задание для взрослого: вместе с ребёнком придумать свои короткие сказки про зверюшек-врачей.

2.2. Сказки для знакомства с медицинскими процедурами

Следует отметить большие возможности использования сказкотерапии в работе со страхами медицинских процедур. Уколы, прививки, лабораторные исследования и другие медицинские процедуры усиливают страх не только у детей, но и у взрослых. На примере коррекционных игровых занятий и бесед со сказками мы предлагаем способы адаптации к таким неприятным событиям.

Начнём с бесед и сказок про машинки.

Сказка «Машинка Вжик» (для детей от 4 до 8 лет)

Автор: Царькова О.В.

Цель: информировать о регулярности стоматологических процедурах и о мастерстве врача-стоматолога.

«Разрешите познакомиться:

- Меня зовут Вжик. Я обыкновенная легковая машинка. Днём люблю гонять по улицам города, а вечером на стоянке я встречаюсь со своими друзьями. Мы любим рассказывать истории друг другу. Познакомьтесь, справа от меня стоит автобусик Бик-Бик. Он любит медленно ехать и смотреть по сторонам. Он еще ни разу никого не обогнал, представляете! А вот еще один друг, он стоит слева от меня - джип Джо. У него сильные колеса, надежный мотор, он самый сильный из нас. Джо может и по лесу ехать и по лужам глубоким, одним словом вездеход.

Сегодня Бик-Бик утром ездил в автосервис и ему сказали, что пора менять резину. Вы не знаете что такое резина? Колеса – это наши ноги, вы люди носите обувь, правильно? А мы одеваем резину. Вы меняете обувь? Правильно летом сандали, зимой –сапоги. А мы меняем резину. Она покрыта шипами, или мы их называем зубками... Так вот, когда зубки стираются, мы меняем резину. Мы с Джо уже много раз меняли резину в мастерской Починкина, а вот Бик-Бик сегодня был в первый раз.

- Расскажи Бик-Бик, как тебе мастер Починкин?

Бик-Бик почему-то заволновался, даже немного задрожал.

- Мастер Починкин осмотрел мои зубки и сказал, что пора менять резину? Что делать? А вдруг он меня поцарапает?

Джо усмехнулся и вспомнил о том, как он менял в первый раз резину.

- Я всегда доверяю мастерам, люблю когда у меня все в порядке. Починкин давно лечит машинки, я ему доверяю. Не забивай себе голову всякой ерундой, закрой глаза и представь себе что-то очень приятное. Если Починкину не мешать, он очень быстро поменяет резину, ты даже ничего не почувствуешь. Честно сказать, мне даже понравилось, как блестящие инструменты что-то делали со мной.

- А я- сказал Вжик немного смутившись- в первый раз крутился вертелся, как юла. Починкина даже укусил своими зубками-шипамии. Мне так стыдно сейчас за свое поведение. А оказалось это так просто. Это делают все машины. Бик-бик, и у тебя все получится!»

Сказка «Починка Джо» (для детей от 4 до 8 лет)

Автор: Царькова О.В.

Цель: информировать о процедуре постановки пломбы; мотивировать ребёнка на необходимость сидеть на приёме у стоматолога без лишних движений.

«Вечер. Машинка Вжик и джип Джо ждут своего друга из ремонтной мастерской Починкина. И вот из-за поворота показались знакомые фары Бик-Бика. С высоко поднятым бампером он подъехал к друзьям, сверкая новыми зубками на шинах.

- Привет. Ребята!

Вжик удивился насколько уверенно произнес эти слова Бик-Бик. Джо захлопал ему своими крепкими дверцами.

- Bravo! Какие зубки на твоей резине, с ними ты будешь тормозить и срываться с места как самолет.

- Да это оказалось так просто, поменять резину. Как у вас дела?

Вжик рассказал, как сегодня он быстро объехал весь город. А вот Джо почему-то загрустил.

- Рассказывай Джо. Что произошло? Мы же друзья. – тихо произнес Бик - Бик.

- Ладно, слушайте. Я ехал по проселочной дороге. Там строили дом и кто-то разбросал гвозди по всей дороге. И вот один гвоздь проколол мою резиновую шину. Но я уже был у Починкина. Он поставил заплатку и уже все в порядке.

Вжик был вне себя от возмутительного отношения к дороге.

- Как можно разбрасывать гвозди, ведь это очень опасно. Почему строители не думают о тех, кто ездит по этим дорогам.

А Бик-Бик так разволновался, что на его стекле даже выступила слеза.

- Как поставили заплатку? Твои шины мазали едким клеем, надували воздух насосом?

- Да, пришлось немного потерпеть, дружище. Но клей быстро выветрился. И не такой уж он едкий. Самое трудное стоять неподвижно, Это нужно, чтобы заплаточка крепко сцепилась с резиной. А то она может отлететься. А надувать шину мне очень нравится – это напоминает ветер с моря, приятно даже. Все в полном порядке, ребята. Я снова могу ездить по дорогам. Путешествовать. Это главное.

Бик-Бик и Вжик восторгались смелостью Джо. А он, он любил своих друзей и ценил их:

- Бик-Бик ты такой любознательный. С тобой так интересно. А ты Вжик очень ловкий, находчивый. Вы тоже смогли бы как и я. Это все могут».

Сказка «Выходной» (для детей от 4 до 8 лет)

Автор: Царькова О.В.

Цель: создать ресурс для детей.

«-Ура! Выходные! – крикнул Вжик рано утром в субботу.

- Мы будем стоять на стоянке и никуда не поедим? - спросил Бик-Бик.

- Зачем нам куда-то ехать, у меня есть бензин со вкусом банана, шоколада.

Что еще надо для отличного выходного?–отозвался Джо.

Вжик показал своим друзьям, как он умеет ловко поворачивать и резко тормозить. Джо сделал трамплин и, разогнавшись, прыгнул так высоко, что Бик-Бик загудел от восторга.

- А, посмотрите, что есть у меня внутри. – Бик-Бик открыл дверцы.

- Это камера. Когда я еду то все, что вижу, снимаю на камеру. Вот я кормлю уток на нашем пруду. А вот я в зоопарке. Смотрите, смотрите.....

Друзья посмотрели фильм о путешествиях Бик-Бика, подкрепились вкусностями, которые принес Джо, поиграли в прятки.

А вечером автомобили встали на свои места. Завтра на работу».

В настоящее время нами проводится исследовательская работа по использованию сказки при коррекции страха стоматологических процедур у детей дошкольного возраста. Коррекционная программа подразумевает понимание сути проводимых врачами-стоматологами процедур лечения зубов, моделирование в игре способов снижения страха перед наиболее страшными для детей стоматологическими процедурами (укол заморозки и сверление зубов) и преодоление боли во время их проведения, формирование у детей правил по профилактике и предупреждению заболеваний полости рта, осознание процесса лечения. Дети имеют возможность побыть в роли

врача, родителя и самого пациента. Всё это в дальнейшем способствует снятию определённого уровня тревоги и страха, связанного с данными процедурами.

Предлагаемая психологическая адаптационная программа направлена на знакомство детей с работой врача стоматолога, на получение информации об использовании некоторых инструментах, о том, как вести себя на приёме у стоматолога, как реагировать на неприятные ощущения. Данная программа была разработана и апробирована нами совместно с Марией Андреевной Самченко (МГМСУ, кафедра клинической психологии, дипломный проект 2009 г.).

Аналогично данной программе можно создавать подобные игровые занятия, направленные на адаптацию ребёнка к любым медицинским процедурам.

Задачи:

1. познакомить детей в сказке со стоматологическими процедурами;
2. дать детям возможность проделать соответствующие процедуры стоматологическими инструментами в обыгрывании сказки;
3. показать в сказке и в игре определённые способы снижения страха стоматологических процедур;
4. показать в сказке и в игре определённые способы преодоления боли при стоматологических процедурах;
5. сформировать определённые правила по профилактике и предупреждению заболеваний полости рта.



1 занятие: вводное, познавательное:

Герои: котёнок Мурзик, мама котёнка, врач-стоматолог.

Используемые стоматологические инструменты:

1. шприц для обезболивающего укола заморозки
2. зеркало стоматологическое
3. зонд
4. пинцет стоматологический
5. гладилка-штопфер
6. шпатель

«Жил-был котёнок Мурзик, как вдруг у него сильно заболел зубик, и его направили к зубному врачу, к стоматологу, лечить зубик. У него обнаружили в зубике маленькое тёмненькое пятнышко и дырочку, и назвали – это кариес, который обязательно надо вылечить как можно скорее. Но он не хочет туда идти, он очень боится. Тогда мама ему сказала: «Давай мы сходим с тобой вместе в больницу к зубному врачу, к стоматологу, и он расскажет нам, что и как он будет делать и лечить. Может, это совсем не страшно!»

Итак, мама с Мурзиком сегодня пришли к врачу-стоматологу на осмотр. Мурзик говорит: «Ой, как страшно, здесь столько непонятных железных штук!», а мама ему отвечает: «Смелее, давай спросим у доктора, что это такое и как он будет тебе лечить зубик»... (психолог показывает каждый инструмент и рассказывает зачем и как его использует стоматолог).

Конспект занятия:

Психолог. 1) Дети, а что вы больше всего боитесь у зубного врача, каких стоматологических процедур? 2) А как сильно вы этого боитесь (не сильно, средне сильно, очень сильно)? 3) Что именно вас пугает в этих стоматологических процедурах?

Ответы детей:

обезболивающего укола заморозки, сверления зубов, хирургического удаления зуба при смене зубов;

Психолог рассказывает сказку, и показывает процедуры на игрушке:

- обезболивающего укола заморозки;
- осмотра зубов стоматологическим зеркалом;
- проверки зубов с помощью зонда;
- процедура с использованием ваты и пинцета (пинцетом берётся кусочек ваты, отодвигается щека, кусочек ваты кладётся за щёку);
- процедура с использованием гладилки-штопфера и шпателя (с помощью шпателя замешивается смесь для пломбы, гладилкой эта смесь берётся и штопфером утрамбовывается в зуб на игрушке).

Психолог спрашивает о том, что сами дети чувствовали, когда с ними проводили процедуры с этими инструментами:

- смотрел ли их врач;
- видели ли они каждый из этих инструментов;
- делали ли им какие-нибудь процедуры с помощью этих инструментов;
- боялись ли они;
- плакали ли они;

Психолог. А теперь, дети, вы сами будете врачами (*дети проделывают все процедуры на игрушке в роли врача*).

(Творческое отображение ситуации).

2 занятие: способы снижения страха стоматологических процедур:

Герои: котёнок Мурзик, мама котёнка, врач-стоматолог.

Используемые инструменты: шприц для обезболивающего укола заморозки.

«Сегодня наш котёнок Мурзик со своей мамой снова пришли к зубному врачу. Сейчас Мурзику предстоит делать обезболивающий укол заморозки и сверлить больной зубик. Но Мурзик очень боится уколов и сверления зубов, потому что это неприятно.

Как же Мурзик может уменьшить этот страх у себя? Предлагаемые варианты:

- 1. мама может быть рядом и держать Мурзика за руку (если мама может находиться в стоматологическом кабинете во время лечения зуба);*
- 2. Мурзик может подумать и представить что-то хорошее и приятное;*
- 3. попросить врача рассказать Мурзику о том, что он будет делать во время лечения, тем самым, снижая страх перед этими процедурами;*
- 4. после лечения зуба Мурзика может ожидать подарок»*

Конспект занятия:

Психолог рассказывает сказку и показывает все модели снижения страхов стоматологических процедур.

Психолог. А теперь, дети, вы сами будете в роли зубного врача, мамы или папы и проделаете эти модели (процедуры) сами Мурзику. Итак, что нужно сделать, чтобы снизить у Мурзика страх стоматологических процедур (обезболивающего укола заморозки и сверления зубов) (дети проделывают модели снижения страха стоматологических процедур в роли врача, мамы или папы на игрушке).

(Творческое отображение ситуации).

3 занятие: способы преодоления боли при стоматологических процедурах:

Герои: котёнок Мурзик, мама котёнка, врач-стоматолог.

«Сейчас наш котёнок Мурзик сидит в удобном стоматологическом кресле, над ним ярко, как солнышко, светит лампа, которая помогает врачу хорошо видеть все зубки, справа от кресла сидит на своём стуле зубной врач

и сверлит Мурзику зубик. Мурзик не может сказать, когда появляются неприятные ощущения, так как его ротик занят, поэтому ему необходимо по-другому сообщить об этом доктору или маме:

- Мурзик может сжимать резиновую игрушку со звуком, когда становится очень неприятно (игрушку принесли из дома или даёт доктор);*
- Мурзик может сжимать мамину руку, когда становится больно»*

Конспект занятия:

Психолог рассказывает сказку и показывает все способы преодоления боли при стоматологических процедурах.

Психолог. А теперь, дети, вы сами будете в роли Мурзика и попробуете на себе эти способы преодоления боли при стоматологических процедурах (сверлении зубов). Итак, садитесь на воображаемое стоматологическое кресло, в одной руке у вас игрушка, в другой – мамина рука (психолог выступает в роли мамы), по команде (звук сверления зубов издаёт психолог вместе с детьми) вы сжимаете сначала игрушку, потом руку (дети пробуют способы преодоления боли при стоматологических процедурах на себе).

(Творческое отображение ситуации).

4 занятие: заключительное, позитивное:

Герои: котёнок Мурзик, мама котёнка, врач-стоматолог.

Используемые материалы: зубная щётка.

«И вот сегодня врач-стоматолог закончил лечить зубик нашему котёнку. Мурзик встаёт со стоматологического кресла радостный и довольный. Они вместе с мамой выходят из стоматологической клиники и направляются домой. Котёнок очень рад, что у него теперь здоровые зубки! Мама дала Мурзику его самую любимую конфету. Котёнок счастлив, что теперь он может спокойно кушать свои любимые конфеты, не чувствуя боли и неприятных ощущений во время еды! (но с ограничениями).

Он узнал от доктора секрет - чтобы зубки больше не болели и были здоровыми, красивыми, ему надо выполнять три правила:

1. необходимо каждый день чистить зубы утром и вечером;
2. полоскать рот после еды;
3. регулярно посещать доктора-стоматолога для проверки зубов!»

Конспект занятия:

Психолог рассказывает сказку и показывает правила по профилактике заболеваний полости рта.

Психолог. А теперь, дети, давайте вместе попробуем проделать все правила, чтобы зубки не болели и были здоровыми и красивыми (*дети проделывают правила по профилактике заболеваний полости рта на игрушке и на себе*).

(Творческое отображение ситуации).



Глава 3. Коррекционные и психотерапевтические сказки

Возможности сказкотерапии в детской клинической психологии безграничны. Сказка применима для коррекционной и психотерапевтической работы. Через сказку мы можем помогать решать внутриличностные и межличностные проблемы внутреннего мира ребёнка, научить бороться с болезнями, со страхами, формировать понимание этих болезней и страхов в безопасной и в тоже время интересной для них форме, моделировать негативные ситуации, способы их разрешения и дальнейшего предупреждения в будущем, тем самым, снижая имеющиеся травмирующие переживания у детей. При этом используются не только народные или авторские сказки, которыми богата литература, но и специально созданные сказки.

Образы таких сказок обращаются одновременно к *двум психическим уровням*: к уровням сознания и подсознания. Буквальный смысл сказки воспринимается сознанием, в то же время подсознание «разгадывает» и обрабатывает метафорические сообщения, расшифровывает скрытый смысл, неочевидное содержание. Как отмечает И.В. Вачков, «метафорический смысл сказки часто усваивается только на подсознательном уровне и задаёт нужную программу изменений в поведении, переструктурирования ценностей, взглядов и позиций» (И.В. Вачков, 2003, с.40). Метафора действует вне и помимо сознания и работает даже без её рационального анализа. Она помогает обсуждать многие трудные проблемы более отстранённо, позволяя работающему с ней человеку чувствовать себя защищённо. Это и позволяет считать сказки и метафоры важным психотерапевтическим приёмом, помогающим человеку упорядочить свой внутренний мир.

Итак, в сказкотерапии весьма важным является «последствие». Именно последствие сказкотерапии, по мнению А.В. Гнездилова, является мощной силой, стимулирующей развитие человека (А.В. Гнездилов, 2004). Читая сказку, размышляя о ней, человек, пока на бессознательно-символическом уровне, «запускает» собственные созидательные процессы.

Пройдёт некоторое время, и начнёт положительно меняться настроение, отношение к себе и окружающему миру; актуализируются творческие возможности и силы, конструктивно изменяющие жизнь.

Д.Ю. Соколов (2005), выделяя преимущества использования сказкотерапии в психологическом консультировании, указывает на то, что сказки можно использовать в качестве предложения клиенту способа решения конкретной проблемы. Кроме того, по его мнению, сказка даёт великолепный общий язык для взрослого, работающего с ребёнком; она их сближает. Сказка гораздо более информативна, чем обычная речь; в этом плане полезно использовать сказки, сочинённые самими клиентами. А ещё сказка несёт свободу и способствует пробуждению детских и творческих сил в самом психотерапевте.

По мнению Н. Пезешкиана (1995), сказки выполняют в психокоррекции функцию зеркала, отражая внутренний мир человека; функцию модели, предлагая возможные способы решения различных конфликтных ситуаций; функцию опосредования, выступая в качестве посредника между клиентом и психологом; функцию хранения опыта, продолжая действовать в повседневной жизни человека после окончания психокоррекционной работы; функцию возвращения на более ранние этапы индивидуального развития, способствуя пробуждению в клиенте детских и творческих сил; функцию альтернативной концепции, предлагая клиенту посмотреть на проблемную ситуацию иначе и функцию изменения позиции, вызывая у ребёнка или взрослого новое переживание.

И.В. Стишенок (2005) в качестве коррекционных функций сказок выделяет психологическую подготовку к напряжённым эмоциональным ситуациям, символическое отреагирование эмоциональных стрессов, принятие в символической форме своей физической активности.

Обобщая всё вышеизложенное, можно сделать вывод, что сказка может в увлекательной форме и доступными для понимания словами показать окружающую жизнь, людей, их поступки и судьбы, в самое короткое время

показать, к чему приводит тот или иной поступок героя, даёт возможность примерить на себя и пережить чужую судьбу, чужие чувства. Это уникальная возможность пережить, проиграть жизненные ситуации без ущерба для собственной жизни и судьбы позволяет использовать сказку в процессе психологического консультирования, психотерапии и психокоррекции. Использование сказкотерапевтических технологий позволяет помочь человеку справиться со своими проблемами, восстановить его эмоциональное равновесие или устранить имеющиеся у него нарушения поведения, преодолеть дезадаптацию, способствовать интеллектуальному развитию.

Психокоррекционные сказки создаются для мягкого влияния на поведение ребёнка. Под психокоррекцией здесь понимается «замещение» неэффективного стиля поведения на более продуктивный, а также объяснение ребёнку смысла происходящего настоящего или будущего события, тем самым, корректируя отдельные эмоциональные или поведенческие реакции (М.А.Панфилова, 2002).

Психотерапевтические сказки раскрывают глубинный смысл происходящих событий, «врачуют» душу, помогают увидеть происходящее с другой стороны. Они не всегда однозначны, не всегда имеют традиционно счастливый конец, но всегда глубоки и проникновенны. Психотерапевтические сказки часто оставляют человека с вопросом. Это, в свою очередь, стимулирует процесс личностного роста. Психотерапевтические сказки создаются специально для сказкотерапии, они сочиняются по проблемам, характерным для того контингента, с которым работает психолог; иногда сказка пишется для конкретного клиента. К психотерапевтическим сказкам можно отнести также и сказки самого клиента, сказки, сочинённые совместно с клиентом, притчи, истории Ветхого Завета, некоторые авторские сказки, например, Г.-Х. Андерсена.

И.В. Вачков вводит новый вид сказок: психологические сказки (*психосказки*). Такие сказки должны быть художественными по форме и

содержать в себе психотерапевтический потенциал. Их целями являются: раскрытие перед ребёнком глубин его собственного внутреннего мира, развитие его самосознания, знакомство с основными психологическими понятиями, помощь на пути становления его личности. Можно дать следующее определение *психологической сказке*: это содержащая вымысел авторская история, содействующая оптимальному ходу естественного психического развития детей через развитие самосознания и содержащая в метафорическом виде информацию о внутреннем мире человека.

Таким образом, современные подходы сказкотерапии позволяют своевременно в приятной для ребёнка форме помочь изменять отношения к негативным переживаниям, событиям, по-другому относиться к прежним эмоциям, действиям и поступкам, не давать им дальнейшего распространения и негативного влияния на развитие личности ребёнка.

В отличие от диагностических и адаптационных, дидактических сказок, где активен внешний диалог ребёнка со взрослым, сказки коррекционные и психотерапевтические созданы для внутренней работы самого ребёнка. Обсуждения и беседы возможны только по инициативе детей. Сам текст таких сказок создан именно таким образом, чтобы учитывать особенности переживаний, проблемы, возрастные возможности и пр. Ребёнок только слушает сказку, и дальнейшее направление работы психолога полностью зависит от его восприятия. Прогнозы относительно коррекционного и психотерапевтического эффекта не делает психолог, так как это просто не возможно. Информация погружается в каждом случае по-разному. Процесс психокоррекции и психотерапии уникальнейший.

3.1. Сказки для здоровья.

Поющий цветок (для детей от 4 до 8 лет)

(из кн. Лесная школа //Коррекционные сказки и настольная игра для дошкольников и младших школьников. М., 2002)

Цель: изменить отношение к режиму дня, создать мотивацию на здоровый образ жизни.

«В одном доме жил-был Поющий Цветок. Вообще – то это комнатное растение, с длинным зелёным стеблем и листьями, похожими на гладкие, атласные ленты. Но раз в год, в начале лета у него появлялись чудесные цветы, которые напоминали крупные золотистые колокольчики. Они мелодично звенели, когда цветок поливали или рыхлили его землю. Но самое удивительное было пение этих колокольчиков на закате летнего дня. Все растения и птицы замирали в эти минуты и восхищались волшебными звуками. Но эта песня отнимала много сил у Поющего Цветка, ему требовался отдых. Цветок ставили в тёмное место, чтобы листья замедляли свой рост и не вытягивали бы из клубня питательные вещества. Затем его подкармливали, удобряли, и на следующий год он продолжал радовать всех своим пением. Но однажды Поющий Цветок очень загордился собой: «Я могу своим пением покорять весь мир!» «Как же ты будешь покорять, если большую половину своей жизни ты спишь?» - возразил ему воробей, который ловко примостился на подоконнике. «А я не буду спать! Буду петь круглый год!» – ответил Поющий Цветок. Так он и сделал. Перелётные птицы улетали в тёплые края, деревья сбрасывали листву, все готовились к отдыху. Но цветок продолжал петь, правда, меньше радости звучало в его мелодиях, меньше волшебства. Может быть, потому что против всех законов природы Поющий Цветок отказывал себе в отдыхе? Скоро изменились его колокольчики, они стали бледные и вялые. А песня исчезла совсем.

«Что же ты не поёшь?» – спросил его всё тот же воробей.

«Не могу, не получается», - грустно отвечал цветок.

«Конечно! – произнёс воробей. – Ведь ты потратил все силы, а новые не накопил. Нам воробьям, как всему живому, тоже нужно накапливать силы, а не только их тратить.

Поэтому мы кушаем разнообразную пищу, спим нужное количество времени, дышим свежим воздухом. А иначе крылышки слабеют, глазки тускнеют, да и заболеть ведь так не долго».

«По-моему, я уже заболел, голоса совсем нет. Что же теперь мне делать?» – спросил приунывший цветок.

«Теперь уж лечиться, а затем отдыхать, чтобы следующим летом ты смог нас вновь радовать волшебным пением своих колокольчиков», - посоветовал Поющему Цветку воробей».

Прививка (для детей от 4 до 8 лет)

(из кн. Лесная школа //Коррекционные сказки и настольная игра для дошкольников и младших школьников. М., 2002)

Цель: изменить отношение к прививке.

«Енот и Лисёнок познакомили всех с «Школьными новостями». В основном новости были хорошими, но одна заставила некоторых учеников встревожиться.

- Как это сегодня будут делать прививки от гриппа? Зачем? Мы и так здоровы! – забеспокоился Зайчонок.*
- Прививки делают только здоровым, для того, чтобы организм смог научиться сопротивляться этой болезни, - объяснил доктор Филли. Он был в белоснежном халате, в белой шапочке и с чемоданчиком в руке.*
- А это больно? – продолжал спрашивать Зайчонок.*
- Каждый по-разному относится к боли. Кому-то кажется, что и комар кусается больно, а кто-то на сильные ушибы не обращает внимание. Это зависит от чувствительности, - по - научному отвечал на вопросы доктор и подготавливал шприц для укола.*
- А я не боюсь уколов! – храбро воскликнул Волчонок и приготовился это всем доказать. Ему очень хотелось загладить неприятное впечатление о себе перед друзьями. Он отвернулся, чтобы не видеть этого процесса, но к его удивлению укол был почти незаметным.*

- Ну, как? – спрашивал Лисёнок.
- Я ничего не почувствовал, доктор Филин хорошо умеет делать уколы,
- ответил Волчонок.
- Следующий?! – улыбаясь, пригласил доктор.

Ученики один за другим подходили к Филину. Нельзя сказать, что им было приятно, но они понимали, что ради здоровья можно немного и потерпеть.

- Все сделали прививку или кто-то остался? – уточнял доктор.
- Я...Я...Я... остался, - простонал Зайчонок. – Я очень боюсь... Я, наверное, очень чувствительный?

Все ребята начали уговаривать Зайчонка, а он совсем вжался в комочек, стал стучать зубками и трясти коленками.

- Если ты будешь так напрягаться, то укол действительно будет болезненным, расслабься, - попросил Зайчонка доктор.
- Н...Н...Нне..Не могу! – еле выговорил Зайчонок.
- Можно я попробую? – предложил помощь маленький Енот. - Я в школе совсем ещё недавно, и мне страшновато бывает на уроках, да и на переменах тоже. Моя мама даёт мне с собой «Храбрую конфету». Она похожа на обыкновенный леденец, но в ней содержится средство от страха. Возьми её себе, зайчонок, она сейчас тебе нужнее, чем мне.
- Спасибо... - произнёс Зайчонок и быстро положил конфету в ротик.
- Досчитай до ста, чтобы она подействовала, и ты сможешь сделать прививку, - произнёс тихо Енот.

Заяц начал сосать «Храбрую конфету» и считать почему-то с закрытыми глазами. Затем подошёл к доктору и ...

Полная тишина возникла в этот миг, и все ученики с удивлением отметили, что у Зайца, действительно, прибавилось храбрости, ведь он смог сделать прививку, даже не охнув.

- Ура «Храброй конфете»! Ура смелому Зайчонку! Ура маленькому Еноту? – кричали радостные ученики.

А доктор Филин загадочно улыбался, как будто много знал об этом волшебстве».

Больной друг (для детей от 4 до 8 лет)

(из кн. Лесная школа //Коррекционные сказки и настольная игра для дошкольников и младших школьников. М., 2002)

Цель: создать мотивацию на помощь больному другу, развивать эмпатию.

«Наступила настоящая зима. Морозы рисовали узоры на окнах, сугробами завалило всю школьную площадку, ученики в них сооружали крепости для игры, заливали горки и ледяные дорожки. На прогулке ребята здорово веселились. С блестящими глазами, полные сил ученики возвращались в класс, переодевались, просушивали свою обувь и одежду и принимались за уроки.

- Скоро у нас будет в школе праздник, - объявил Учитель-Ёж. – Мы будем встречать Новый Год!*
- А чего его встречать, он, что дороги не знает? – удивилась Белочка.*
- Конечно, знает, - улыбнулся Волчонок. – Это нам важно его заметить, не пропустить!*
- Я слышал, что на празднике Дед Мороз со Снегурочкой приходят в гости, надо для них песни петь и стихи читать, - вспомнил Зайчонок.*
- А можно какой-нибудь мультик сыграть, то есть сказку – спектакль, - предложил Лисёнок.*
- Хорошо, вы как, следует, подумаете, а сейчас пусть каждый расскажет новогоднее стихотворение, - продолжил урок Учитель.*

Ученики читали стихотворение с выражением, представляя себя уже на праздничном выступлении. Когда Лисёнок пошёл к учителю, чтобы прочитать стихотворение все ребята увидели, что он не успел переодеться, и одежда от растаявшего снега была мокрой. Друзья, шептали ему об этом, но Лисёнок ничего не слышал, какой-то туман плыл перед глазами, а уши будто заложило ватой.

- По-моему, дружок, тебе сейчас надо к врачу, - заметил его состояние Учитель. – Что же ты не позаботился сам о себе. Скорее лечись, чтобы к празднику быть здоровым.

Волчонок проводил друга в кабинет доктора Филина. Когда он вернулся, то рассказал, как сердился Филин на Лисёнка за мокрую одежду, как прибежала встревоженная высокой температурой мама Лисёнка к своему сыночку. Всем было очень жалко больного друга.

- Что же он теперь все уроки пропустит что ли? – спросила Белочка Учителя. – И будет после болезни с трудом нас догонять в учёбе?
- Выходит, что так, - грустно ответил Ёж. – Но вы можете ему помочь.
- Как это? – удивился Волчонок.
- Узнавать его состояние, поддерживать своим вниманием. А когда ему станет полегче, проведайте его, передавайте домашние задания, - предложил Учитель.
- Конечно! – обрадовался Зайчонок. – И Медвежонка надо проведать, он уже давно в школу не ходит.
- У него зимняя спячка началась, - объясняла Белочка. – Но я ему все задания передавала. Его мама рассказывает, что между сном он их выполняет. Так что за него не волнуйтесь. К весне он будет в полном порядке.
- Почему же ты нам ничего не говорила? – спросили ребята.
- Мне казалось, что вы знаете, - растерялась Белочка.
- Вот видите, ребята, как важно интересоваться своими друзьями, - подтвердил Учитель-Ёж. – Каждый день она брала у меня задания для Медвежонка. Но больше никто кроме Белочки и не вспомнил о своём товарище.

Ученики сидели, опустив голову, было стыдно, а некоторые представляли, что на месте забытого больного друга мог оказаться любой из них. Очень грустно болеть, да ещё быть без внимания своих товарищей.

- А давайте все вместе каждый день навещать Лисёнка и Медвежонок,
- сказал Зайчонок.

- Я думаю, что всем вместе не стоит, когда болеют трудно принимать много гостей. А вот по - очереди и на небольшое время, чтобы забота была ненавязчивой, - объяснял Учитель.

- Хорошо, кто пойдёт к Лисёнку и Медвежонок завтра? – спросил Волчонок. – Будем делать график посещений.

Пока ученики составляли график, Ёж внимательно наблюдал за тем, как изменились его ученики, какими стали серьёзными и совсем большими.

Благодаря заботам своих друзей Лисёнок вернулся после болезни, как раз к празднику.

Праздничная Ёлка сверкала разноцветными огнями, звучала музыка, смех. Вместе с ребятами Лисёнок пел песни, танцевал и читал стихи. А когда Дед Мороз со Снегурочкой подарили вкусные подарки, Лисёнок не выдержал и закричал громче всех:

- Спасибо всем! Я так рад, что мы вместе!!!

Дружным хороводом вместе с Лисёнком ученики закружили вокруг ёлки. Всем было весело, даже сонный Медвежонок приободрился и поздравлял всех с Новым Годом!

- С Новым Годом!!! С Новым Годом!!! – раздавалось эхом по всему лесу».

Амурчик (для детей от 5 до 12 лет)

Автор: Лукьянченко Е.А.

Цель: помочь ребенку принять себя таким, какой он есть - со всеми недостатками, в том числе и физическими.

«Ты когда-нибудь слышал про амурчиков? Они как обычные дети, только с маленькими крылышками на спине. Живут амурчики на небе, но часто смотрят на землю: очень им интересно знать, чем дети занимаются, во что играют.

Однажды амурчик Ваня увидел, как дети купаются в реке. Был теплый денёк, светило солнце, дети плескались, брызгались, плавали, играли в надувной мяч. Было видно, что им действительно весело. И Ване, конечно, тоже захотелось искупаться. Он позвал папу. Но папа сказал, что амурчикам нельзя плавать, потому что крылышки намокнут и станут слишком тяжелыми. Папа заметил, как расстроился Ваня от его слов и добавил, что хотя плавать и нельзя, но заходить в воду по колени можно. Бродить по воде тоже очень приятно. И все-таки Ваня расстроился. Он никак не мог смириться с мыслью, что не сможет играть в воде с земными детьми. И вот, когда пляж опустел, на него слетел маленький амурчик. Сначала он зашёл в воду по щиколотку. Вода была еще тёплая. Она ласково щекотала его ноги. Ваня осмелел. Он зашел по колени, потом по пояс, по шейку и попытался плыть, но не смог. Ведь, чтобы уметь плавать, надо этому долго учиться. А если ты не умеешь, а за спиной у тебя еще и мокрые крылышки, которые давят как огромный рюкзак... «Помогите!» - закричал Ваня.

К счастью, в это время по пляжу шёл спасатель Слава. Он увидел, что кто-то барахтается в воде и бросился на помощь. Слава вытащил амурчика на берег и аккуратно вытер его полотенцем. Ваня расплакался. Он рассказал Славе про то, как увидел детей купающихся в реке, как ему тоже захотелось, но папа сказал «нельзя», как не послушался папу... Слава вздохнул и ответил Ване: «Ты знаешь, когда мне было столько же лет, сколько тебе сейчас, врачи не разрешали мне прыгать. Они и сейчас не разрешают. Сначала я очень расстраивался, а потом подумал. Я не могу прыгать, но могу делать много других интересных дел. Врачи советовали мне заняться плаванием. И я начал учиться плавать. Я очень много тренировался и теперь так хорошо плаваю, что работаю спасателем. Тебя вот сегодня из воды вытащил – значит, не зря я учился!» Помолчав, Слава добавил «Я могу плавать, но никогда не смогу летать. Мы с тобой очень разные, но это не значит, что кто-то из нас лучше или хуже».

Они посидели еще немного молча. Слезы высохли. Крылья тоже. Амурчику пора было лететь домой. Ваня улыбнулся. Он вспомнил, что скоро у амурчиков соревнования по полётам в упряжках облаков. Ваня очень любил кататься на облачках, и был очень умелым наездником. Он сможет показать хороший результат, если постарается. Когда-нибудь о своих успехах он обязательно расскажет Славе».

3.2. Сказки для эмоционально-поведенческой коррекции.

Сказка о том, как мышонок подушку победил

(для детей от 4 до 6 лет)

Автор: Костюнина О.В.

Цель: коррекция поведения.

В лесу, в удобной норке под деревом жил маленький мышонок. Звали его Пик. Он был серенький с черными круглыми глазками и длинным хвостиком. Жил вместе он с мамой и папой.

Пик был очень веселый мышонок с быстрыми ловкими лапками. Он очень любил бегать и прыгать, играть с друзьями во дворе в разные интересные игры.

Это был замечательный мышонок, но очень упрямый. Если мама или папа просили Пика вымыть руки или убрать свои игрушки – мышонок сразу же говорил: «нет, я не хочу, я не буду это делать». А уж, когда нужно было вставать в детский сад, мышонка просто невозможно было поднять с кровати. Он накрывался одеялом с головой, прижимался к подушке и кричал:

-Я не хочу вставать, я не хочу идти в детский сад, я не хочу –у!

Мама очень расстраивалась, уговаривала Пика встать, но ничего не помогало

И вот как-то раз солнечным весенним утром мама зашла в комнату к Пику и сказала:

-Сыночек, просыпайся, пора вставать.

-Не хочу я вставать! Не хочу! – громче обычного запищал Пик.

Мама вздохнула, покачала головой и ушла. Шло время. В норке было тихо. Мышонок слышал, как за окном раздавались веселые голоса – это зверятки, переговариваясь, бежали в детский сад. Мышонку стало скучно. «Может посмотреть мультик?»- подумал Пик». Он хотел встать, но не смог. Его быстрые и сильные лапки вдруг стали совсем слабыми. Он даже не смог поднять одеяло. Испугался Пик. А тут еще подушка заговорила:

-Никуда я тебя не отпущу, теперь ты всегда со мной будешь. Посмотри, какая я мягкая и теплая!

Еще больше испугался Пик. Он представил себе, что ему нужно будет всегда лежать, и он не сможет ни побегать, ни поиграть, ни порисовать. Да разве мало на свете всяких интересных дел?! И даже кушать он сможет только лежа.

-Я не хочу всегда лежать!пусти меня! – закричал мышонок. – Я хочу бегать и играть со своими друзьями. Я хочу ходить в детский сад!пусти меня! Я хочу встать!

И только он произнес эти слова, как почувствовал, что его лапки вновь стали сильными и ловкими. Вскочил мышонок и бросился скорее одеваться. А тут и мама вошла в комнату.

-Ты уже встал?- удивилась она.

-Мама, мама, а меня подушка не хотела пускать, представляешь, но я ее победил!- закричал Пик.

-Как же это у тебя получилось? – еще больше удивилась мама.

*-А я ей сказал, что **хочу встать** и встал!*

-Какой же ты у меня молодец – обрадовалась мама. - Я горжусь тобой. Видишь, как важно захотеть что-то сделать. И у тебя все получится.

Мама взяла Пика за лапку и они отправились в детский сад.

У тебя все получится (для детей от 6 до 9 лет)

Автор: Костюнина О.В.

Цель: коррекция школьной тревоги.

В синем-синем море жил был маленький дельфин. Звали его Дуська. Он был такой же, как все маленькие дети – любил смотреть телевизор, играть с другими рыбками и дельфинчиками в светлой, пронизанной солнечными лучами воде, любил слушать музыку и обожал мороженое. Да, я ведь совсем забыла сказать, что жил наш дельфинчик в сказочной стране. И даже ходил в школу. Это была особенная школа: там учились разным дельфиньим наукам все маленькие дельфины.

Дельфинчик любил ходить в школу, ему нравилось узнавать что-то новое, играть на переменках с друзьями, но – даже в сказках есть это но – была у нашего дельфина одна небольшая трудность. Когда учитель быстро объяснял урок или попадалось сложное задание, а еще, если дельфинчика вызывали отвечать к доске, Дуська начинал так сильно волноваться, что ничего не мог делать.

-Я не такой, как все – расстраивался он. – Я все делаю так медленно, у меня ничего не получается, когда я волнуюсь.

Однажды дельфинчик как всегда плыл домой из школы и так загрустил, что даже расплакался.

-Почему ты плачешь, малыш? – услышал он чей-то голос.

Дуська оглянулся и увидел старого, мудрого дельфина, который приплыл из глубины погреться в теплой воде.

- Я...я...у меня ничего не получается на уроках, я все делаю очень медленно, я...я волнуюсь, боюсь и ...- расплакался дельфинчик.

-Ну, ну не плачь. Когда я был маленький, я тоже боялся и волновался в школе, я тоже делал все медленнее других. Но потом я понял, что все дельфины разные: одни волнуются, а другие - нет, одни все могут делать быстро, а – другие медленно. Я успокоился и стал стараться делать так,

как могу. Конечно, не сразу, но все стало получаться. Надо просто повторять волшебные слова: « у меня все получится». Так-то вот.

Мудрый дельфин помахал Дуське на прощание хвостом и скрылся вдали.

-Надо же, – удивился дельфинчик, - у такого большого и умного дельфина тоже были трудности в школе. Я запомню волшебные слова, и они мне обязательно помогут.

Дуська задумался, и не заметил, как стемнело. «Поплыву- ка я домой, а то мама уже, наверное, волнуется». Он плыл, и на душе у него было легко и спокойно...

История про ОДЗ (для подростков: от 13 лет и старше)

Автор, психолог ЦЭПП МЧС РФ: Анищенкова С.Л.

Цель: помочь изменить отношение к психотравмирующему событию, ситуациям.

«Дорогой читатель, наверное, тебе непонятно и интересно, что такое ОДЗ. Это может быть Оладушкин Дмитрий Захарович, а может Оперативный Дежурный Заставы, а может Особенно Дорогой Запорожец. Во-общем, можешь, конечно, еще попридумывать, а можешь просто послушать.

Жил-был Автомобиль. Хороший такой славный Автомобиль. Жил он в большом городе, где были дороги, мосты, набережные, парки и много-много других разных автомобилей. Каждый день он выезжал из своего теплого уютного гаража и ехал по привычным улицам, следуя всем правилам дорожного движения. И день сменялся днем, неделя шла за неделей, год за годом.

Однажды утром Автомобиль, как всегда заправившись, направился по привычному маршруту. Он ехал спокойно и уверенно, подпевая любимому радио. И вдруг неожиданно со встречной полосы выскочил другой автомобиль. Он потерял управление, и врезался в нашего героя. Секунда, и перевернутый Автомобиль, боль, испуг, страх...Машины, ехавшие в это же

время остановились и доставили Автомобиль в ремонтную мастерскую. Где полностью восстановили Автомобиль и помогли добраться до теплого, родного гаража.

Несколько дней Автомобиль не выходил из него. Он отлеживался, восстанавливал свои силы и все никак не решался выехать в город. Только он открывал двери, как мотор начинал громко стучать, стекла запотевали, и Автомобиль говорил себе: «Я лучше завтра...».

Сосед, увидев распахнутые ворота, заглянул, радостно поприветствовал и сказал: Накопилось много работы. Помоги справиться.

- Я бы рад, только мне страшно, я боюсь, что авария опять может повториться.

- Всякое может быть, только жизнь продолжается. Когда-то и я попал в такую же ситуацию, и мне очень помогло ОДЗ.

- ОДЗ? Что это такое?

- Это волшебная восстановительная формула.

- А как она расшифровывается?

- Очень просто: Остановись, Дыши, Запиши!

- Что так просто? Это мне не поможет.

- А ты попробуй. Как только почувствуешь приближающийся страх, услышишь сильный стук своего мотора, увидишь, что стали запотевать стекла:

Остановись!

Найди безопасное место для остановки.

Дыши!

Сделай 3-4 глубоких вдоха. Открой окна, и стекла станут чистыми.

Запиши!

Посмотри, что тебя окружает. Запиши то, что ты видишь: столб, знак, скамейку, бордюр, забор, разметку, во-общем то, чего ты касаешься взглядом.

Каждый раз используй эту формулу, как только начнут появляться признаки страха.

Все будет хорошо, уж я то это точно знаю!- сказав это, сосед поехал по делам.

А Автомобиль хотел было закрыть ворота и опять остаться дома, как увидел груз, который стоял около его гаража. На коробке был написан маршрут, и он был знаком Автомобилю. «Надо отвезти, ждут ведь», - уговаривая сам себя, Автомобиль закрыл ворота и медленно поехал в город. Несколько раз он чувствовал приближающийся страх, и тут же его взгляд останавливался на блокноте, на котором крупными буквами было написано ОДЗ: Остановись. Дыши. Запиши.

Благополучно доставив груз, Автомобиль вернулся домой. «А ведь у меня получилось!, - подумал он, - Я смог, я – молодец! Побалую-ка я себя новым хорошим маслом».

На следующий день новый груз стоял около ворот. Наш герой медленно и уже гораздо спокойнее, чем вчера отправился по маршруту. С каждым днем количество вынужденных остановок уменьшалось, и в один прекрасный день Автомобиль понял, что довез груз, ни где не останавливаясь. С тех пор наш герой ездит спокойно и уверенно по любым даже самым сложным и неизведанным маршрутам. Жизнь продолжается!

Вот и вся история про ОДЗ.

Помнишь: Остановись! Дыши! Запиши!»

3.3. Мультикомпонентная программа профилактики нарушенных форм адаптации, зависимости от психоактивных веществ и ВИЧ/СПИДа для детей младшего школьного возраста «Корабль»

(авторы: доктор медицинских наук, профессор, зав. кафедрой клинической психологии МГМСУ Наталья Александровна Сирота, кандидат медицинских

наук, доцент Татьяна Викторовна Воробьева, психотерапевт Александра Владимировна Ялтонская).

В настоящее время профилактика социально-значимых расстройств – зависимости от психоактивных веществ, ВИЧ-инфицирования, асоциального поведения, уже не ограничивается малоэффективными попытками информирования о проблеме, одноразовыми общественными акциями и наглядной агитацией, а имеет концептуально-теоретическую основу, с четко сформулированной методологией, тем самым, представляя собой систему научных знаний.

Первичная профилактика, ориентированная на общую популяцию детей и подростков, кроме узко-специфических (предупреждение начала употребления психоактивных веществ, сексуальное воздержание), преследует и более широкие цели – формирование здоровой, самоактуализирующейся личности, обладающей адаптивными поведенческими стратегиями и личностными ресурсами, способствующими эффективной психосоциальной адаптации.

Сегодня в распоряжении специалистов имеются научные исследования по оценке эффективности профилактических программ, которые позволяют выделить основные принципы, реализация которых делает профилактическую работу результативной: концептуализация информации; тренинговая групповая форма; непрерывность и длительность; участие родителей; культурная адекватность; ценностная основа; развитие навыков личной и социальной компетентности, закреплённых в поведении.

Многолетний опыт разработки и проведения профилактических программ для детей и подростков показывает, что применение сказочной фабулы способствует успешной реализации принципов построения профилактической программы, более того, позволяет преодолеть целый ряд трудностей при работе с детьми младшего школьного возраста.

Сказки являются непосредственным отображением психических процессов и по своей ценности превосходят многие другие формы донесения информации. В сказках разные персонажи, их мыслительные и поведенческие стереотипы предстают в наиболее простой, чистой и краткой форме. Образы героев, хитросплетения сюжета без сопротивления запускают процессы осмысления собственных внутренних переживаний и событий, происходящих в обществе. «Когда ребенок играет, он проявляет свою внутреннюю драму, различные аспекты своей внутренней личности» (Д.Б. Эльконин). Таким образом, ребенок не только изображает себя, но и преобразует свою личность.

Младший школьный возраст – это период усвоения разнообразных норм, ценностей, а также правил социального функционирования. Всю информацию, которую дети получают из внешнего мира, они буквально впитывают в себя, как губки. Дети этого возраста наиболее восприимчивы к тому, что говорят взрослые. Если этот процесс будет навязанным и вынужденным, то новая информация не будет усвоена. Профилактическая программа должна приобрести личностный смысл, быть не просто сухой формулой, а живым источником.

Дети не достаточно осознают свои переживания и далеко не всегда способны понять причины их вызывающие. Они еще не могут осознавать и управлять своими чувствами в той мере, в какой требуют от них взрослые. Это может приводить к импульсивности поведения, осложнениями в общении со сверстниками и взрослыми. На трудности в школе они чаще всего отвечают эмоциональными реакциями – гневом, страхом, обидой. Способность осознавать и контролировать свои переживания, понимать эмоциональное состояние других людей формируется у детей весьма хаотично, определяя практически неизбежную возрастную дисгармонию поведения, которая, без вмешательства, усилится в подростковом периоде.

Сказочная фабула в профилактической программе предполагает игровое ролевое участие детей, при этом реализуется несколько функций:

мотивационная, диагностическая, коррекционная и обучающая. Все - связаны между собой и осуществляются в направленной игре, которая представляет собой импровизацию заданного сюжета. Объединение детей в группу начинается совместной и интересной для них деятельностью в виде построения космического корабля, звездолета или какого-либо другого реального или фантастического средства передвижения с осмысленной и важной целью. Эта цель в профилактической программе значительна, но по силам участникам – помочь Человечеству спастись от эпидемий, войн и других видов саморазрушения. Это не выдуманная игровая цель. Она правдива и реальна, ведь осознавший ее ребенок, ищущий пути ее достижения пусть даже в форме игры приобретает большие шансы не только обезопасить себя от негативных социальных влияний, но и стать носителем важнейших духовных ценностных ориентаций для окружающих.

Такая форма профилактической активности решает задачи устранения аффективных препятствий в межличностных отношениях, достижение более адекватной адаптации и социализации детей, формирования духовных и нравственных ценностных ориентаций, а также планирование ближайшего и отдаленного будущего ребенка, как носителя этих ценностей.

В ходе программы используются специально разработанные приемы и методы, содержание которых соответствует задачам каждого тематического занятия. На занятиях детям предоставляется большой набор сюжетно-ролевых игр, специальные игры-драматизации, в ходе которых реализуется прием десенсибилизации страхов, используются игры, содействующие достижению эмоциональной децентрации, снимающие барьеры в общении.

Активная позиция участников программы позволяет решить целый комплекс важных вопросов в работе с детьми: удовлетворить их потребность в движении и стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом и осознавать его, развить не только физические, но и когнитивные функции, творческие способности, нравственные и моральные качества. Двигательная

активность игрового характера и вызываемые в процессе игры положительные эмоции способствуют естественности в процессе развития. При активной совместной увлеченности детей и захватывающей их устремленности к достижению цели повышается роль волевых процессов, развивается мотивационно-потребностная сфера. Игра дает ребенку возможность выражения чувств и осознания влечений, которые не находят выражения вне игры. Она является источником развития самосознания ребенка, произвольности его поведения, особой формой моделирования им отношений с взрослыми и сверстниками.

Проиграв и прожив определенные проблемные ситуации, развив путем активной деятельности эффективные поведенческие стратегии, актуализировав личностные ресурсы и осознав необходимость духовных и нравственных ценностных ориентаций, ребенок автоматически переносит их в реальную жизнь. В обычной жизни он подчиняет выполнению этих правил свое импульсивное поведение. Особую ценность в этом плане представляет драматическая или ролевая игра.

В драматической и ролевой игре ребенок находит выход запрещенным или социально не одобряемым эмоциям и побуждениям, которые имеет возможность проявить в безопасной обстановке, осознать и решить, что с ними делать, как справляться, преодолевать. Кроме того, ему необходимо побывать в самых разнообразных ролях (тренинг эмпатии, коммуникативной и персональной компетентности других личностных и социальных копинг-ресурсов). В драматической и ролевой игре ребенок получает опыт использования множества социальных ролей. С помощью драматической игры ребенок пытается расширить и изменить Я-концепцию, сломать ригидные и тесные пределы, которые поставили ему обстоятельства. Он тренирует стратегии разрешения проблем и поиска социальной поддержки, учится воспринимать ее и разрешать свои личные проблемы.

Профилактическая программа, разработанная с использованием сказочной фабулы, помимо, несомненной ценности для участвующего в ней

ребенка, решает еще одну проблемную задачу - привлечение к профилактической работе социального окружения (волонтеров старшеклассников, студентов, родителей, мотивированных ведущих, администрации образовательных учреждений и лиц принимающих решения по проведению программ). Театрализованность, драматизм игрового сценария, интрига сюжета и развязки пробуждает интерес взрослых, которые с увлечением вовлекаются в процесс. Происходит актуализация собственных творческих ресурсов при подготовке к занятиям, и они также как дети, с нетерпением и азартом ждут новой встречи, профилактическая программа естественным образом органически вплетается в повседневную жизнь, принося новые краски и яркие впечатления.

Привлечение родителей и педагогов может быть как при непосредственном участии в отдельных тренинговых занятиях, так и опосредованно. На основе сценария программы создаются художественные произведения для совместного прочтения детей и родителей, возникает сопричастность семьи к профилактическому процессу.

Участие волонтеров старшеклассников (студентов), под руководством специально-подготовленных ведущих, успешно реализует принцип равный-равному, оказывая максимальный профилактический эффект.

Приведем примеры действующих профилактических программ, разработанных в соответствии с критериями эффективности и использующих сказочную фабулу.

1. Мультикомпонентная программа профилактики нарушенных форм адаптации, зависимости от психоактивных веществ и ВИЧ/СПИДа для детей младшего школьного возраста «Корабль».

Программа построена как большое путешествие-сказка, где всех участников ждут невероятные приключения, новые встречи.



История начинается в городе Чувств, где люди внезапно теряют способность радоваться и любить.

И жители города снаряжают корабль и подбирают специальную команду для выполнения сложного и ответственного задания.

Нам предстоит доплыть до города Радости, и, пройдя специальное испытание встретиться с мудрецами, которые знают, как возродить любовь и вернуть радость жителям.

Пример одного занятия

Занятие № 4 Остров Страха

Цели и задачи:

- ✓ работа по преодолению страха
- ✓ обсуждение вопроса: «Зачем нам нужен страх? Как с ним справляться?»
- ✓ работа с наиболее распространенными страхами участников
- ✓ умение находить поддержку друг у друга
- ✓ развитие умения находить адаптивные выходы из сложных ситуаций (ведение переговоров и др.)



Необходимые материалы:

Для плавания: карта, булавка или кнопка для обозначения местонахождения корабля, веревки и необходимые стройматериалы для корабля, «судовой журнал», «подзорная труба».

Для занятия: грим, детский крем, зеркала, лосьон для снятия макияжа.

Подготовка (10 мин.)

Постройка корабля из вспомогательных материалов. Корабль должен иметь штурвал, якорь, борта; карта должна находиться внутри корабля.

Введение (5 мин.)

Ведущие напоминают, что необходимо починить сломанную мачту. Для этого необходимо найти на острове подходящий материал. Однако здесь могут встретиться страшные опасности, поэтому необходимо быть очень осторожными, поскольку мы все найдем здесь то, чего боимся.

Основная часть (60 мин.)

Что такое страх? (10-15 мин.)

Цель: развитие рефлексии чувств, рассмотрение негативно воспринимаемого чувства, как приносящего свою пользу, развитие навыка совместного обсуждения.

Ведущие задают участникам вопросы: что такое страх, когда он бывает, как выглядит человек, испытывающий страх. Каждый участник по очереди изображает страх, остальные повторяют за ними.

После этого, ведущие предлагают продолжить дискуссию, спрашивая: «Зачем природа дала нам это чувство? Что оно нам приносит (вред и польза)? Каким образом вы справляетесь со страхом, какие знаете способы?».

Написание списка страхов (5 мин.)

Цель: выявление основных страхов детей.

Участники вспоминают, чего они боятся, составляется список.

Формирование двух команд. Работа с командами (15-20 мин.)

Цель: развитие навыков взаимодействия, развитие творческих способностей, утрирование страхов переводя в смешную, неопасную форму, умение находить поддержку друг у друга, работа по преодолению страхов.

Материалы: грим, зеркала.

Участники делятся на команду корабля и команду острова, причем в каждой команде должен быть кто-то из ведущих. По количеству игроков в команде острова (столько же должно быть и в другой команде) из списка пугающих вещей выбираются персонажи.

Затем команды расходятся по разным помещениям.

Команда острова распределяет персонажей-страхов, гримируется и создает костюмы. Ведущий - капитан этой команды - объясняет им, что они не просто страшилища, а на самом деле заколдованные люди. Когда-то они испугались, что с ними никто не захочет дружить, и стали пугать людей, а затем это стало получаться у них все лучше и лучше, и тогда они заметили, что превратились в страшилищ. Тогда они стали еще больше пугать людей, потому что с ними вообще никто не захотел общаться, и вот однажды они все проснулись на Острове Страха, где с тех пор пугают всех, кто проплывает мимо или высаживается на берег. Но на самом деле в глубине души они хотят, чтобы кто-то подружился с ними - тогда они снова станут людьми. Затем команда острова готовит для моряков страшные испытания (например, пройти через темный коридор, где воют страшилища, пройти с завязанными глазами через комнату, в то время как их пугают и щиплют (драться нельзя) страшилища и т.п.). Предусматривается место, куда, в конце концов, попадет каждый из моряков.

Капитан **команды корабля** в это время проводит беседу о том, как справиться со страхами и приводит детей к мысли о том, что не надо сразу пугаться, нужно выяснить, что на самом деле происходит, часто можно победить страх разумом, доброжелательностью к объекту страха и т.п. (справляться со страхом нужно рассудком, а не агрессией). По желанию члены команды корабля могут загримироваться и сделать себе костюмы.

Приключения на острове страха (20-40 мин.)

Цель: работа с наиболее распространенными детскими страхами участников, умение находить поддержку друг у друга, развитие умения

находить адаптивные выходы из сложных ситуаций (ведение переговоров и др.).

После этого члены команды корабля по одному, по сигналу со стороны страшилищ заходят в подготовленное для испытаний помещение, через которое страшилища должны провести их так, чтобы они попали в предназначенное для этого место – заколдованную темницу, из которой можно выбраться только при согласии страшилищ. Там их должен охранять кто-то из страшилищ, если ему становится трудно, то двое. Капитан команды корабля идет последним. Задача команды корабля - подружиться со страшилищами и тем самым расколдовать их (в явном виде им этого не говорится). Игра заканчивается, когда все начинают вести себя доброжелательно и страшилища превращаются в обычных людей (когда страшилище почувствует достаточное доверие к кому-нибудь из команды – он может просто стереть грим, что будет обозначать, что колдовские чары разрушены).

Завершение основной части (10 мин.)

Обе команды демонстрируют дружбу, команда корабля рассказывает, что у них сломалась мачта, команда острова сообщает, что к острову совсем недавно прибило морем замечательную почти новую мачту и торжественно вручают ее команде корабля (“мачта” может быть как воображаемой, так и представлять собой, например, швабру).

Ведущие рассказывают детям, как замечательно они справились с трудным испытанием, и говорят, что теперь они могут на следующий же день все вместе плыть дальше.

Заполнение судового журнала. Обсуждение произошедшего.

Прощание (5 мин.)

Участники становятся в круг, берутся за руки. Каждый по кругу называет чувство, с которым он завершает занятие. Проведение «прощального» ритуала.

2. Программа первичной профилактики ВИЧ/СПИДа и рискованного поведения для детей младшего школьного возраста «Живая вода».

Фабула сказочного действия заключается в спасении Человечества, для чего необходимо собрать команду отважных спасателей, Высокая Миссия которых – собрать по всему Белу Свету 26 фрагментов ключа. Фрагменты представляют собой нравственно-ценностные категории, постижению которых посвящены 26 занятий.



Пример одного занятия.

Занятие №25 НАДЕЖДА

Цели и задачи занятия:

- Сформировать у участников отношение к Надежде, как к нравственно-ценностной категории.
- Сформировать навык работы над признанием права на ошибку, умения извлекать опыт из ошибок и находить выходы из сложных ситуаций.
- Сформировать умение справляться с чувством вины.

- Выработать понимание того, что без надежды не возможно прогнозирование будущего в ожидании позитивных изменений в жизни, руководствуясь собственным выбором.

Необходимые материалы: ткань для костюмов, грим, краски, листы ватмана, фломастеры, клей, ножницы, клейкая лента, листы бумаги А4, материалы для упражнения «Работа над ошибками», CD и\или MP3 проигрыватель, диски с соответствующей музыкой.

1. Эмоциональный зонд

В общем кругу проводится приветствие, обмен актуальным самочувствием, эмоциями, формирование настроения на занятие - воспоминание о прошлых путешествиях, напоминание ролей и имен, внесение необходимых изменений.

2. Церемония встречи.

Участники приветствуют друг друга особым способом, придуманном и выбранном самими участниками на первом занятии (например: участники прикасаются друг к другу локтями, берутся за руки и подпрыгивают и другое).

3. Девиз команды, гимн команды.

Участники хором произносят девиз команды и поют гимн.

4. Разыгрывание основного сюжета

Слова ведущего: *«Друзья! В одном сказочном королевстве, как водится, жили-поживали король с королевой, были они добрейшей души люди, ладно правили своим королевством. Их верноподданные жили сытыми, довольными и счастливыми людьми. Оберегала благоденствие этого королевства Добрая Фея. Феи – это такие существа, которые похожи на людей, но живут вечно и либо творят добро, либо – зло, омрачая людям*

жизнь. В жизни так бывает, что добро ходит рядом со злом. Так и в этом королевстве не обошлось без присутствия Злой Феи. Вечная жизнь такая долгая, что порой Феям становится скучно и хочется развлечься. И вот у короля с королевой родилась прекрасная дочь, неземной красоты, с ангельским голосом. Вступили Добрая и Злая Феи в спор, кому из них опекать принцессу, кому из них определить ее судьбу?

Росла принцесса, проявляя то добродетель, то дурной характер, в зависимости от того, чье влияние Злой или Доброй Феи преобладало.

В день совершеннолетия получила Принцесса от обеих Фей подарки. Злая Фея подарила принцессе роскошный ларец, такой, что глаз не оторвать, украшенный драгоценными камнями, искрящийся светом бриллиантов. Да забавы ради наполнила ларец бедами и несчастьями, что бы на фоне зла принцесса была самая счастливая. Добрая Фея тоже подарила Принцессе ларчик, маленький изящной тонкой ручной работы и наполнила его частью своей Вечной Души. Добрая Фея также предупредила Принцессу, что от первого подарка Добра ждать не стоит.

Принцесса, прельщенная роскошью и блеском первого подарка не удержалась, и открыла его, а оттуда как полетели Горе, Беды и Несчастья...

Что было дальше в этой истории нам предстоит узнать, совершив путешествие в Королевство Фей. Тем более, что Королевство нуждается в нашей помощи. Вы готовы помочь!

Отправимся мы туда на волшебной лодке, так как королевство находится за семью морями. Плыть предстоит долго, а грести надо веслами, причем у каждого члена команды по два весла, отдыхать нельзя никому иначе не доберемся до королевства, охраняемого поясом огромных волн».

Мозговой штурм.

Участникам предлагается высказывать различные идеи о том, с какими возможными трудностями им предстоит столкнуться в путешествии: с погодными условиями, физическими, химическими, биологическими и

прочими явлениями. Задача участников – продумать, каким образом лучше сконструировать транспортное средство и что взять с собой.

Сборка-построение транспортного средства.

Из подручного материала и мебели строится лодка.

Имитируя звуки и движения, участники совершают плавание по семи морям.

Слова ведущего: *«За пятым морем начались огромные волны, и несколько весел смыло водой, наше путешествие под угрозой, члены команды устали грести по волнам. Мы принимаем решение: в отсутствие весел грести по очереди, часто сменяя друг друга. Нашими совместными усилиями, благодаря согласию, поддержке и дружным действиям, за седьмым морем показалась Королевство Фей. Мы не знаем, что нас там ждет, но хочется надеяться, что что-то хорошее. Часто когда мы не можем изменить «плохую» ситуацию, мы можем изменить к ней свое отношение. Давайте потренируемся в упражнении».*

Игра – тренировка.

Игра «Ужасно-прекрасный рисунок»

Участникам раздается по листу бумаги и по одному фломастеру. Предлагается нарисовать «прекрасный рисунок». После этого рисунок передается соседу справа, он делает из полученного рисунка в течение 30 секунд «ужасный рисунок» и передает следующему. Следующий участник делает «прекрасный рисунок». Так рисунок проходит весь круг. Затем он возвращается к «хозяину» и упражнение обсуждается. Упражнение направлено на стимулирование группового процесса, разрядку, выражение агрессии. Эффективнее всего проводить работу в подгруппах из 5–7 человек.

Слова Принцессы (переодетый ведущий): *«Посмотрите, что вы видите, вместо прекрасной процветающей земли, населенной добрыми людьми, над Королевством черные тучи, море потемнело и вздыбилось, вокруг мертвая рыба, а на земле мертвые птицы. Вы встречаете потемневших от горя, болезней и страданий людей. И во всем виновато мое любопытство, которое перевесило осторожность, я заглянула в роскошный ларец, а оттуда как полетели горести, беды, болезни и несчастья и навалились на жителей Королевства. Я захлопнула ларец, но было поздно. А теперь меня мучает чувство вины за содеянное, мне стыдно признаться, что я ослушалась Добрую Фею. Я спрятала ларец далеко в подвал и привалила его тяжелым камнем. Никому на свете я не рассказала, что натворила. Теперь не знаю, что мне делать?! Помогите!*

Слова ведущего: *«Ребята давайте попробуем разобраться, в чем проблема жителей Королевства Фей»*

Мозговой штурм и ролевая игра

Разбить группу на подгруппы с помощью одного из игровых способов (см. Приложение). Каждой подгруппе необходимо в течение 7-10 минут обсудить ответы на вопросы и записать их на листе бумаги. Затем поочередно участники каждой подгруппы предлагают свои варианты ответов, участники других подгрупп дополняют. Организуется управляемая дискуссия.

Участникам предлагается обсудить следующие вопросы:

1. Как помочь несчастными, больным, изгоревавшимся людям?
2. Что такое чувство вины и стыда?
3. Что такое право на ошибку?
4. Как извлечь пользу даже из «плохого» поступка?
5. Как признавать собственные ошибки и исправлять их?

Каждой подгруппе предлагается выбрать один из сюжетов, признания и исправления ошибок и разыграть в ролевой игре.

Упражнение-тренировка: «Работа над ошибками»

Слова ведущего: *«Все мы когда-то совершаем ошибки, также как и принцесса совершила ошибку и до сих пор винит себя. Давайте ей поможем, покажем, что мы делаем, когда ошибаемся»*

Возьмите лист бумаги и расположите его по горизонтали, на листе нарисуйте таблицу. Разберите одну из ошибок вместе с группой на доске, чтобы детям было понятно, как выполнить упражнение.

Ошибка	Последствия («+» и «-»)	Выводы	Как можно исправить ситуацию
<p>1. 2. 3.</p> <p>Например: Играл дома в мяч и случайно разбил вазу.</p>	<p>(-) Мама расстроилась и долго ругалась</p> <p>(+) Хорошо, что никто не пострадал</p>	<p>В следующий раз буду играть в мяч только на улице. А если захочется покидаться чем-нибудь дома – буду использовать мягкую игрушку.</p>	<p>1. Попросить у мамы прощения. 2. Если осколки крупные, то можно попробовать склеить вазу. 3. Накопить карманные деньги и купить маме новую вазу в подарок.</p>

Слова Принцессы: *«Я признаю, что совершила ошибку. Вы помогли мне в этом. Я рассказала жителям Королевства всю историю и попросила прощение за содеянное. Один очень пожилой и мудрый человек сказал мне, что спасение во втором ларчике, о котором я и позабыла. Я побежала со всех ног, достала ларчик, открыла его и оттуда вместе со светом вылетела Надежда. Окрылила всех жителей нашего Королевства, придала нам сил, уверенности и мы стали преодолевать Трудности, Горе, Беды, Болезни и Несчастья. В Королевстве Фей вновь воцарилось Благоденствие».*

5. Вручение даров

Слова Принцессы: *«Жители нашей планеты обрели Надежду. В благодарность мы приносим вам в подарок Свиток, на котором написано следующее».*

Все красавицы модно одеты,
И глазасты, и всем хороши,
Но одна только песнь у поэта –
Та, слепая, подруга Души.
Не нужны ей чужие одежды,
И богатство ее не влечет,
А зовут ее просто Надеждой.
Все пройдет, а Надежда спасет.

Также в качестве Дара передает некое Письмо, на котором написано:
«Часто люди опускают руки в отчаянии, видя, что их труды напрасны, плода не видно. Когда такое чувство овладевает нами, вспомним о твердости и постоянстве, с которыми трудился Христос на Земле. Упование и надежда не покидали Его, хотя видимой победы Он не ожидал, и труды его могли казаться тщетными».

(Из дневника православного священника).

И вручает фрагмент ключа, на котором написано слово «НАДЕЖДА».

Групповой рисунок «Фотография на память»

Участники создают групповой рисунок «Мы в Королевство Фей, озаренном светом Надежды».

Слова ведущего: «Наша Команда благодарит жителей Королевства Фей за подарок и возвращается на свою лодку, которая отправляется обратно. Мы вернемся домой с бесценными подарками, которым, найдем достойное место»

6. Возвращение. Обсуждение занятия, обмен чувствами.

Участники в общем кругу обмениваются впечатлениями, обсуждают насколько важна для человека Надежда и как она помогает справляться с трудностями. Насколько важно иметь надежду. Необходимо поощрить участников за работу и отметить, какой огромный опыт они приобрели.

7. Сочинение девиза по теме занятия и заполнение бортового журнала.

Участники сочиняют и хором произносят слова или строки о Надежде.

8. Церемония прощания

Участники прощаются друг с другом особым способом, придуманном и выбранном самими участниками на первом занятии (например: участники прикасаются друг к другу локтями, берутся за руки и подпрыгивают и др.).

Рекомендуемая литература.

1. Бремс К. Полное руководство по детской психотерапии, М, 2002

2. Валявко С.М., Панфилова М.А. Использование сказкотерапии в подготовке детей с нарушениями развития к новой социальной ситуации. Вестник МГПУ №4(29) М.2008 г. стр. 85-92
3. Василюк, Ф.Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций). М., 1984
4. Вачков И.В. Сказкотерапия. Развитие самосознания через психологическую сказку. М.: Ось-89, 2003.
5. Вачков И.В. Психология для малышей или сказка о самой «душевной» науке. – М.: Педагогика-Пресс, 1996. – 174 с.
6. Выготский Л.С. Педагогическая психология, глава 8 «Эстетическое воспитание», М., Педагогика, 1991
7. Баркер Ф. Использование метафор в психотерапии. — Воронеж, 1996.
8. Беттельхейм Б. Похвала волшебным сказкам. — М., 1995.
9. Бретт Д. «Жила – была девочка, похожая на тебя...» — М., 1996.
10. Гнездилов А.В. Терапевтические сказки. Мелодии дождя на петербургских крышах. — СПб., 2003.
11. Гнездилов А.В. Авторская сказкотерапия. Дым старинного камина. — СПб., 2004.
12. Гордон Д. Терапевтические метафоры. — Канск, 1994.
13. Дикманн Х. Юнгианский анализ волшебных сказок. Сказание и иносказание. СПб.: Академический проект, 2000.
14. Дубровинская Е.И., Вуколова П.М. Мультикомпонентная программа профилактики нарушенных форм адаптации детей младшего школьного возраста «Корабль», под ред. Н.А. Сирота, В.М. Ялтонского. НКО Фонд «Система профилактических программ», Москва 2005.
15. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Путь к волшебству. Теория и практика сказкотерапии. СПб.: Речь, 1998.
16. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Практикум по сказкотерапии. — М., 2002.
17. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Кудзилов Т.Б. Психодиагностика через рисунок в сказкотерапии. СПб.: Речь, 2003.

18. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Психотерапия зависимостей. Метод сказкотерапии. — СПб, 2004.
19. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Тихонова Е.А. Проективная диагностика в сказкотерапии. - СПб: изд-во: Речь, 2005.
20. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Основы сказкотерапии. - СПб: изд-во: Речь, 2006.
21. Заширинская О.В. Сказка в гостях у психологии. Психологические техники: сказкотерапия. СПб.: Издательство ДНК, 2001.
22. Капская А.Ю., Мирончик Т.Л. Подарки фей. Развивающая сказкотерапия для детей. — СПб., 2006.
23. Короткова Л.Д. Сказка – для светлого ума закваска. М.: Педагогическое Общество России, 2001.
24. Короткова Л.Д. Сказкотерапия для дошкольников и младшего школьного возраста. — М., 2004.
25. Короткова Л.Д. Сказкотерапия в школе. — М., 2006.
26. Короткова Л.Д. Духовно – нравственное воспитание средствами авторских сказок. — М., 2006.
27. Костюнина О.В., Панфилова М.А. Сказкотерапия в эмоционально-поведенческой коррекции у детей дошкольного и младшего школьного возраста. Журнал «Школа здоровья» №4, 2006. – с. 25-31.
28. Кротов В.Г. Массаж мысли. Притчи, сказки, сны, парадоксы, афоризмы. М.: Совершенство, 1997.
29. Крюкова Т.Л. Возрастные и кросскультурные различия в стратегиях совладающего поведения. // Психологический ж-л, 2005, том 26, №2, с. 5-15
30. Лабиринт души: Терапевтические сказки. / Под ред. Хухлаевой О.В., Хухлаева О.Е. — М., 2005.
31. Ленц Ф. Образный язык народных сказок. — М., 2000.
32. Лопатина А.А., Скребцова М.В. Беседы и сказки о семье для детей и взрослых. — М., 2007.

- 33.Лыкова Н.М. Теории стресса и копинга. Учебно-методическое пособие. М., 2004.
- 34.Лэнктон К., Лэнктон С. Волшебные сказки: Ориентированные на цель метафоры при лечении взрослых и детей. — Воронеж, 1996.
- 35.Маршалл Ш., Кибер К. Власть прикосновения. Поэтическая терапия — способ исцеления от перенесённого сексуального насилия. — М., 1992.
- 36.Миллс Дж., Кроули Р. Терапевтические метафоры для детей и «внутреннего ребёнка». — М., 1999.
- 37.Осипова А.А. Общая психокоррекция. — М., 2000.
- 38.Оуэн Н. Магические метафоры. 77 историй для учителей, терапевтов и думающих людей. — М.: Изд-во Эксмо, 2002.
- 39.Панфилова М.А. Лесная школа //Коррекционные сказки и настольная игра для дошкольников и младших школьников. М., 2002
- 40.Панфилова М.А. Игротерапия общения //Тесты и коррекционные игры. Методическое пособие. Москва, Издательство «ГНОМ и Д»,2002
- 41.Пезешкиан Н. Торговец и попугай. Восточные истории в позитивной психотерапии. — СПб., 1995.
- 42.Пезешкиан Н. Если ты хочешь иметь то, что никогда не имел, тогда сделай то, чего никогда не делал. Истории и жизненные мудрости. — М., 2005.
- 43.Пропп В.Я. Русская сказка.- Л, 1984.
- 44.Погосова Н.М. Погружение в сказку. — СПб., 2006.
- 45.Практика сказкотерапии. / Под ред. Сакович Н.А. — СПб., 2005.
- 46.Радина Н.К. Истории и сказки в психологической практике. — СПб., 2006.
- 47.Свирепо О.А., Туманова О.С. Образ, символ, метафора в современной психотерапии. М.: Изд-во Института Психотерапии, 2004. — 270 с.
- 48.Сирота Н. А., Ялтонский В.М. Профилактика наркомании у подростков. От теории к практике. Изд. ЦСПА «Генезис», 2001.

- 49.Совладающее поведение: современное состояние и перспективы. / Под ред. А.Л. Журавлева, Т.Л. Крюкова, Е.А. Сергиенко. – М., 2008.
- 50.Соколов Д.Ю. Сказки и сказкотерапия. М., 2005
- 51.Соколов Д.Ю. Лоскутное одеяло, или психотерапия в стиле дзен. М.: Изд-во Эксмо, 2002.
- 52.Спрангер Б.Е. Ключевые принципы построения профилактических программ для подростков// ж-л Вопросы наркологии. 1993, №3, с.48-53
- 53.Стишенок И.В. Сказка в тренинге: Коррекция, развитие, личностный рост. — СПб., 2005.
- 54.Тренинг по сказкотерапии. / Под ред. Зинкевич-Евстигнеевой Т.Д. — СПб., 2004.
- 55.Фесюкова Л.Б. Воспитание сказкой. — М., 2000.
- 56.Франц фон М.-Л. Психология сказки. Толкование волшебных сказок. Психологический смысл мотива искупления в волшебной сказке. СПб., 1998.
- 57.Черняева С.А. Психотерапевтические сказки и игры. — СПб, 2004.
- 58.Эйдемиллер Э.Г. Методы семейной диагностики и психотерапии. — М. – СПб., 1996.
- 59.Яничев П.И. Психологическая интерпретация некоторых функций волшебной сказки. // Журнал практического психолога. — 1999. № 10-11.
- 60.Gardner R.A. Storytelling in Psychotherapy with Children, New York, 1995