

Использование сказки, рисования и технологии визуализации в коррекции страхов и личностных нарушений у дошкольников и младших школьников

На консультации к психологу обращаются родители детей, имеющие разные проблемы, но чаще всего это страхи и агрессивное поведение. Практически все дети, в определенные возрастные периоды чувствительны к определенным видам страхов. Как правило, такие страхи с возрастом самостоятельно проходят. Однако, если ребенок воспитывается в семье беспокойных родителей, то возрастные могут переходить в невротические. Часто передача страхов родителями происходит неосознанно, в то же время некоторые страхи или опасения внушаются в процессе воспитания, когда родители передают собственную картину видения мира. Матери склонны в большей степени передавать собственные страхи ребенку, в силу их тесного биологического контакта. Таким образом, у ребенка формируется тревожно-мнительный способ реагирования, что в конечном счете осложняет ему жизнь и способствует нарушению процесса адаптации в социуме.

Помимо страхов существует еще одна проблема, с которой очень часто сталкиваются родители – это агрессивное поведение ребенка. Агрессивность проявляется по разному: от высказываний до физических воздействий. У детей дошкольного возраста такой способ реагирования на проблему формируется в семейном окружении. Хотя порой, родители не подозревают, что сами являются учителями, формирующими агрессивное поведение.

Поэтому, прежде чем приступать работать с ребенком и разрешать его проблемы, необходимо проконсультировать родителей.

В арсенале психологов, для работы с такими детьми существует множество приемов, техник. Положительный результат в коррекционной работе дает технология работы с психологической сказкой, рисование и технология визуализации.

Сказкотерапия - означает «лечение сказкой». Как пишет Вачков И.В [1] , сказку используют и врачи, и психологи, и педагоги, и каждый специалист

находит в сказке тот ресурс, который помогает ему решать его профессиональные задачи.

Порой своевременно рассказанная и правильно подобранная сказка помогает выйти ребенку из деадаптивного состояния. Работа по формированию ресурса идет на подсознательном уровне. Специалисту необходимо вовремя понять, что требуется ребенку в его актуальном состоянии.

Ткач Р.М. в своей книге «Сказкотерапия детских проблем» структурирует сказки по отдельно взятым детским проблемам [3] :

1. Сказки для детей, которые испытывают страхи темноты, страх перед медицинским кабинетом и другие страхи.
2. Сказки для гиперактивных детей.
3. Сказки для агрессивных детей.
4. Сказки для детей, страдающие расстройством поведения с физическими проявлениями: проблемы с едой; проблемы с мочевым пузырем и т.д.
5. Сказки для детей, которые столкнулись с проблемами семейных отношений. В случае развода родителей. В случае появления нового члена семьи. Когда дети считают, что в другой семье им будет лучше.
6. Сказки для детей в случае потерь значимых людей или любимых животных.

Какова бы ни была тематика сказки, главным средством психологического воздействия в технологии работы с психологической сказкой является **метафора**. Если представленная в сказке метафора находит отклик в душе ребенка, то можно рассчитывать на эффективность работы данного .

Зинкевич-Евстегнеева Т.Д выделяет несколько основных функциональных особенностей сказок :

1. Тексты сказок вызывают эмоциональный резонанс как у детей, так и у взрослых. Образы сказок обращаются одновременно к двум психическим уровням: к уровню сознания и подсознания.

2. Концепция приема основана на идее ценности метафоры как носителя информации:

- о жизненно важных явлениях;

- о жизненных ценностях;
- о постановке целей;
- о внутреннем мире автора (в случае авторской сказки).

3. В сказке в символической форме содержится информация о том:

- как устроен этот мир, кто его создал;
- что происходит с человеком в разные периоды его жизни;
- какие этапы в процессе самореализации проходит женщина;
- какие этапы в процессе самореализации проходит мужчина;
- какие трудности препятствия можно встретить в жизни и как с ними справляться;
- как приобретать и ценить дружбу и любовь;
- какими ценностями руководствоваться в жизни;
- как строить отношения с родителями и детьми;
- как прощать [2]

Если возникает необходимость в создании сказки (в случае, когда из всех существующих сказок ни одна не подходит), то необходимо придерживаться определенных правил ее создания:

1. Сказка должна быть в чем-то идентичной проблеме ребенка, но ни в коем случае не иметь с ней прямого сходства.

2. Сказка должна предлагать замещающий опыт, используя который ребенок может сделать новый выбор при решении своей проблемы.

После прочтения и разбора сюжета сказки, ребенку необходимо предложить нарисовать все, то ему запомнилось из сказки. Как правило, дети с удовольствием рисуют, внося свое видение сказки в рисунок. Очень часто рисунок дополняется деталями и даже

героями, не существующими в прочитанной сказке. Эти дополнения важны для самого ребенка, являются показателями успешной коррекции существующих детских проблем.

Но бывает, что ребенок отказывается рисовать, объясняя, что не любит и у него не получается. Тогда необходимо начать самому рисунок, предлагая ребенку раскрасить какие – то детали. В данном случае, ребенок вовлекается в процесс с удовольствием, предлагая нарисовать героев и различные элементы сюжета. В данном случае, также идет процесс коррекции, который дает положительные результаты.

После цикла работы со сказкой в дальнейшей коррекции можно использовать технику визуализации. Основное назначение данной техники, помочь ребенку войти в особое состояние, чтобы увидеть и осознать свои проблемы как бы со стороны. Это позволяет значительно смягчить негативные переживания, найти новые, неожиданные пути разрешения проблем. Здесь работа идет не только с сознанием, но и подсознанием. Проводимые в процессе техники внушения помогают снять напряжение, достичь расслабления и ощущения покоя, развивать саморегуляцию. Кроме того, детские медитации способствуют развитию воображения и управлению собственными мыслями. Для занятий понадобится фоновая спокойная музыка, тихая обстановка.

Для сказкотерапии можно использовать книгу Лабиринт души. Терапевтические сказки (под редакцией О. В. Хухлаевой, О. Е. Хухлаева)

Тексты для введения в транс можно скачать на сайте <http://serge407.wixsite.com/mysite-2>, выход на страницу специалистам.

Литература

1. Вачков И.В. Сказкотерапия. Развитие самосознания через психологическую сказку[Текст]: / И.В. Вачков – М.: Ось- 89, 2007. -144 с.
2. Зинкевич-Евстегнеева Т.Д, Тихонова Е.А. Проективная диагностика в сказкотерапии [Текст]: / Т.Д. Зинкевич-Евстегнеева, Е.А. Тихонова - СПб.: Речь, 2003. — 208 с.
3. Ткач Р.М. Сказкотерапия детских проблем [Текст]: / Р.М.Ткач - СПб.: Речь; М.: Сфера, 2008. - 118 с.