



И. В. Вачков

Сказкотерапия в работе детского психолога



Вачков Игорь Викторович – доктор психологических наук, профессор кафедры дифференциальной психологии МГППУ, член Союза писателей России, президент сообщества сказкотерапевтов

Общее представление о сказкотерапии

Сегодня слово «сказкотерапия» уже не вызывает недоуменных взглядов и уточняющих вопросов у практических психологов. Сказкотерапевтов можно встретить в детских садах и психологических центрах, хосписах и больницах. Однако до сих пор это чарующее слово «сказкотерапия» понимается психологами очень по-разному, и смыслы, которые в него вкладываются, отличаются порой не меньше, чем, скажем, бытовые сказки и волшебные.

Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева определяет сказкотерапию как набор способов передачи знаний о духовном пути души и социальной реализации человека, как воспитательную систему, сообразную духовной природе человека.

Одним из камней преткновения является, по-видимому, буквальный перевод слова «сказкотерапия» – «лечение сказками». Вообще понятия, имеющие в своем составе часть «терапия» (гештальттерапия, телесная терапия и подобные), не получили полной легитимности в системе образования (в том числе дошкольного). Ведь в функциональных обязанностях детского психолога не предусмотрены психотерапевтические процедуры. Более того: медики периодически напоминают психологам о запрете «внедряться на чужую территорию». Психотерапия, по их мнению, – сугубо медицинская область. Им, правда, невдомек, что психологи и не претендуют на то, чтобы кого-нибудь «лечить». И психотерапевтические методы

(лукаво называя их психокоррекционными) используют не для работы с психопатологиями, а чаще всего – в развивающих целях. Потому-то, чтобы как-то оправдать и объяснить применение психотерапевтических методов психологами, в последние годы все чаще говорят о психологической модели психотерапии. Впрочем, в дошкольном образовании использование даже такой модели пока не признано.

Назвать сказкотерапию клиническим психотерапевтическим методом тоже вроде бы нельзя. Во всяком случае, в солидной и серьезной «Психотерапевтической энциклопедии», вышедшей в 1999 году под редакцией Б. Д. Карвасарского¹, никаких упоминаний о сказкотерапии найти не удалось. Значит, все-таки это психологический метод? И да, и нет. Потому что сказку используют и врачи, и психологи, и педагоги. Каждый специалист находит в сказке тот ресурс, который помогает решать профессиональные задачи.

Один из самых авторитетных в этой области психологов Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева определяет сказкотерапию как набор способов передачи знаний о духовном пути души и социальной реализации человека, как воспитательную систему, сообразную духовной природе человека.

Она считает, что сказкотерапия это и «открытие тех знаний, которые живут в душе и являются в данный момент психотерапевтическими», и «процесс поиска смысла, расшифровки знаний о мире и системе взаимоотношений в нем», и «процесс образования связи между сказочными событиями и поведением в реальной жизни», и «процесс объективации проблемных ситуаций», и «процесс активизации ресурсов, потенциала личности», и «процесс экологического образования и воспитания

¹ Подробнее см. Психотерапевтическая энциклопедия / Под ред. Б. Д. Карвасарского. – СПб.: Питер Ком, 1999.



ребенка», и «терапия средой, особой сказочной обстановкой, в которой могут проявиться потенциальные части личности, нечто unrealized, может реализоваться мечта», и «процесс подбора каждому клиенту его особенной сказки»². Безусловно, все эти аспекты могут быть выделены в содержании сказкотерапевтической работы. Однако такое определение сказкотерапии носит скорее функциональный характер и оставляет в тени сущность самого метода.

Не опровергая мнения признанных специалистов, рискнем высказать собственную трактовку этого термина. Но сначала расскажем коротенькую сказку, придуманную одним маленьким мальчиком.

Однажды заяц спросил лису: «Почему ты такая хитрая и злобная и ловишь нас, зайцев? Стань лучше такой же доброй, робкой, тихой, как мы». Лиса подумала и попыталась стать доброй, робкой и тихой. И у нее стали расти уши.

Вот так – незатейливо, образно и метафорично – ребенок поведал о том, что каждый должен быть самим собой.

Таким образом, можно дать следующее определение: *сказкотерапия – это такое направление практической психологии, которое, используя метафорические ресурсы сказки, позволяет людям развить самосознание и построить особые уровни взаимодействия друг с другом, что создает условия для становления их субъектности.*

Главным средством психологического воздействия в сказкотерапии является метафора

как ядро любой сказки. Именно глубина и точность метафоры определяют эффективность сказкотерапевтических приемов в работе с детьми и взрослыми (об этом речь шла выше).

Правомерно рассматривать сказкотерапию, прежде всего, как **психологический** метод, поскольку важнейшие цели, достигаемые с его помощью (развитие самосознания и построение высоких уровней взаимодействия между субъектами) имеют психологический характер. Однако возникают вопросы: есть ли основания считать важнейшими целями сказкотерапии именно эти и почему сказкотерапия может стать одним из важнейших методов работы детского психолога?

Психолого-педагогическая практика настоятельно требует разработки адекватных методов, приемов, технологий, направленных на повышение уровня самосознания как основного условия развития ребенка. Для этого могут быть использованы качественно новые средства имажинативного (от *imago* – образ, представление) характера – специально созданные психологические сказки.

Психологические особенности сказки

Исследователи (лингвисты, психологи, философы) не раз отмечали, что в волшебных сказках постоянно используется прием материализации целого ряда категорий: все значимые для ее содержания элементы приобретают четкую форму, выраженную телесность (например, волшебные способности представлены в виде предметов или существ – конь, скатерть, печь, золотая рыбка и т.д.); конфликты, споры реализуются не в нудных препирательствах,



² Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Практикум по сказкотерапии. СПб., 2000. – С. 8-15.



а в конкретных действиях, чаще всего соревновательных: кто со Змеем справится, кто дальше стрелу пустит.

Е. В. Улыбина предлагает рассматривать «правильные» и «неправильные» тексты. «Правильные» связаны с верой в то, что мир справедлив и каждый получает в нем то, что заслуживает. Они составляют основную часть официальной культуры или близки к ней по духу; направлены на упрочение существующего мира, выражают ценности стабильности и значимости принадлежности к группе. «Неправильные» тексты рассказывают о нарушениях основных запретов, налагаемых культурой на человека, показывают несовпадение морали и успеха, силы и добродетели. Мир, изображенный в них, не удобен, не пригоден для жизни, и соблюдение в нем любых правил либо глупо, либо трагично. В массовую культуру «неправильные» тексты почти не попадают.

По мнению Е. В. Улыбиной, оба вида текстов выполняют в человеческой психике защитную функцию, сосуществуют на уровне обыденного сознания, воспроизводя исходную амбивалентность и поддерживая полноту системы смыслов. Нарушение этой системы негативно сказывается на функционировании личности. Таким образом, раскрывая неочевидные смыслы, например, таких трагических сказок, как «Русалочка» или «Снегурочка», психолог может

способствовать развитию у детей новой картины мира³.

Используя в работе сказкотерапию, детскому психологу необходимо учитывать следующие психологические механизмы воздействия сказок.

Во-первых, волшебные сказки есть символическое отражение древних ритуалов, важнейшим из которых для сказок выступила инициация. Преодолевая разнообразные трудности, герой получает возможность изменения – перехода на иной качественный уровень.

Во-вторых, сказки описывают глубинный опыт проживания эмоциональных кризисов, характерных для развивающегося человека. Это может быть непосредственный телесный опыт, связанный с прохождением психофизиологических кризисов. Воздействуя на бессознательном уровне, сказки включают адекватные механизмы защиты «Я», в частности, адаптационные механизмы, помогающие преодолеть кризис.

В-третьих, воспроизводя кризисные жизненные ситуации, сказка учит ребенка продуктивно переживать страх и обращаться со страхом, направляя, проецируя его в конкретные сказочные образы (Я. Л. Обухов)⁴.

³ Подробнее см. Улыбина Е. В. Психология обыденного сознания. – М.: Смысл, 2001.

⁴ Подробнее см. Обухов Я. Л. Для чего нужны страшные сказки // Школа здоровья. – 1997. – № 3. – С. 115–117.



В-четвертых, образы сказок не только проецируются на реальную жизненную ситуацию слушателя и воспроизводят в метафорической форме моральные нормы и принципы взаимоотношений между людьми, но и включают глубокие механизмы бессознательного за счет непривычных для разума архетипических элементов (Е. Ю. Петрова)⁵.

В-пятых, сказка лишь тогда воздействует на человека, когда возникает сходство между семантическим пространством его души и семантическим пространством сказки.

И, наконец, в-шестых, при оценке силы воздействия сказки на слушателя не следует забывать о ее эстетической, художественной стороне. Особенно это касается авторских сказок (народные при внешней скудости используемых эстетических средств потрясающе отшлифованы столетиями использования).

Буквальный смысл сказки воспринимается сознанием, в то же время подсознание занимается более тонким и кропотливым делом: разгадыванием и обработкой метафорических сообщений, расшифровкой скрытого смысла, второго плана, неочевидного содержания. Если на сознательном уровне ребенок воспринимает сказочные метафоры как иной, вымышленный мир и проживает события не всерьез, играючи, то его подсознание «верит» в сказочные ситуации как в реальные. Психологи не раз отмечали, что метафорический смысл



⁵ Подробнее см. Петрова Е. Ю. Проблема использования сюжетов народной волшебной сказки в психокоррекционной и педагогической работе // Журнал практического психолога. – 1999. – № 10–11. – С. 207–225.

сказки часто усваивается только на подсознательном уровне и задает нужную программу изменений в поведении, переструктурирования ценностей, взглядов и позиций. Это и позволяет считать сказки и метафоры важным психотерапевтическим приемом, помогающим ребенку упорядочить свой внутренний мир. Специалисты-практики, использующие в психотерапевтической работе метафоры, обращают внимание, что желаемые перемены не всегда наступают, если человек старается вспомнить метафору на сознательном уровне. Опыт показывает, что человек редко вспоминает о метафоре, она действует вне и помимо его сознания.

Формы и средства реализации сказкотерапевтического метода⁶

Можно обозначить следующие важные особенности применения сказкотерапии.

Во-первых, сказка всегда служила средством *встречи* слушателя или читателя (обычно ребенка) с самим собой, потому что метафора, лежащая в основе сказки, выступала не только «волшебным зеркалом» реального мира, но и его собственного, скрытого, еще не осознанного внутреннего мира. Об этом много писали К. Г. Юнг и его последователи.

Во-вторых, все отдельные функции сказкотерапии (и не только сказкотерапии, кстати, но и других психологических методов) в конечном итоге направлены к одной цели – помочь человеку развиваться наиболее оптимальным и естественным для него образом, реализуя свои возможности. А базовым условием такого развития является повышение уровня самосознания – надо же иметь представление, что и как развивать в себе.

В-третьих, нацеленность сказкотерапии на развитие самосознания человека, определяемая сущностью сказок, обеспечивает как контакт с самим собой, так и контакт с другими. Социальную природу человека составляет система его взаимодействий с людьми. Сказочная метафора в силу присущих ей особых свойств оказывается способом построения взаимопонимания между людьми.

⁶ Подробнее см. Вачков И. В. Сказкотерапия. Развитие самосознания через психологическую сказку: Учебное пособие. – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Ось-89, 2007. – 144 с.



В-четвертых, поскольку одной из важнейших задач практической психологии образования в настоящее время принято считать создание оптимальных условий для естественного психического развития детей, то следует помнить о значении социальных взаимодействий ребенка. А значит, в построении эффективного взаимодействия между субъектами образовательной среды – того, над чем приходится работать детскому психологу, – сказкотерапия может оказать неоценимую помощь.

В настоящее время в сказкотерапии как направлении практической психологии широкую известность получила типология, предложенная Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой, которая включает в себя художественные (народные и авторские), психотерапевтические, психокоррекционные, дидактические и медитативные⁷ сказки.

Как указывает Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, художественные сказки имеют и дидактический, и психокоррекционный, и психотерапевтический и даже медитативный аспекты. Уже этот факт, на наш взгляд, свидетельствует о некоторых недостатках предлагаемой ею типологии сказок, главным из которых является неясность критерия классификации.

Более правомерным было бы разделение всей совокупности сказок на фольклорные и авторские. При этом в обоих типах сказок можно выделить художественные, дидактические, психокоррекционные, психотерапевтические и психологические. Основным критерием классификации может служить такой очевидный параметр, легко выделяемый почти в любой (особенно в авторской) сказке, как цель воздействия сказки на слушателя (читателя).

Еще один вид сказок, которого нет в типологии Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой – психологические сказки (психосказки). **Психологическая сказка (психосказка)** является особой разновидностью сказок, которая не сводится ни к художественной (авторской), ни к психотерапевтической. Такая сказка должна быть и художественной по форме, и содержать в себе психотерапевтический потенциал. Целями психологической сказки являются: раскрытие перед ребенком глубин его собственного внутреннего мира, развитие его самосознания, знакомство с основными психологическими понятиями, помощь на пути становления его личности.

Большинство сказок, созданных психологами под конкретную психокоррекционную или

психотерапевтическую задачу, предназначено, к сожалению, для «одноразового использования». Вместе с тем психологические сказки могут быть применены неоднократно и весьма продуктивно в работе с разным контингентом детей – и с одними и теми же детьми при акцентировании разных аспектов сказки. Особую роль психологические сказки играют в процессе преподавания психологии.

Мы определяем **психологическую сказку** как содержащую вымысел авторскую историю, содействующую оптимальному ходу естественного психического развития детей через развитие самосознания и передающую в метафорическом виде информацию о внутреннем мире человека.

Дети слушают сказки на занятиях, обсуждают их, предлагают собственные модели понимания.

Телесный и конкретный язык сказок открывает детям путь наглядно-действенного и наглядно-образного постижения мира и человеческих отношений, что вполне адекватно психологическим особенностям дошкольников.

Некоторые специалисты полагают, что сказки содержат в себе значительно меньше метафор, чем другие литературные тексты. Так, один из исследователей сказки Тереза Добжиньская, отмечает: «При наличии сказочной жанровой рамки те выражения, которые в любом другом тексте могли быть употреблены лишь в качестве метафор (при буквальном прочтении они были бы абсурдны, так как описывали бы невозможные в действительности ситуации), в сказке даже в буквальном прочтении воспринимаются как норма»⁸. Далее она добавляет: «Тот факт, что метафора достаточно редко встречается в сказках, объясним и с чисто литературной точки зрения: мир сказки настолько богат чудесными событиями, что его необязательно приукрашивать за счет тех средств, которые предлагает метафора, то есть взгляда на мир через призму других явлений или предметов»⁹.

Не пытаюсь опровергать это положение, заметим лишь, что здесь речь идет о метафоре как о перенесении свойств и признаков одних предметов на другие именно **в рамках самой сказки**, то есть метафора редко встречается **внутри** сказки. Метафора выходит **за пределы** сказки: она становится тем мостиком, который соединяет реальный мир психических явлений

⁷ Подробнее см. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Путь к волшебству. Теория и практика сказкотерапии. – СПб., 1998.

⁸ Добжиньская Т. Метафора в сказке // Теория метафоры. – М.: Прогресс, 1990. – С. 479.

⁹ Там же. – С. 489.



с его фантастическим изображением в сказках. Иными словами, на сказочные предметы и персонажи переносятся свойства совершенно других классов предметов – внешних по отношению к сказке, а потому метафора становится в этом случае важнейшим приемом.

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

Если целью терапевтической метафоры является изменение, создание новой шкалы ценностей через идентификацию ребенка с событиями и героями сказки, то метафора в психологических сказках во многом сходна по своим функциям с литературной метафорой, где целью является описательность, красочность, образность. Впрочем, сам материал сказочных метафор связан с внутренним миром ребенка, а потому обеспечивает задействование ряда структур детского «я», выводя функции метафоры за рамки чисто описательных.

В сказках, используемых детскими психологами в дошкольном образовании, психотерапевтический и художественно-эстетический аспекты не являются основными, уступая приоритет личностно-развивающему. Поэтому для нас одной из важнейших функций сказочной метафоры является помощь в расширении детского самосознания, углублении представлений о психическом мире человека и активизации внутренних ресурсов. Многим детям бывает трудно воспринимать абстрактные психологические понятия. Прямое, логическое изложение часто не помогает в преодолении трудностей понимания, а, напротив, усугубляет их. Используя особенности метафоры, «сокращающей» словесное изложение, сжимающей содержание до яркого конкретного образа, удастся перешагнуть через длительные объяснения сразу к интуитивному пониманию, улавливанию важнейших смыслов. ■

В статье использованы иллюстрации к сказкам художников А.Власовой, И.Красовской, А.Лебедева, А.Лукьянова, С.Сачкова.