

*Я. В. Голуб*

*Беларусь, Гомель, Гомельская областная клиническая  
психиатрическая больница*

## **РОЛЬ АВТОРСКОЙ СКАЗКИ В ФОРМИРОВАНИИ ТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО АЛЬЯНСА У ДЕТЕЙ**

В статье описана роль авторской сказки в терапевтическом альянсе с детьми. Использование ДПДГ и игротерапии в коррекционной работе. Создание индивидуальной сказки для ребенка с опорой на его особенности и терапевтические мишени. На протяжении 10 летней практики наблюдения показали, что авторская сказка играет большую роль в терапевтическом процессе ребенка и является ведущим мотивационным инструментом.

Источниками концепции сказкотерапии являются работы Л.С. Выготского, Д.Б. Эльконина, терапия историями Р. Гарднера, работы Э. Фромма, Э. Берна, психотерапевтические сказки и идеи А. Гнездилова, опыт А. Захарова.

Смысл сказки воспринимается сразу на двух уровнях, сознательном и подсознательном. Сознание ребенка принимает содержание сказки как вымышленное: ребенок сочувствует сказочному герою, отождествляет себя с ним и даже, когда узнает свою проблему, он все равно думает, это не про меня, это не по-настоящему. Подсознание же «верит» услышанному и задает нужную программу изменений в поведении, переструктурировании ценностей, взглядов и позиций [1, 2, 3, 4]. Сознательная и бессознательная психика – это метафорические обозначение функций левого и правого полушарий мозга. Левое полушарие мозга или то, что мы называем сознательной психикой, отвечает за язык, логику и т. д. Правое полушарие мозга не имеет присущего ему языка в лингвистическом смысле. Его функции – это использование сигналов, приходящих от органов чувств, например, зрительные образы, и оно оказывает значительное влияние на поведение человека. Известно, что примерно до 10-12 лет у детей преобладает «правополушарный» тип мышления. Следовательно, наиболее важная для их развития и социализации информация должна быть передана с помощью ярких образов, метафор и сказок.

Большое значение в психотерапии травмы играет ДПДГ. Именно с помощью сказкотерапии и других игровых элементов, этот метод принимается детьми как что-то интересное, а не монотонное.

Метод EMDR (ДПДГ) был разработан клиническим психологом Фрэнсин Шапиро (США).

«Особым образом организованные движения глаз обеспечивают безопасную билатеральную стимуляцию работы полушарий мозга, благодаря чему разрушается нейронная капсула памяти, в которой содержится информация о трагичном событии или тяжелом переживании» [5].

Перед проведением сеанса ДПДГ с ребенком необходимо установить доверительный контакт и определить уровень и содержание эмоционального состояния ребенка. В работе с юным клиентом при помощи ДПДГ целесообразно использовать сказки.

Можно использовать карточки, на которых изображены животные с эмоциями. Ребенок должен выбрать зверя, который соответствует его эмоции в тот момент. Когда ребенок соотнес животное с соответствующей ему эмоцией, психолог просит пофантазировать и рассказать, что случилось с героем, почему он испытывает именно такую эмоцию. Замечательным инструментом в данном подходе могут быть также метафорические карты.

Когда ребенок рассказывает сказочную историю своего героя, психолог параллельно использует метод ДПДГ [5], простукивая ребенка по коленкам, плечам или используя щелчки пальцев, хлопки.

Как показывает опыт работы в качестве психолога в детском отделении, сказку можно и нужно составлять для каждого ребенка индивидуально в соответствии с травматической ситуацией. Отличие от других сказок в том, что на протяжении всего сюжета герой сказки находится в движении, например, он летает, избавляясь от ненужного, плывет по реке или идет.

Можем использовать обычные классические движения руки, как написано в руководстве по ДПДГ [5]. В руке у вас может быть любимая игрушка ребенка, карандаш, спинер или пальчиковые куклы, т.д. Ребенок следит за движением вашей руки или спинером и параллельно слушает сказку. Например, герой плывет на лодке и постоянно видит какие-то проблемные ситуации, решает их и продолжает плыть дальше и так до тех пор, пока не выйдем на положительный ресурс нашего сказочного героя и позитивное самопредставление нашего юного клиента, например, «Я спокойный» или «Я уверен в своих силах» и т.д.

Замечательно в сказке использовать любой подручный материал, с которым можно поиграть. Например, помещаем в ладоши ребенка зеленый карандаш, который он должен крутить не спеша, при этом проговаривая положительную установку. Больше всего дети любят завершать терапевтическую сессию мячом (психолог и ребенок катят мяч друг другу) проговаривая положительную установку.

После достигнутого результата психолог просит ребенка закрыть глаза, прислушаться к себе и посмотреть ничего ли ему не болит и представить где это положительное чувство будет находиться в его теле, затем положить на это место руку и запомнить его и каждый раз, когда будет что-то тревожить, вспоминать, где в теле было хорошо. В некоторых случаях на завершение психолог делает сенсорный массаж, используя разные по структуре мячики. В момент, когда выполняется сенсорный массаж, играет классическая музыка в

современной обработке со звуками природы. Если ребенку нравится, можно завершить медитативной сказкой, главным героем которой будет любимый сказочный или мультяшный персонаж.

В конце сессии придумываем вместе с ребенком действие, при котором он будет говорить положительную установку. Обязательным домашним заданием является проговаривание новой установки на протяжении 1 - 2 недель при выполнении привычных действий. Например, каждый раз, когда ребенок завязывает шнурки, он про себя говорит: «Я смелый» или «Я уверенный в своих силах».

#### Список использованных источников и литературы

1 Ахметов, Т. И. Психотерапия в особых состояниях сознания: история, практика / Т. И. Ахметов, М. Е. Жидко. – М. : АСТ, 2000. – 768 с.

2 Миллс, Дж. Терапевтические метафоры для детей и «внутреннего ребенка» / Дж. Миллс, Р. Кроули. – М. : Класс, 2000. – 144 с.

3 Ткач, Р. М. Основы психологической помощи: пять правил успешной консультации / Р. М. Ткач. – К. : МАУП, 2006. – 116 с.

4 Ткач, Р. М. Сказкотерапия детских проблем / Р. М. Ткач. – СПб. : Речь; М. : Сфера, 2008. – 118 с.

5 Шапиро, Ф. Психотерапия эмоциональных травм с помощью движений глаз: Основные принципы, протоколы и процедуры / Ф. Шапиро; пер. с англ. А. С. Ригина. – М. : Независимая фирма «Класс», 1998. – 496 с.