

Основний принцип казкотерапії – цілісний розвиток особистості, турбота про душу, зцілення казкою.

Казкотерапія добре долає у дітей високий рівень тривожності, різноманітні страхи, агресивність, адаптує до різних дитячих колективів. Казкотерапію можна використовувати у роботі з агресивними дітьми, невпевненими, сором'язливими, брехливими, а також у випадках різного роду психосоматичних захворювань. Процес казкотерапії дозволяє дитині усвідомити та проаналізувати свої проблеми, побачити шляхи їх вирішення.

Суть методу *казкотерапії* полягає в тому, що казка доступно пояснює, що добре, а що погано. На прикладі позитивних персонажів дитина вчиться бути хорошою, а негативні герої казок викликають у неї лише негативну реакцію. Негативний герой завжди залишається покараним, а доброму дістається красуня-принцеса й півцарства на додаток.

Терапевтична казка відрізняється від звичайної тим, що її вигадують спеціально з урахуванням особливостей дитини. Тобто її головний герой схожий на дитину, він переживає ті ж проблеми й емоції. Він бореться, наприклад, з темрявою, й за його вчинками дитина може бачити, що це насправді не так уже й страшно. Або, навпаки, героя казки доля карає за те, що він не мие руки або не слухається батьків.

Головне завдання казок: через казкові події показати герою ситуацію з іншого боку, запропонувати альтернативні моделі поведінки.

Казка використовується батьками, вчителями, психологами для підготовки дитини до школи, організації її входження у простір шкільного життя. Казкотерапія дозволяє опанувати позитивними моделями поведінки, знизити негативні емоції, рівень тривожності. Спілкування дітей із казкою допомагає їм впоратися зі своїми негативними станами, невпевненістю, лінню, небажанням пізнавати нове тощо.

Алгоритм підбору (складання) терапевтичної казки

- Чітко визначте проблему, яку слід вирішити.
- Підберіть можливі шляхи її подолання у реальному житті.
- Втільте в характері головного героя казки (це може бути вже існуюча казка) ті риси, страхи, комплекси, яких слід позбутися.
- В процесі розгортання подій казки головний герой має позбутися своїх недоліків.

Основні прийоми роботи з казкою

- **Аналіз казок.** Мета – усвідомлення, інтерпретація того, що стоїть за казковою ситуацією, конструкцією сюжету, поведінкою героїв. Наприклад, для аналізу обирається відома казка або казка, створена психологом чи вчителем для індивідуальної роботи з учнями. При цьому дитині пропонується відповісти на ряд запитань: «Як ви думаєте, про що ця казка?», «Хто з героїв найбільше сподобався і чому?», «Чому герой зробив ті чи інші вчинки?», «Як герой знайшов вихід із складної ситуації?» тощо.
- **Розповідання казок.** Прийом спрямований на розвиток фантазії та творчої уяви. Дитині або групі дітей пропонується розповісти казку від першої або третьої особи, а також від імені інших казкових героїв. Наприклад, дітям можна запропонувати розповісти казку про колобка від імені лисиці, Баби Яги або Василіси Премудрої.
- **Переписування казок.** Переписування і дописування авторських і народних казок має сенс тоді, коли дитині не подобається щось у сюжеті казки, поворот подій, певні ситуації, в які потрапляють герої, кінець казки тощо. Це – важливий діагностичний матеріал. Перепишуючи казку, дописуючи свій кінець або вставляючи інші персонажі у казку, дитина сама обирає найбільш відповідний її внутрішньому стану сюжет і знаходить той варіант руйнування ситуацій, який дозволяє звільнитися їй від внутрішньої напруги. В цьому полягає психокорекційний сенс переписування казки.
- **Постановка казок із допомогою ляльок.** Працюючи з лялькою, дитина бачить, що кожна її дія негайно позначається на поведінці ляльки. Це

допомагає їй самостійно коригувати свої рухи і робити поведінку ляльки максимально виразною. Робота з ляльками дозволяє удосконалювати і проявляти через ляльку ті емоції, яких зазвичай дитина з якихось причин не може собі дозволити проявляти.

- **Малювання за мотивами казки.** Вільні асоціації дитини виявляються в малюнку. Малюнки аналізуються, обговорюється поведінка і мотиви дій персонажа, діти дають їм оцінку: добре – погано.
- **Програвання епізодів казки.** Програвання епізодів казки дає можливість дитині відчувати деякі емоційно значущі ситуації і пережити певні емоції.
- **Складання казок** – це так цікаво й корисно! З одного боку цей процес сприяє розвитку уяви, з іншого – дозволяє дитині повідомити оточуючим про свої проблеми. Краще не втручатися в те, про що та як вигадує дитина. Хоча на початковому етапі, щоб показати приклад, можна скласти казку разом з нею. Почута від дитини казка допоможе усвідомити її проблеми і труднощі.

Рекомендації дорослим щодо складання терапевтичної казки

- Почніть здалеку. Традиційно використовуються фрази, що позначають час: «давним-давно», «за часів Царя Гороха», «в давнину», «в минулому році», «такого-то числа і такого-то року» і так далі.
- Позначте місце, де будуть відбуватися події. У класичних казках це звучить так: «в деякому царстві-государстві», «в тридесятому царстві», «в одному лісі». Але ніщо не заважає вам придумати щось своє, особливо якщо казка лікувальна і покликана допомогти дитині впоратися з якоюсь проблемою. Можна обрати місцем казкових подій свою школу, своє місто або село, дитячий майданчик або дитячий садок.
- Вигадайте головного героя, який би був схожим на дитину, якій адресується казка. Нехай герой любить ті речі, до яких небайдужа дитина, має схожі з її звички й захоплення. Але не варто повністю копіювати дитину в герої історії. Треба зробити персонажа казковим, цікавим, кумедним, чарівним, що викличе у дитини найгарячіші симпатії і бажання опинитися на його місці.

- Позначте символічно проблему (в жодному разі не напряду!). Вона має відображати ситуацію, в яку потрапила дитина. Змініть ситуацію так, щоб вона лише вгадувалася, зробіть її по-справжньому казковою, чарівною, але цілком впізнаваною. Однак не зменшуйте труднощі, з якими зіткнувся головний герой.
- Придумайте продовження історії. Тут можна ввести в гру антигероя/героїв, які посилять проблему, або ж обійтися без них. Головне: проблема має бути посилена максимально, доведена до абсурду. Розвивайте історію так, щоб стало зрозуміло – герой просто не може не зробити щось відносно проблеми.
- Разом з героєм вирішуйте його казкову проблему. Герой казки має прийти до вирішення проблеми так, щоб дитина побачила вихід зі своєї власної – тієї, під яку і вигадувалася казка. Нехай в процесі герой проявляє свої кращі якості, задіює різноманітні ресурси, стаючи попутно сильнішим, розумнішим, добрішим, сміливішим.
- Виведіть свого героя з усіх пригод безумовним переможцем. Радійте разом з дитиною його успіху й хоробрості, а потім обговоріть з дитиною, чому навчила персонажа казки ця історія, як він надалі буде вести себе, потрапивши в схожу ситуацію.
- Казку для казкотерапії найчастіше складають для кожної дитини окремо, з урахуванням її особливостей, відштовхуючись від тих проблем та страхів, які притаманні конкретній дитині. Така казка повинна надати дитині можливість вдатися до самоаналізу. Головний герой переживає ті ж емоції, що і дитина, долає ті ж страхи та комплекси, знаходить виходи із проблемної ситуації. Дитина порівнює себе з персонажем, аналізує його поведінку і, як результат, вчиться долати труднощі різного характеру у реальному житті, позбувається тих недоліків, які притаманні їй зараз.