**Сказкотерапия**

<https://www.psychologos.ru/articles/view/skazkoterapiya>

Сказкотерапия как метод [психотерапии](https://www.psychologos.ru/articles/view/psihoterapiya) известен человечеству тысячи лет, а как течение современной психотерапии возник совсем недавно.

**Общая информация**

Если попытаться найти в информационных источниках определение сказкотерапии, то возникнут определенные сложности. Это будет связано с тем, что в различных контекстах, этот термин используют по-разному. Сказкотерапию используют и в воспитании, и в образовании, и в развитии, и в тренинговом воздействии, и как инструмент психотерапии.

Давайте попробуем отделить их один от другого:

1. Сказкотерапия, как инструмент передачи опыта «из уст в уста». Это способ воспитания у ребенка особого отношения к миру, принятого у данного социума. Сказкотерапия — это способ передачи индивидууму (чаще ребенку) необходимых моральных норм и правил. Эта информация заложена в фольклорных сказках и преданиях, былинах, притчах. Древнейший способ социализации и передачи опыта.
2. Сказкотерапия как инструмент развития. В процессе слушания, придумывания и обсуждения сказки у ребенка развиваются необходимые для эффективного существования [фантазия](https://www.psychologos.ru/articles/view/fantaziya), [творчество](https://www.psychologos.ru/articles/view/tvorchestvo). Он усваивает основные механизмы поиска и принятия решений. Эти же механизмы работают и у взрослых, именно поэтому многие тренера и [коучи](https://www.psychologos.ru/articles/view/kouching%22%20%5Co%20%22%D0%A1%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%8C%D1%8F%3A%20%D0%9A%D0%BE%D1%83%D1%87%D0%B8%D0%BD%D0%B3) используют сказки в работе, чтобы помочь найти клиентам более эффективный способ решения жизненных задач.
3. Сказкотерапия как нарратив. Слушая и воспринимая сказки человек, встраивает их в свой жизненный сценарий, формирует его. У малышей этот процесс, особенно ярок, многие дети просят читать им одну и туже сказку по много раз. В некоторых психотерапевтических подходах (например, [юнгианство](https://www.psychologos.ru/articles/view/karl_gustav_yung), нарративная психотерапия) этим любимым детским сказкам уделяется особое внимание.
4. Сказкотерапия, как психотерапия. Работа со сказкой направлена непосредственно на лечение и помощь клиенту. Сказкотерапевт создает условия, в которых клиент, работая со сказкой (читая, придумывая, разыгрывая, продолжая), находит решения своих жизненных трудностей и проблем. Возможны как групповые, так и индивидуальные формы работы.

**Психотерапия с помощью сказки**

Сказкотерапевт в своей работе затрагивает сразу несколько уровней. С одной стороны, в сказке клиент проявляет свои [архетипы](https://www.psychologos.ru/articles/view/arhetip) и социальные установки, они ярко отображаются и могут оказывать ключевое влияние на сюжет, с другой стороны сказка затрагивает ранние детские переживания и в сюжете можно проследить генезис личности клиента, в-третьих, клиент наполняет сказку своим актуальным содержанием. В содержании сказки можно рассмотреть, чем сейчас живет клиент, какие у него основные переживания. И тогда уже сказкотерапевт принимает решение, какому слою уделять на сессии внимание, в зависимости от того, что сейчас будет наиболее полезно клиенту.

Сказкотерапевт может по-разному предлагать клиенту, как именно работать со сказкой. Самые распространенные способы это:

* обсуждение уже существующей сказки;
* самостоятельное написание клиентом сказки, так называемая клиентская сказка;
* инсценирование, драматизация уже написанной сказки (это может быть как актерское отыгрывание, так и кукольный театр);
* арттерапевтическая работа по мотивам сказки;

и др.

Особое значение в работе сказкотерапевта играют клиентские сказки. Сказкотерапия отмечает два важных факта. Первый — все люди умеют сочинять сказки. То есть этот навык является частью человеческой природы. И второй факт говорит о том, что уже просто написание самой сказки является мощным терапевтическим воздействием.

Т. Зинкевич-Евстигнеева советует проводить сессию по написанию клиентской сказки в три этапа:

1. Замедление. Это творческое действие, связанное с успокоением и настройкой на дальнейший процесс написания сказки. На этом этапе клиенту можно предложить нарисовать рисунок (слепить скульптуру, сделать аппликацию или коллаж), терапевт может прочитать клиенту специально отобранную сказку и т. д.
2. Написание сказки. Клиенту предлагается написать сказку. Если он испытывает затруднения, то его можно подтолкнуть к началу использовав, материал первого этапа.
3. Прочтение сказки, завершение. Важным событием в этой сессии будет момент, когда клиент прочтет терапевту свою сказку. Это важное событие, как для клиента так и для терапевта, потому что клиент будет испытывать волнение и возбуждение от предъявления своего творчества, а для терапевта это будет встреча с внутренней феноменологией клиента. Терапевту, после того клиент прочел сказку, важно спросить, о чем для клиента эта сказка, понравилась она ему или нет.

Клиентская сказка может быть использована для множества терапевтических целей, которые в целом можно разделить на три группы: психодиагностические, психокоррекционные, прогностические.

**Сказки на Психологосе**

Смотри по категории [Сказки](http://psychologos.ru/categories/view/skazki)

**Литература**

* Вачков И. В. Введение в сказкотерапию, или Избушка, избушка, повернись ко мне передом... - М.: Генезис, 2011.
* Грабенко Т.М., Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Практикум по креативной терапии. – СПб.: Речь, 2003. – 400с.
* Соколов Д.Ю. Сказки и сказкотерапия. – М.: Эксмо-пресс, 2001; 2005. – 224с.
* Кудзилов Д.Б., Зинкевич-Евстигнеева Т.Д, Психодиагностика через рисунок в сказкотерапии. - СПб.: Речь,2003. - 146с.

**Ссылки**

* *Елена Петрова*[Мастерская гештальта Елены Петровой. Сказки..](http://www.gestalt.sp.ru/noframes/tales.htm) Проверено 5 ноября 2008.
* *Дмитрий Кудзилов*[Санкт-Петербургская мастерская сказкотерапиии](http://www.sadon.ru/). Проверено 5 ноября 2008.
* *Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева*[Санкт-Петербургский Институт сказкотерапии](http://www.cka3ka-pro.ru/). Проверено 5 ноября 2008.
* *Роман Кандибур*[Сказкотерапия в гештальт-подходе..](http://www.romanstories.net/?cat=11) Проверено 5 ноября 2008.
* *Дмитрий Соколов*[Страничка Дмитрия Соколова](http://skazkoterra.rajaka.net/index.html). Проверено 5 ноября 2008.