

Сказкотерапия зарождалась в рамках психоанализа. Зигмунд Фрейд предположил, что в художественных произведениях находят отражение психологические проблемы, существующие у их авторов. Он рассматривал творчество как один из путей сублимации, отреагирования социально неодобряемых тенденций. Именно наличие этих тенденций и вызывает развитие неврозов. Следовательно, анализируя продукты творчества невротика, мы можем определить причину его невроза. Фрейд в своих работах проводил анализ творчества известных писателей, художников, скульпторов. Его последователи распространили этот принцип исследования личности через анализ продуктов деятельности на всех клиентов. Это положило начало развитию целого ряда проективных методик и техник, а так же новых прикладных направлений в терапии. В число этих новых направлений входила и сказкотерапия.

Чаще всего теоретической базой для сказкотерапии становится психоанализ. Но нам кажется, что при этом в стороне незаслуженно остаётся такое интересное психотерапевтическое течение как транзактный анализ. Взявший от психоанализа некоторые свои положения, транзактный анализ, с одной стороны, видит истоки человеческих проблем и неурядиц в детстве, а именно в усвоенных когда-то шаблонах поведения, спасительных в детстве, но бесполезных и даже вредных сейчас. С другой стороны, транзактная психотерапия делает больший упор на активное начало в человеке, на его способность самостоятельно, с опорой на разум, строить свою жизнь. На наш взгляд, это является несомненным плюсом данного направления. В качестве другого достоинства можно назвать лёгкость нахождения общего с клиентом языка, благодаря незагромождённости специальными терминами.

Эрик Берн, родоначальник транзактного анализа, уделял большое внимание анализу сказок. Причём он считал желательной работу с известной и любимой с детства сказкой клиента. Он считал, что в такой сказке скрывается его жизненный сценарий, усвоенный в детстве, и нашедший для себя такую метафорическую форму. Берн даёт следующее определение жизненного сценария: «...это постепенно развертывающийся жизненный план, который формируется ... в раннем детстве, в основном под влиянием родителей. Этот психологический импульс толкает человека вперед, навстречу его судьбе и очень часто независимо от его сопротивления или независимого выбора...Он определенным образом влияет на поведение человека и иногда приводит к неблагоприятным для него результатам»[Берн Э. «Люди, которые играют в игры. Игры, в которые играют люди», 2003, с.107]. Если помогут внешние обстоятельства, то жизненный путь человека может соответствовать этому плану жизни. Поэтому психотерапевту очень важно знать любимую сказку или историю из далекого детства пациента, ибо она может составлять сюжет его сценария «со всеми недостижимыми иллюзиями и будто бы неизбежными трагедиями этого человека»[Берн Э. «Люди, которые играют в игры. Игры, в которые играют люди», 2003, с.128].

Человек, как правило, не осознаёт свой жизненный сценарий и не понимает, что именно толкает его на тот или иной, порой явно иррациональный, поступок. Это происходит потому, что программа, руководящая его поведением, была заложена в детстве, когда рациональный подход к взаимодействию с окружающим миром ещё не выработан. Таким образом, на способность адекватно взаимодействовать с окружающей реальностью сильно влияют усвоенные в детстве, хранящиеся на бессознательном уровне, способы реагирования. Соответственно, в качестве возможных методов коррекции неадекватного поведения, можно предложить:

- осознание неадекватности практикуемых способов взаимодействия с окружающими и рациональное конструирование и отработка более адаптивных;

- проработка и избавление от дезадаптивных стереотипов поведения на бессознательном уровне, через материал, продуцируемый клиентом.

Сказкотерапия может совмещать в себе оба эти направления, и это не единственное её преимущество: психотерапевтическая работа по изменению неблагоприятного сценария предполагает возврат клиента в Я-состояние Ребёнка, так как неадаптивные способы взаимодействия были усвоены именно в детстве. Работа через сказку существенно облегчает вхождение в это состояние. Оптимальным вариантом, как уже говорилось выше, является проработка любимой сказки клиента, но не всегда её можно узнать, этому часто мешает сопротивление. В таком случае клиенту предлагается сочинить сказку самостоятельно.

Если попытаться составить схему анализа сценария, то основными пунктами, на которые следует обращать внимание, будут такие:

1. Позиции-местоимения, выражающие отношение человека к себе, к близким ему людям, к миру в целом (Я - Ты - Они).
2. Предпочитаемая эмоция (эмоция, которую наиболее часто испытывает человек), «купоны» которой он собирает.

3. Собственно сценарий, то есть способ структурирования времени своей жизни, выражающийся во фразах «Никогда», «Всегда», «Снова и снова», «После того, как» и т.д.

Для выяснения сценария можно напрямую спросить человека о том, какой персонаж ему нравился в детстве, либо о его любимой сказке, стихотворении, песенке. К сожалению, испытуемый, как правило, не может ответить на этот вопрос - мешает сопротивление. Поэтому обычно используется сочинение исследуемым собственной сказки с последующим её обсуждением (отношение к тому или иному персонажу, кто из персонажей похож на автора, пересказ сказки от лица выбранного персонажа и т.д.). Такие сказки дают исследователю огромное количество информации, но не все испытуемые способны сочинить сказку, и не всегда на это хватает времени.

Как можно заметить, этот метод предполагает индивидуальное обследование, довольно тесный контакт с испытуемым и наличие определённых навыков интерпретации такого неструктурированного материала.

Источник:

СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ.

Материалы Всероссийской научно-практической конференции. Т. I . Ярославль, 2006г.