

*Нікітіна Наталія Петрівна,
кандидат філологічних наук,
Національний університет
«Чернігівський колегіум»
імені Т.Г. Шевченка
ORCID: 0000-0002-7320-4819*

КАЗКОТЕРАПІЯ ЯК МЕТОД ПОДОЛАННЯ ДИТЯЧИХ ТРАВМ, ЗАПОДІЯНИХ ВІЙНОЮ В УКРАЇНІ

Інтернет-адреса публікації на сайті:

<http://www.spilnota.net.ua/ua/article/id-4393/>

На сьогодні казкотерапія синтезує досягнення багатьох наук, як-от: психології, філології, філософії різних культур, педагогіки, психотерапії.

З давніх-давен казки користувалися попитом серед людей будь-якого віку, оскільки мають не тільки пізнавальне, виховне, а й терапевтичне значення. Насамперед казки привчають дитину до традицій власного народу, виховують відповідальність. Відомий дитячий психолог Бруно Беттельгейм [4] наголошував на терапевтичних властивостях казок. Наприкінці ХХ ст. були опубліковані оригінальні казки терапевтичного характеру польської дослідниці Марії Молоцької [5]. Варто зауважити, що саме вона сприяла популяризації казкотерапії і ввела на неї моду серед усіх верств населення. Метод казкотерапії стає найпопулярнішим методом корекції і виховання із розвитком мережі інтернет.

На жаль від війни, що відбувається сьогодні в Україні, потерпають найбільше діти, особливо ті, що зазнали окупації, оточення, втратили рідних та близьких унаслідок бойових дій. Дитяча нестійка психіка перебуває в стані неспокою, стресу, тривоги і невпевненості, що може мати у подальшому гіркі наслідки й неабиякі глибинні втрати.

Тому вже сьогодні педагогічна наука, реагуючи на загрози і виклики, має зосередити свою увагу на подоланні негативних наслідків війни на дитячій психіці. Саме казкотерапія є одним із методів психологічної роботи з тими дітьми, що мають певні психологічні та емоційні проблеми, та сприяє подоланню страхів та травм. Лікування казкотерапією знижує рівень тривожності, дає можливість дитині самостійно позбутися очевидних і прихованих проблем [1].

Існує кілька типів терапевтичних казок, ми ж зупинимося на психотерапевтичній, оскільки, як наголошує Л. Туріщева [2], саме казки цього різновиду спроможні діяти в площині дитячої психіки таким чином, що посилюють адаптаційні можливості дитини, ліквідовують джерела страхів і зменшують нервові напруження.

Звичайно, що це також фантастична історія, але підґрунтя – життєва ситуація, що викликала розпач, відчуття небезпеки, загрозу життю, смерть тощо. Таке занурення у фантастичний казковий світ має на меті створити позитивне мислення у дитини, навчити шукати вихід із будь-якої надскладної ситуації, надати дружню підтримку і відчуття захищеності тощо. Ще видатний український педагог В. Сухомлинський вважав, що казкою можна лікувати різні душевні рани дітей.

Пропонуємо алгоритм казки, що м'яко вплине на поведінку дитини, з метою пояснення того, що відбувається, і уникнення психологічних травм, завданих військовими діями в Україні:

- підбираємо героя, близького дитині по віку, характеру, статі тощо;
- описуємо життя героя Казкової країни таким чином, щоб дитина знайшла схоже зі своїм життям і страхами;
- створюємо для казкового героя таку ж ситуацію, у якій опинилася реальна дитина, проєктуємо на нього всі переживання і страхи тощо;
- казковий герой починає шукати шляхи виходу (тут можна задіяти інших казкових персонажів-помічників: лицаря, козака-запорожця, Кота в чоботах тощо, які допоможуть подолати ворогів).

Нашим завданням тут постає показ через казкові події або ситуації шляхів подолання кризового стану, страхів, хвилювань, втрат. Подібні казки допоможуть дитині, що опинилася в межевій ситуації, вилікувати насамперед душу, пояснити події, що відбуваються з нею. За допомогою казки можемо створити історію, що покаже події з іншого боку – перемоги сили Духу. Такі історії, на жаль, не завжди будуть мати «традиційно» щасливий кінець, проте вони завжди глибокі й проникливі, людяні і світлі, здатні стимулювати процес особистісного зростання, оздоровлення, бажання перемагати, можливості «піднятися» над Собою, хоча і не завжди дають відповіді на питання: «Чому це відбувається?», «Чому саме зі мною?», «Чому мені дано це пережити?», «Чи є в цьому сенс?» тощо.

Найважливішим у створенні таких казок є образ головного героя, бо саме він буде відображати приховане, тривожне «Я» дитини. І тут доречним є питання: «У якого героя ти би хотів перевтілитися за допомогою казкового чародія?». Саме відповідь на це питання і розкриє внутрішні проблеми дитини і підкаже нам, над якими страхами треба працювати насамперед. У разі ж якщо дитина не бачить себе жодним героєм казки, на допомогу приходить педагог, який підбирає героя відповідно до потреб, до конкретних життєвих ситуацій тощо.

Особливо важливим такі казки стають у момент втрати дітьми когось із близьких людей унаслідок війни. Насамперед важливо пояснити проблему життя і смерті, втрати, щоб допомогти змінити ставлення до подій, не дозволити дитині закритися у своєму горі, страждати мовчки, поринаючи у депресивну ситуацію надглибоко. До таких психотерапевтичних казок можна малювати ілюстрації, виготовляти ляльок, ставити вистави, одним словом, дозволити дитині вилити свої жахи у будь-який спосіб – Слово, образ, малюнок тощо.

Пропонуємо алгоритм запитань для розкриття внутрішнього Світу дитини, що потрапила в складну життєву ситуацію:

- уявіть, що ви потрапили в Казкову країну: опишіть / намалюйте її;
- у цій Казковій країні оживає все, що ви говорите. Що оживає в країні? Опишіть/ намалюйте;
- чи зміниться і як світ Казкової країни від ваших Слів?
- намалюйте красиві, добрі Слова. Які образи вони приймуть у Казковій країні?
- у вигляді чого ожили б грубі, страшні слова, промовлені вами у Казковій країні?
- якою стане Казкова країна після зникнення образів Страшних слів?
- хто буде жити в Казковій країні? Опишіть / намалюйте її мешканців;
- яким стане життя після перемоги над Страшними словами в Казковій країні?

Якщо дитина не змогла втілити в Слова, в малюнки свої внутрішні тривоги, стреси, жахи, то варто ставити більш конкретні питання, що спричинять вивільнення маленької дитячої душі від стресів війни.

Алгоритм питань, пов'язаних із вивільненням від жахів війни в Україні:

- уявіть Казкову країну. Опишіть/ намалюйте її і жителів країни;
- несподівано в Казковій країні з'являється злий чарівник. Опишіть/ намалюйте його;
- опишіть/ намалюйте, що станеться з навколишнім світом і його мешканцями;
- хто і як переміг злого чарівника?
- хто може перемогти зло і повернути щасливе життя мешканцям?
- як стануть жити герої Казкової країни після перемоги над чарівником?

Оприявлені за допомогою Слів або малюнків страхи дитини позбавлять її глибинної депресії, оскільки все промовлене дозволяє нам звільнитися від тягаря душевних страждань, викликаних війною, де найбільше потерпає незахищений, найбільш уразливий світ нестійкої / незахищеної психіки дитинства.

При цьому варто зауважити, що образи, які створені за допомогою казки, можуть стати певними ціннісними орієнтирами – оберегами для нестійкої дитячої психіки, ураженої війною. Варто упередити за допомогою казок емоційне сприйняття напруги і втрат, щоб надати дитині не тільки тепло, підтримку, а й упевненість у завтра, здолавши таким чином відчуття тривоги, незахищеності, невпевненості, жахів, утрат тощо.

Таким чином позитивні образ, створені або самими дітьми, або за допомогою педагогів, потраплять у підсвідомість і сформують фундамент особистості, яка понад усе прагне захищеності, тепла, підтримки, а головне – упевненості в завтра. Тобто позитивні герої казок, переможці Зла, стають тими компенсаторами, яких позбавлені діти, оскільки перебували / перебувають в оточенні, у прифронтових зонах і потребують посиленої педагогічної уваги. За допомогою терапевтичної казки педагог або психолог може скорегувати поведінку дитини, повернувши їй упевність і відчуття захищеності, позбавивши напруги і прихованої депресії.

Література:

1. Музичук, О. О. Казка як засіб розвитку особистісних цінностей молодших школярів / О. О. Музичук // Проблеми сучасної психології. – 2012. – № 17. – С. 317-327.
2. Туріщева, Л. В. Функції й форми використання психологічних казок / Л. В. Туріщева // Шкільному психологу. Усе для роботи. – 2010. – № 4. – С. 32-34.
3. Шик, Л. А. Казкотерапія в роботі з дошкільниками / Л. А. Шик. – ВГ “Основа”, 2012. – 240 с.
4. Bettelheim, Bruno: Kinder brauchen Märchen, in: Deutscher Taschenbuch Verlag eBooks, 1980, [online] <http://ci.nii.ac.jp/ncid/BA06916992>.
5. Grzywka-Kolago, Katarzyna. Verzauberte und unverzauberte Welten. Berlin, Deutschland: Peter Lang Verlag, 2014.