

# Смысл в простых вещах

Для педагогов Мендыкаринского района провели психологический мастер-класс

В этом году в Мендыкаринском районе по заказу отдела образования реализуется проект, направленный на укрепление жизнестойкости и позитивного отношения к жизни детей и подростков.

Ассоциация психологов Костанайской области, которая ведет этот проект, предложила взять за основу метод комплексной сказкотерапии и пригласила из города Екатеринбурга действительного члена Международного Союза сказкотерапевтов, психолога высшей категории Ларису Борисову, автора множества психологических программ и фильмов-сказок для детей, подростков и взрослых.

Тему суицидального поведения подростков часто стараются избежать: это страшно и неприятно. И самое главное - не понятно, что с этим делать. Сказка же позволяет обратиться к отчаявшимся подросткам, которые не верят, что их вообще кто-то может понять, и возвращает им эту веру.

Сказкотерапия, в числе других методов, является эффективным инструментом психологической и психотерапевтической помощи в случае суицидального риска. Сказки, притчи и истории содержат в себе множество возможностей: это и актуализация психологического состояния и возможность переживания и реагирования различных чувств, возможность поисков и обретения смыслов, возможность анализа и конструирование алгоритма выхода из кризисной ситуации и многое другое. Уже прошла серия



Сказкотерапия, в числе других методов, является эффективным инструментом психологической помощи в случае суицидального риска

встреч с родителями подростков, на которых Лариса Борисова с помощью образов из сказок и притч учила быть внимательными к внутреннему состоянию своему и ребенка, уметь видеть смысл в простых вещах. Например, в карандаше есть стержень (здорово, когда и у человека он имеется). От долгой работы он тупеет (как и мы, собственно). Заточка - болезненная процедура, при этом стержень может сломаться. Если этого не случится - будет писать тоньше и красивее. А если ошибся (с кем не бывает), можно стереть ластиком. Еще за карандашом остается след. Но, чтобы он ни создавал, его направляет чья-то рука...

Сказка - это маленькая жизнь, в которой есть начало, развитие и конец, как правило, счастливый - это важно! И такая ее структура позволяет нам видеть, что происходило с героем в прошлом, настоящем, и что случится в будущем. Для подростка,

находящегося в кризисе, его собственная история часто не имеет продолжения, а иногда и лишена прошлого. Идентифицируя себя с главным героем истории или сказки, подросток имеет возможность увидеть не только свое возможное будущее, но и на основании сказочного представления о нем, интегрировать этот опыт в реальную жизнь.

В этом и заключается кризисная психологическая помощь с использованием методов сказкотерапии, и именно сказка становится эффективным инструментом сопровождения подростков в ситуации суицидального риска. Этому подходу обучала Лариса Борисова школьных психологов и социальных педагогов района на двухдневном обучающем семинаре. Специально для него был разработан сборник методических материалов и рекомендаций по превенции суицидального поведения несовершеннолетних,

включающий комплекс диагностических методик, авторских материалов для практической работы с детьми по программе развития стрессоустойчивости «Огромный мир в твоей руке» и программе развития эмоционального интеллекта у детей и подростков «Жар-птица души моей».

- Сказка - это слоеный пирог смыслов, - говорит Борисова. - Есть сказки - носители системы ценностей. Когда человек рассказывает свою историю, я понимаю, какой это архетипический сюжет. Если его правильно определить, он откликается, вызывает эмоцию, тогда с сюжетом можно работать. Я называю это «починить сказку». Чтобы в сказке был хэппи энд, чинить надо середину, что позволяет главному герою иначе себя вести. Итог - другой финал. Человек меняет свое поведение после того, как произошло осознание.