

# Метафоры, сказки и стихи в психологической работе с детьми

Екатерина Беспанская-Павленко  
кандидат психологических наук,  
доцент кафедры общей и клинической психологии

# Метафора

**Метафора** (греч. Metaphora – перенос) – фигура речи, состоящая в употреблении слов и выражений в переносном смысле на основе сходства, сравнения.



# Функции метафоры

\* Эстетическая

\* Психологическая

\* Познавательная

РЕПОЗИТОРИЙ БГУ

# Возможности метафоры как психологического метода

МЕТАФОРА

```
graph TD; A((МЕТАФОРА)) --- B[Диагностика]; A --- C[Развитие]; A --- D[Коррекция Психотерапия];
```

Диагностика

Развитие

Коррекция  
Психотерапия

# Диагностические возможности

- \* неопределенность стимульного материала
- \* ясность
- \* безоценочность

МЕТОДИКА РИСУНОЧНЫХ МЕТАФОР



«МОЙ ЖИЗНЕННЫЙ ПУТЬ»

# Методика рисуночных метафор «Жизненный путь».

Методика может быть использована для решения задач, связанных с диагностикой психологических особенностей личности и психического состояния, с консультированием по вопросам самоопределения и планирования карьеры.

Методика рисуночных метафор «Жизненный путь», разработанная И. Л. Соломиным, относится к классу проективных методов диагностики.

Методика позволяет:

- устанавливать эмоциональное состояние человека,
- выявлять особенности темперамента и характера,
- личностные проблемы и возможные способы их решения,
- определять представления о своей жизни и отношений к ней,
- формулировать цели и планировать пути их достижения.

Процедура проведения методики состоит из двух частей: изображение клиентом своей собственной жизни в виде рисунка и обсуждение этого рисунка с психологом-консультантом. В состав методики входит атлас рисунков, в котором проиллюстрированы основные показатели методики и примеры ее практического использования.

# Сказка-тест «Птенец» (Луиза Дюсс)

**Цель:** позволяет выявить степень зависимости от одного из родителей или от обоих вместе.

## Сказка

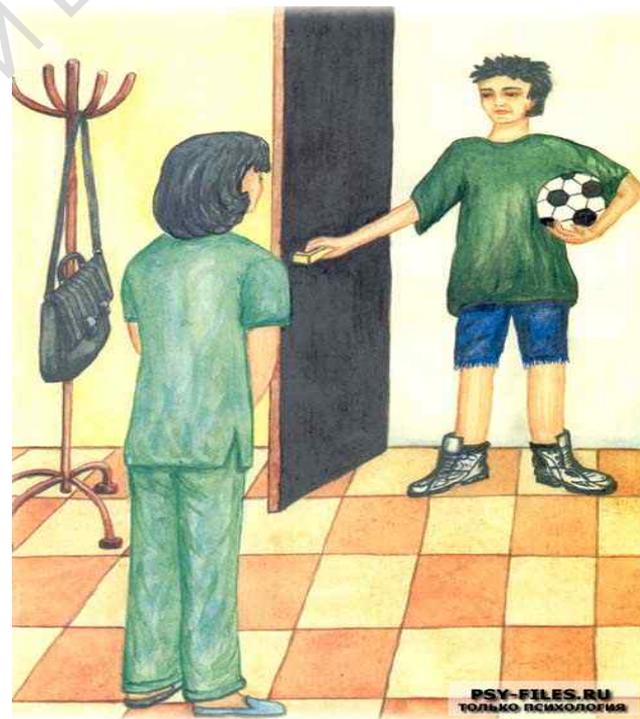
«В гнездышке на дереве спят птички: папа, мама и маленький птенчик. Вдруг налетел сильный ветер, ветка сломалась, и гнездышко падает вниз: все оказались на земле. Папа летит и садится на одну ветку, мама садится на другую. Что делать птенчику?»



# Сказка-тест «Новость» (Луиза Дюсс)

**Цель:** попытаться выявить у ребенка наличие тревоги, невысказанного беспокойства и чувства страха, скрытых желаний и ожиданий.

«Один мальчик (девочка вернулся домой с прогулки (возможны другие варианты), и мама ему говорит: «Хорошо, что ты пришел. Мне надо сказать тебе кое-что». Что именно хочет сообщить ему мама?»»



# Развивающие возможности

- \* свойство преломления в восприятии мира
- \* самодвижение

# Технология обучения детей составлению метафор

- \* выбирается объект 1
  - \* выявляется специфическое свойство
  - \* выбирается объект 2 с таким же свойством
  - \* берется объект 2 и указывается место расположения объекта 1
  - \* составляется предложение с этими словами
- \* радуга
  - \* разноцветная
  - \* цветочная поляна
  - \* цветочная поляна - небо после дождя
  - \* цветочная небесная поляна ярко засияла после дождя

# Технология обучения детей составлению метафор



# Психотерапевтические ВОЗМОЖНОСТИ

- \* парадоксальность
- \* качество смягчения,  
облегчения  
восприятия  
болезненной  
информации



# Использование метафоры в психотерапии

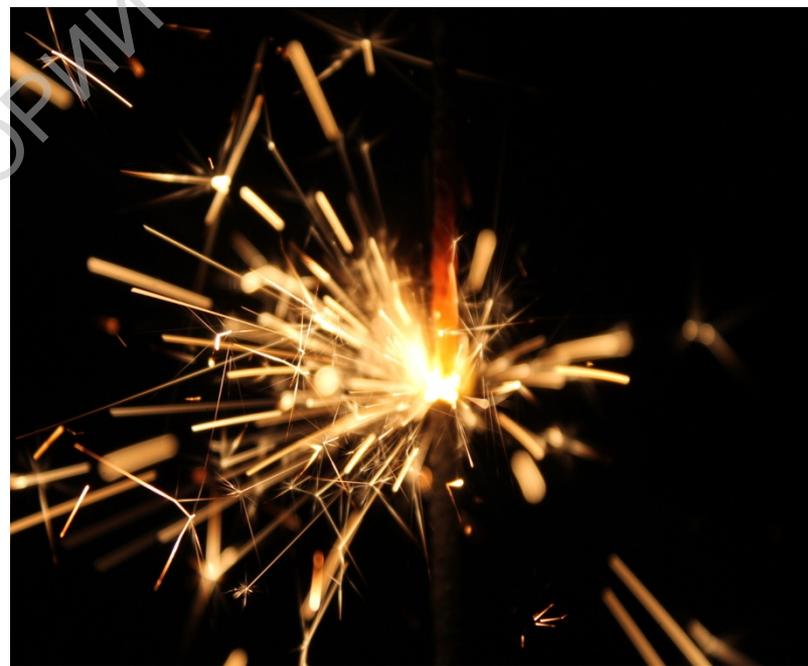
- \* Гештальт-терапия,
- \* НЛП,
- \* Гуманистический подход
- \* Экзистенциально ориентированное направление,
- \* Эриксоновский гипноз

# Цели метафоры



# Терапевтическая метафора

«Терапевтическая метафора – это не столько сравнение, сколько искра, возникшая от удара двух реальностей друг о друга. Она, как вспышка, освещает соответствие двух сфер: словесного и невыразимого, реального и воображаемого, сознательного и бессознательного. Так высекается искра смысла, искра понимания...» Л. Кроль



# Терапевтическая метафора

может быть составлена:

- \* консультантом,
- \* клиентом,
- \* клиентом совместного с консультантом

# Характеристики терапевтической метафоры

- \* иносказательный вариант психологических затруднений и способов их разрешения;
- \* рассматривается как способ решения психологической проблемы через термины, принадлежащие другой области;
- \* используется эпизодически или на протяжении всего процесса психотерапии;
- \* ориентирована в первую очередь на бессознательное клиента;
- \* связана с механизмами идентификации и ассоциации;
- \* может успешно использоваться как в работе со взрослыми клиентами, так и в коррекционной работе с детьми

# Механизмы психологического воздействия метафоры

- \* экстраполяция скрытых смыслов
- \* пробуждение творческих ресурсов воображения
- \* семантическое опосредование
- \* актуализация архетипов
- \* фасилитация

# Виды терапевтических метафор

- \* уже существующая история (сказка, новелла, притча, созданная в культуре), которая имеет ряд сходных признаков с проблемой клиента;
- \* созданная конкретно для этого клиента исходя из специфики его проблематики и жизненной ситуации.

# Виды терапевтических метафор

\* ресурсные

\* поведения

\* эмоциональные

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

# Ресурсные метафоры

Такие образы внутри или вне сознания клиента, которые помогают создать ресурсность его личности, способствуют как решению какой-то конкретной проблемы или конфликта, так и усилению личности в целом.



# Формирование ресурсной метафоры

- \* индивидуальный позитивный опыт клиента;
- \* обращение к ресурсным воспоминаниям из детства;
- \* использование ведущих модальностей клиента;
- \* создание атмосферы безопасности;
- \* состояние релаксации, расслабления

# Метафора поведения

Своеобразный способ решения проблемы или конфликта на примере других, история о том, как похожая на проблему клиента ситуация была успешно разрешена.



# Построение метафоры поведения

- \* соответствие индивидуальным особенностям клиента;
- \* аккуратное подчеркивание связи между событиями в истории и реальностью клиента;
- \* запрет на открытые, прямые советы;
- \* создание у клиента положительной мотивации для решения проблемы

# Эмоциональная метафора

Описание физиологического и эмоционального состояния героя в момент переживаний, которое помогает клиенту понять свои чувства и эмоции.



# Построение эмоциональной метафоры

- \* вначале описываются негативные состояния и ощущения героя;
- \* далее происходит переход в описании от негативных состояний к позитивным;
- \* усиление метафоры может достигаться через описание природных явлений

# Правила построения метафоры

- \* необходимо понять картину мира клиента
- \* консультант должен быть уверен в ресурсности материала метафоры для данного конкретного клиента
- \* для построения метафоры любого характера (ресурсная, поведенческая, эмоциональная) консультант может использовать различные сказки, притчи, истории, новеллы, мифы и т. п.

# Схема построения

- \* этап анализа запроса клиента;
- \* этап выбора персонажей, имеющих проблемную ситуацию, схожую с проблематикой клиента;
- \* этап кульминации действия;
- \* заключительный этап, в котором формируется выход из проблемной ситуации.

# Заключительный этап

- \* выход из сложившейся проблемной ситуации в метафоре должен быть похожим на то поведение, которое демонстрирует клиент в других ситуациях;
- \* рекомендации, выраженные в метафорической форме, должны иметь очень обобщенный характер;
- \* выход из проблемной ситуации должен скорее формировать оптимистический взгляд на сложившуюся ситуацию, чем предлагать какой-то конкретный способ решения.

# Алгоритм терапевтической метафоры

- \* 1. Герой
- \* 2. Окружение
- \* 3. Обучающие ситуации
- \* 4. Победа
- \* 6. Триумф



# Сказкотерапия

1. Осознанность
2. Множественность значений  
и смыслов
3. Связь с реальностью

Принципы работы со сказкой

- Осознание причинно-следственных связей в развитии сюжетной линии,
- понимание роли конкретного персонажа в развивающихся событиях.

Основная задача взрослых показать ребенку, что одно событие плавно перетекает в другое, даже если явно этого не заметно. Важно расставить акценты роли каждого персонажа и его месте в сказке.

## Осознанность

- Понимание того, что одно и то же событие, ситуация могут иметь несколько значений и смыслов.

Основная задача показать одну и ту же ситуацию, событие с разных сторон

**Множественность**

- Понимание того, что каждое сказочное событие нас чему-то учит.

Основная задача проработать сказочные ситуации с позиции того, как урок из сказки может быть использован нами в реальной жизни, в каких конкретных ситуациях.

**Связь с реальностью**

Акцент	Направление размышления	Вопросы	Комментарий
Основная тема	Важно понять основные идеи сказки, то есть, что с ее помощью нам хотели передать предки, какой опыт, о чем предупредить, чем подбодрить и т.д.	О чем эта сказка? В каких ситуациях нашей жизни нам пригодится то, что мы узнали из сказки? Как конкретно мы это знание будем использовать в своей жизни?	Через основную тему на передаются общие нравственные ценности. Стили поведения и взаимодействия с окружающими, общие ответы на общие вопросы.

## Схема размышления над сказкой

Акцент	Направление размышления	Вопросы	Комментарий
<p>Линия героев сказки. Мотивы поступков</p>	<p>Важно понять видимую и скрытую мотивацию героев сказки</p>	<p>Почему герой совершает этот поступок? Зачем ему это нужно? Чего он хотел на самом деле? Зачем один герой был нужен другому?</p>	<p>Можно обсуждать отдельно каждого героя и его взаимосвязи с другими героями</p>

## Схема размышления над сказкой

Акцент	Направление размышления	Вопросы	Комментарий
<p>Линия героев. Способы преодоления трудностей</p>	<p>Важно составить список путей преодоления трудностей героями сказки.</p>	<p>Как герой решает проблему? Какой способ решения и поведения выбирает? Активный или пассивный? Все решает и преодолевает сам или старается передать ответственность другому? В каких ситуациях нашей жизни эффективен каждый способ решения проблемы?</p>	<p>Имея список способов решения проблем, важно оценить, в каких ситуациях реальной жизни мы можем использовать тот или иной вариант разрешения трудностей.</p>

## Схема размышления над сказкой

Акцент	Направление размышления	Вопросы	Комментарий
<p>Линия героев сказки. Отношение к окружающему миру и самому себе.</p>	<p>важно понять общую направленность героя: созидательная или разрушитель по отношению к окружающему миру в целом и к отдельным героям в сказки</p>	<p>Что приносят поступки героя окружающим, радость, горе, прозрение? В каких ситуациях он созидатель, в каких разрушитель? Как в реальной жизни человека распределяются эти тенденции?</p>	<p>Важно при обсуждении развивать гибкий подход к созидательным и разрушительным тенденциям. Проявление базовой тенденции во многом зависит от конкретной ситуации в жизни.</p>

## Схема размышления над сказкой

Акцент	Направление размышления	Вопросы	Комментарий
Актуализированные чувства	Важно осознать, какую эмоциональную реакцию вызывает у героя определенная ситуация и почему.	Какие чувства вызывает эта сказка? Какие эпизоды вызывают радостные чувства? Какие грустные? Какие ситуации вызывают страх? Какие ситуации вызывали раздражение? Почему герой реагирует именно так?	Размышляя над сказкой с позиции чувств, которые она вызывает, можно делать акцент на источники чувств внутри нас.

## Схема размышления над сказкой

Акцент	Направление размышления	Вопросы	Комментарий
Образы и символы в сказках	Важно осознать. Какие тенденции. Уроки, способы поведения несет в себе каждый герой.	Кто такой Иван-Царевич? Кто такой Колобок? Кто такая Курочка Ряба? И т.д.	Можно привлекать не только собственные рассуждения на тему «Что есть этот образ», но и словари образов, особенно юнгианские.

## Схема размышления над сказкой

# Виды сказок

- \* дидактические,
- \* медитативные,
- \* психокоррекционные,
- \* психотерапевтические и
- \* психологические



# Сочинение сказок разных типов

- \* понять, в чем суть проблемы;
- \* представить, что за человек клиент и в каких жизненных ситуациях актуализировалась указанная проблема;
- \* придумать продолжение сказки, которое в метафорической форме содержало бы информацию, которая могла бы помочь гипотетическому клиенту справиться с его жизненными трудностями

# Составление собственной метафоры клиентом

Упражнение  
«Картина мира»



# Использование метафор в работе с родителями

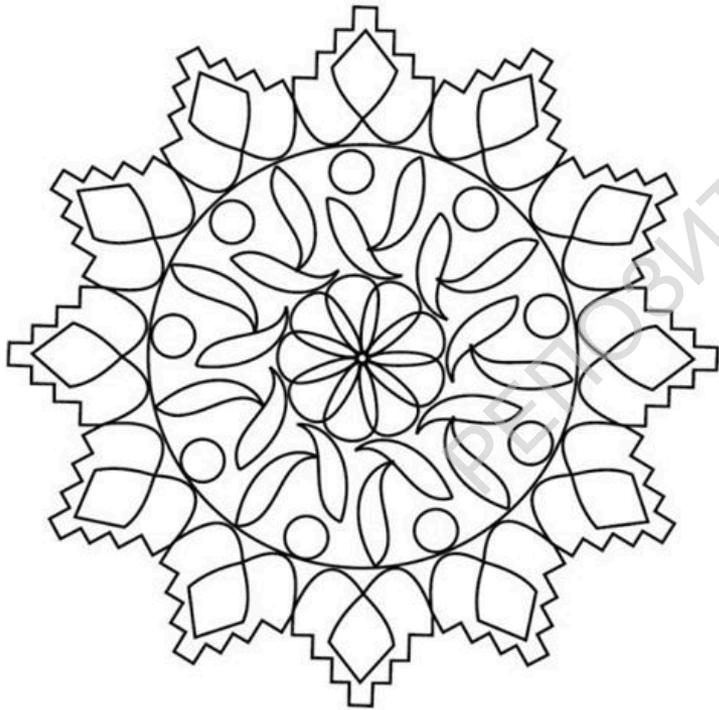


# Направленное фантазирование

«Представь себе, что ты идешь гулять. Вдруг ты обнаруживаешь маленькую пещеру с крутой лестницей, ведущей вниз. Ты долго спускаешься по ней и наконец попадаешь в полутемное помещение. Как только твои глаза привыкли к темноте, ты видишь, что там много дверей. На одной из них написано твое имя. Тыходишь к этой двери и открываешь. Заходишь внутрь. Что ты видишь?» На двери можно поместить и другие надписи, например, «школа», «друзья», «семья», «МОЯ ЖИЗНЬ» и т. д.



# Мандала в работе с детьми



Мандала «Цветочная поляна»  
Применяется при индивидуальном консультировании детей в возрасте от 4-х лет и более.

Применение предполагает:  
изучение семейного окружения,  
личностного ресурса ребенка,  
снятие эмоциональной  
напряженности, формирование  
установки позитивного отношения  
к себе, активации  
бессознательного, актуализации  
чувств, развитие творческого  
потенциала



Спасибо за внимание!

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

# Литература

- \* Вачков И.В. Метафорический тренинг. — 2-е изд. — М.: «Ось-89», 2006. - 144 с.
- \* Липская Т.А. Возможности метафоры как психологического метода // Педагогика и психологи. – 2009. - № 3. – С. 691 – 695.
- \* Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Практикум по сказкотерапии. – СПб., 2009. – 310 с.
- \* Николаева Е.И. 111 баек для детских психологов. – СПб., 2011. – 160 с.