



## Копилка мастерства



М. В. Марченкова, А. Г. Теплицкая

# Сокровища реальной жизни в сказочных копилках

**Мария Владимировна Марченкова** — психолог, психодраматист, аспирант и старший преподаватель факультета психологического консультирования Московского городского психолого-педагогического университета.

**Александра Глебовна Теплицкая** — педагог-психолог НОУ СОШ «Росинка», победитель конкурса «Профессиональное признание – 2007» в номинации «Лучший психолог».

Профессию психолога, безусловно, можно отнести к творческой. Так как в практической работе каждого из нас время от времени возникает необходимость использовать не только уже наработанные коллегами и апробированные техники, но и создавать что-то новое.

Мы представляем несколько техник, которые родились у нас в процессе решения разнообразных профессиональных задач. Поскольку в их основе лежат общие подходы к работе с детьми, они получили и общее название «Волшебные копилки». В основе этих техник лежит принцип «узелок на память», подробно описанный в трудах Л.С. Выготского<sup>1</sup>. В своей работе с детьми мы так же используем широкие возможности работы с образами и метафорами, которые предоставляют методы сказкотерапии и психодрамы.

В известной сказке английского писателя Алиса, попав в Страну Чудес, задается вопросом: «Что остается от сказки потом, после того, как ее рассказали?» Работая в логике сказкотерапии, мы задумались над тем же вопросом. А что если ввести в повседневную жизнь волшебные предметы из сказок, позволяющие собирать, хранить и накапливать сокровища реального опыта?

Каждый день жизни человека наполнен самыми разными событиями, эмоциями, переживаниями. Только часть из них попадает в фокус его внимания, другая же остается «за кадром». Мы заметили, что многие наши клиенты: и маленькие, и взрослые, фокусируются на негативных аспектах своего жизненного опыта. И именно за счет этого у них может складываться неконструктивное представление о себе и действительности, которая их окружает. И задачей психолога в таком случае оказывается изменение этой схемы. На решение этой задачи и направлены предлагаемые техники, которые можно использовать в развивающей и коррекционной работе.

### «ДЕРЕВО ДОБРОЙ ПАМЯТИ»

Если представить нашу память как большой фотоальбом, то, вкладывая в него «фотоснимки» самых разнообразных приятных и неприятных жизненных ситуаций, мы формируем собственную картину мира, которая будет окрашена в темные или светлые

<sup>1</sup> Выготский Л. С. Собрание сочинений: В 6-ти т. Т.3 Проблемы развития психики / Под ред. А. М. Матюшкина. — М.: Педагогика, 1983. — 368 с., ил.



## Копилка мастерства

тона в зависимости от характера преобладающих в альбоме снимков.

Техника «Дерево доброй памяти» направлена на акцентирование внимания клиента на позитивных переживаниях и ситуациях. Это символическое накопление положительного опыта. Использование копилки может помочь ребенку адаптироваться к изменившимся условиям жизни (начало школьного обучения, переход в новый коллектив, появление нового члена семьи и пр.); также она развивает оптимистичное отношение к жизни в целом.

Работа начинается со сказки.

«Однажды два человека встретились и заспорили между собой. Один из них сказал:

– Этот мир темен. Так много зла вокруг, много боли. Мир окрашен в черные цвета.

Другой же сказал:

– Этот мир — он очень светлый. Как много в нем детских улыбок, сколько любви! Как много добра люди делают друг для друга. Мир наполнен светлыми яркими цветами.

Они не смогли разрешить свой спор и отправились к мудрецу. Они сказали ему:

– О, премудрый, помоги нам! Скажи, кто из нас прав.

– Хорошо, я могу ответить на ваш вопрос.

Закройте глаза. Представьте себе черный цвет во всех его оттенках и проявлениях, настройтесь на темноту. А теперь откройте глаза и скажите мне, что вы видите.

– Мы видим темную землю под ногами, мы видим, что на небе черная туча, безутешная вдова плачет над свежее могилой, и черный ворон кружит над ней.

– Так каков этот мир?

– О, определенно этот мир темен. Он просто наполнен черным цветом.

– Теперь вновь закройте глаза и представьте себе белый цвет во всех его оттенках и проявлениях. Настройтесь на него. Теперь откройте глаза и скажите мне, что вы видите.

– Мы видим белый снег, лежащий на горных вершинах, счастливую невесту в ослепительно белом платье идет к алтарю, а у твоих ног сидит белый щенок.

– Так каков этот мир?

– О, этот мир наполнен белым цветом.

– Вот и ответ на ваш вопрос: мир таков, каким вы готовы его увидеть».

Этот вариант сказки применяется в работе с подростками и взрослыми. Для дошкольников и младших школьников целесообразнее использовать другую интерпретацию.

«Жили-были два брата-слоненка. Они были похо-

жи друг на друга как две капли воды и всегда и везде ходили вместе. Но была одна странная особенность. Когда вечером мама или папа спрашивали их о том, как прошел день, то один из них отвечал, что день был ужасным. Второй же говорил, что день прошел замечательно. Вот, что рассказывал первый:

– Сегодня, когда мы гуляли в лесу, на нас из-за угла выскочил крокодил. У него были огромные страшные зубы. Он ужасно напугал нас. А потом мы шли по тропинке, а на дереве сидела лохматая обезьяна. Она начала кривляться и дразнить нас, она кинула в нас бананом, и мой брат поскользнулся на банановой кожуре и чуть не упал сильно-пресильно. Ужасный, ужасный день! Как хорошо, что он наконец заканчивается!

Второй же слоненок говорил:

– День был классный! Мы сегодня в лесу увидели настоящего крокодила. Никогда раньше их не видел. Он такой красивый — большой и зеленый. У него такие замечательные зубы — просто загляденье! А потом мы познакомились с очень веселой мартышкой. Она так здорово умеет скакать по деревьям! И еще она угостила нас вкусным бананом, и оказалось, что на банановой кожуре очень весело куврыкаться — у меня так никогда раньше не получалось!

Все дело в том, что как у слонят, так и у людей память бывает разная — добрая или злая, грустная или веселая.

Как ты думаешь, какая память была у слонят? А кому из них лучше жилось на свете? А какую память хотел бы иметь ты?»

Для работы над развитием «доброй памяти» мы использовали образ расцветающего дерева. Это очень богатый образ. Он широко используется в различных культурах, религиях, обрядах, мифологии.

С древних времен дерево символизирует жизнь. Оно отождествляется с источником бессмертия («Дерево Жизни») и соответственно является символом воскрешения растительности, весны и «возрождения» года («Майское дерево»). В древнейших мифах подчеркиваются мистические узы между деревьями и людьми.

Ребенку предлагается самому посадить «Дерево доброй памяти». Для этого потребуются следующие материалы: металлическая проволока, горшочек или коробочка, наполнитель для горшочка (бисер, крупа и пр.), пластилин, цветные ленточки.

В небольшой сосуд засыпается «почва»: бисер, бусинки, морские камешки, подкрашенная гуашью крупа. После этого из металлической проволоки делается небольшое дерево и «сажается» в подготовленную почву (лучше прикрепить его ко дну пластилином) (см. фото 1).

Далее следует инструкция:

«Дерево мы посадили, но чтобы оно расцвело, необходимо приложить усилия.



Фото 1

На каждой встрече я попрошу тебя вспоминать то хорошее, что произошло с тобой сегодня (на этой неделе), чему ты сегодня улыбнулся, какое самое яркое событие случилось с тобой. И вспоминая, ты будешь завязывать цветные ленточки на ветках дерева. Так на «Дереве доброй памяти» будут появляться цветы, и чем больше их распустится, тем добрее будет становиться твоя память, а значит, и радостнее будет становиться твоя жизнь».

Дети с удовольствием помогают «расцвести» своему Дереву, которое на время работы находится в кабинете у психолога.

Дерево доброй памяти — это символическое ведение своего дневника, но дневника тематического. И чем больше в нем «записей» (ленточек на дереве) — тем красивее становится образ, тем ярче он напоминает, что не так все плохо в жизни, и каждый день с тобой происходят хорошие, яркие, интересные события. Дерево становится ресурсом для человека. Оно стимулирует снова и снова возвращаться к своему положительному опыту. Постепенно, день за днем формируется способность улавливать добрые переживания, хорошие события в повседневной жизни.

Работа с Деревом заканчивается тогда, когда ребенок утрачивает интерес к нему. При этом наблюдается улучшение фона настроения, педагоги и родители отмечают снижение негативных проявлений. Это означает, что ребенок уже научился замечать хорошие события, и внешний стимул становится не нужным.

Использование техники возможно в рамках психолого-педагогического сопровождения отдельного ребенка или целого классного коллектива. А также в индивидуальном консультировании подростков и взрослых, в работе с семьей (см. фото 2).

### «КОПИЛКА ЗНАНИЙ»

Идея создания этой копилки родилась так. В первом классе нет оценок, и некоторые учителя начальной школы придумывают свои средства оценивания и мотивации учащихся — так называемые «похвалюшки» — наклейки на тетради, специальные жетоны и пр. Они выдаются за правильно сделанные задания, то есть, по сути, повторяют оценку. Дети обычно очень живо откликаются на такую систему поощрения, активно начинают работать за наклейку, жетон. Таким образом, учителя стимулируют мотивацию детей, но такая мотивация по принятой классификации называется «оценочной». Но секрет предлагаемой техники в другом.

Использование «Копилки знаний» направлено на развитие познавательной мотивации у младших школьников, а также развитие умения выделять новое в учебном материале.

Все начинается со сказки.

«Один человек решил, что он хочет узнать как можно больше об этой жизни, стать умнее, мудрее, лучше понять этот мир. Он задумался — как ему это сделать? Ему рассказали, что настоящие мудрецы, которые могут ему помочь, живут высоко-высоко в горах. И он отправился к такому мудрецу. Тот встретил его радушно, гостеприимно открыл дверь своего дома. Человек рассказал ему о том, чего он хочет. Мудрец сказал: «Хорошо, я помогу тебе. Ты будешь жить со мной, будешь помогать мне по хозяйству. Мы будем ходить с тобой в горы. Я покажу тебе те книги, которые есть в моей библиотеке, ты каждый день будешь узнавать что-то новое и чему-то новому»



Фото 2



## Копилка мастерства

учиться. У меня во дворе есть застывший фонтан. Я дам тебе чашу. И каждый раз, когда ты почувствуешь, что знания твои увеличились, что ты действительно узнал что-то, чего не знал раньше, и научился делать то, чего раньше не умел, возьми каплю из застывшего фонтана и положи ее в свою чашу. И когда она наполнится, ты поймешь, что ты уже достаточно мудр, для того, чтобы уйти от меня».

Вот один из вариантов использования «Копилки знаний». В начале года мы приходим к первоклассникам и рассказываем эту сказку. После этого каждому из них дается небольшая прозрачная банка с написанным на ней именем ребенка. Для копилки в классе выделяется специальная полка (см. фото 3).

**Инструкция:** Дорогие первоклассники, скажите мне, а где вы берете ваши знания? Вы, как и тот человек из сказки, пришли в школу, чтобы стать умнее, узнать много нового и многому научиться. И с этого дня вы тоже будете собирать капли застывшего фонтана в ваши копилки знаний. Каждую неделю я буду приходить к вам и спрашивать каждого из вас: «Что ты узнал нового на уроках за эту неделю, и чему новому ты научился?» За каждый ответ вы будете класть в свои копилки по одной капельке. За один раз вы сможете положить их столько, сколько сможете вспомнить новых знаний и умений.

В качестве застывших капелек используются прозрачные стеклянные камушки разных цветов, применяемые во флористике и дизайне.

Детям такая игра очень нравится, они с нетерпением ждут этой еженедельной беседы, заранее продумывая свои ответы (см. фото 4).

В конце года учитель объявляет, что во второй класс может перейти тот, кто набрал четыре кило-



Фото 3

грамма капелек (цифра примерная, определяется заранее). Дети выходят по одному и взвешивают на весах свои копилки. Но ни у кого требуемых четырех килограммов не оказывается. После нескольких неудачных попыток кому-то из ребят приходит в голову, что все капельки нужно сложить вместе. Тогда берется большая прозрачная ваза и содержимое всех копилочек объединяется в ней.

Применение данной техники также возможно различными специалистами в индивидуальной работе с детьми. В этом случае копилка находится в кабинете специалиста, а после каждого занятия с ребенком проводится беседа с использованием тех же вопросов.

*Продолжение материала в следующем номере.*

**На CD этого номера размещены фрагменты мастер-класса М.В. Марченковой и А.В. Теплицкой «Сокровища реальной жизни в сказочных копилках»**



Фото 4