

ТЕРАПИЯТА С ПРИКАЗКИ – ЕФЕКТИВНА И ПЕРСПЕКТИВНА АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНА ПРАКТИКА

Теодор Попов

Приказните истории се съчиняват в различни култури, имат своите оттенъци и отличителни черти, но винаги притежават едно общо свойство – те имат ореола на особена притегателност за нашата душа, за безсъзнателното ни.

Татяна Зинкевич-Евстигнеева

С право в началото на ХХІ век за арт-терапията се дискутира като за истински феномен на съвременното. С относително кратка история, тя навлиза във все повече сфери на живота, печели нови кръгове клиенти, с успех се справя с разнообразни проблеми, имащи различни корени и етиология.

Възникнала и наложила се първоначално като лечение чрез и посредством изкуството, арт-терапията постепенно придобива и значението на мощно профилактично и превантивно средство, а още – и възпитателно, социализиращо и ресоциализиращо. От практика в психиатрията в самото начало, тя бързо навлиза и в образователната и социалната области. С успех се използват все нови, и нови видове и жанрове на различните изкуства, към арт-терапевтичната дейност се привличат все нови кръгове клиенти, успешно се разработват и апробират все нови, и нови техники и прийоми. И всичко това – в името на добруването на хората, за тяхното физическо и психическо здраве, а и за единството на тази парадигма.

Бързо последователи сред цялото това изключително пъстро и разнопосочно многообразие печели и терапията с приказки, или още наричана от някои приказкотерапия.

Като научнообоснована форма на арт-терапевтична работа, като теория и методология със съответни принципи, структура и компоненти, като дисциплина на познанието и практическа дейност на приложение с прилежащите ѝ корекционно-развиващи занимания, терапията с приказки има сравнително кратка история. Развитието ѝ и нейното налагане като относително самостоятелна област датира някъде от 70-те, 80-те години на

XX век. Естествено, това не се отнася за чисто утилитарното приложение на приказките, което по интуитивен и несъзнателен път датира от незапомнени времена. Защото винаги през историята на човешката цивилизация са се разказвали истории, които са и обмен на жизнен опит, и са били напълно естествени и непосредствени форми за контакти и взаимодействия между хората, за общуване. Тези форми, макар и по неосъзнат начин, са действали възпитателно и поучително на младото поколение, били са своеобразно възпитателно средство и начин за предаването на натрупания опит между поколенията. Така те са се явявали и част от цялостната система за възпитание на младите; а също и с определен профилактичен ефект и влияние.

Днес към терапията с приказки се насочват все повече специалисти от различни области на науката и човешкото познание: психолози, психотерапевти, лекари, психиатри, педагози, дефектолози, социални работници, възпитатели. Разработват се нови техники и методологични постановки, разширяват се сферите на въздействие. Терапията с приказки има своето много сполучливо приложение и при децата, и при подрастващите, а и при възрастните клиенти. Въвежда се и в детските градини и в училищата при контингент в норма, но при лица със специални образователни потребности, и при деца с трудности в развитието, и в центровете за рехабилитация и работа с инвалиди, и при лица лишени от свобода, и при терминално болни.

Сега "... основна задача на терапията с приказки става синтезирането на най-ефективните психологически технологии в рамките на приказната форма, обединяването и адаптацията на множество психотерапевтични прийоми в единен приказан контекст" (6, с. 12).

Логично е, че в днешно време употребата на жанра на приказките е намаляла чувствително, когато става дума за техния класически вариант. Динамиката на новото време, бумът на всевъзможните технологии, промените в обществените и социалните структури и в междуличностните отношения в глобален план е наложила и голям отпечатък при четенето, слушането или разказването на приказки, нещо, което в значителна степен е намаляло. Тук обаче съвсем уместно възниква и въпросът за една нова, да я наречем модификация на този вид творчество. Защо и криминалните, и филмите на ужасите, които заемат съществена част от телевизионните програми, и фантастиката, и всевъзможните "екшъни" могат да се приемат като някакъв вид приказка. Като нещо измислено (или сътворено в резултат на авторска находка, или пък по някакъв действителен случай), което има предназначение да развлича, да действа емоционално на аудиторията, а твърде често – и да я отвлеча от неприятното

ежедневие, от заобикалящите я проблеми. Та нима не се сблъскваме със същия ефект, както при четенето или слушането на приказки, когато сме се задълбали в някакъв любовен или криминален роман, или пък когато стотици хиляди телевизионни зрители съпреживяват заедно с героите на безконечните телевизионни “сапунени” сериали. Тук остава само презумцията, че всички тези продукти на масовата култура все пак могат да окажат на аудиторията и някакво позитивно въздействие, че може би ще ги възпитат и на нещо смислено и положително.

ИСТОРИЯ НА ТЕРАПИЯТА С ПРИКАЗКИ

Русия е родината на този вид арт-терапевтична работа, която през последните едно-две десетилетия добива все по-голямо значение и популярност, утвърждава позициите си на самостоятелен клон на арт-терапевтичната дейност. Там още в началото на последната третина на миналия век много учени, а и практики, насочват вниманието и своите усилия за едно оптимално използване на приказките и като вид действено и ефективно терапевтично и профилактично средство. Постепенно тази дейност “набира скорост”, множат се последователите на идеята, практикуващите я. Появяват се и сериозни научни изследвания на темата, разработва се нейната методология, разширява се сферата на субектите и на институциите, които предлагат терапията с приказки в своята конкретна дейност. Така напр. докторът на медицинските науки, доц. Андрей Гнездилов пише и публикува през 90-те години в Санкт-Петербург няколко труда по въпросите за приложението на приказките като лечебно средство (виж “Петербурски съновидения”, “Димът на старинната камина”, “Вълшебства на дългите есенни нощи”, “Огледала на старинната мансарда” и др., 3, 4). Излизат от печат и книгите по същата тема на В. Я. Пропп “Морфология на приказката” и “Историческите корени на вълшебната приказка” (13, 14); на Дмитрий Соколов “Приказки и терапия с приказки” (15). Появяват се и десетки статии в научни издания, както и в масовия периодичен печат, които разясняват понятието, формата и методите на “терапията с приказки”, възможностите за нейното приложение, сферата на нейната научна и практическа арт-терапевтична дейност, популяризират я като ефективно средство за лечение и профилактика.

Преди няколко години в Санкт-Петербург е създаден и институт за терапия с приказки. А като водещ специалист в областта, като движеща фигура в научно-експерименталните проучвания и при практическото приложение и разпространението на този род арт-терапия се изявява Татяна

Дмитриевна Зинкевич-Евстигнеева. Доктор по психология, наред с много активната и многостранна дейност на учен, преподавател, ръководител и организатор на курсове, на практик-терапевт, тя е автор и на няколко труда, оформящи научния облик и рамкиращи методологията на терапията с приказки като вид арт-терапевтична дейност. Сред тях трябва да се изброят: “Пътят към вълшебството, Теория и практика на терапията с приказки”(1998 г.), “Практикум по терапия с приказки”(2000 г.), “Как да се помогне на особеното дете”(1998 г., съвместно с Л. А. Нисневич), “Приказки от страната на звездите Зодиакалия”(1998 г.) и др. (7, 8, 9). Тя е автор и на психолог-педагогическата технология “Комплексна терапия с приказки” (с авторско свидетелство 1201152 на Руската Федерация).

СЪЩНОСТ НА ТЕРАПИЯТА С ПРИКАЗКИ И КАТЕГОРИАЛНО-ПОНЯТИЙНО УТОЧНЕНИЕ

Според Татяна ЗИНКЕВИЧ-ЕВСТИГНЕЕВА, (по 6 и 7), терапията с приказки:

- *може да се разглежда като част от възпитателната система, която е органична на вътрешната природа на човека;*

- *когато става въпрос за такъв род терапия, се има предвид съвместното разкриване заедно с клиентите на тези знания, които живеят в душите на хората, а в определен момент се явяват и като психотерапевтични;*

- *това е процес на търсенето на смисъла, на разшифроването на знанията за света и за взаимоотношенията в него;*

- *в приказките могат да се намерят в различна форма всички човешки проблеми, както и образните способности за тяхното разрешаване;*

- *приказката може да даде и символично предупреждение за това, как ще се развие дадена ситуация;*

- *терапията с приказки е още и процес на обективиране на проблемните ситуации;*

- *тя може да активира латентните ресурси на личността, неговия потенциал;*

- *тя е процес на екологично образование и възпитание на детето;*

- *тя съдейства за подобряване на т.нар. вътрешна природа, както и на околния свят;*

- *тя въвежда клиента в особената приказна среда, в специфична обстановка, в която могат да се проявят потенциалните части на личността и т.н.*

От векове народната мъдрост на различните етноси е изкристализирала и се предава от поколение на поколение под формата на всевъзможни истории, легенди, митове, притчи (в това число и библейски), приказки, сказания и т.н. Исус Христос също е говорел чрез притчи, а неговите ученици и последователи също така ги използвали за по-сетнешното предаване и разпространение на учението му. Терапевтите, използващи в арт-терапевтичната си работа приказки, изхождат от базовата позиция, че **познанието е нещо съкровено, нещо дълбинно – както за самия себе си, така и за околния свят**. Именно оптималното използване на тези латентни, съществуващи вътре във всеки познания, превръщащи се в даден момент в психотерапевтични, залягат в терапията с приказки.

Другият важен момент в тази терапия е **търсенето на главното, на изконния смисъл**, а съответно – на разшифроването и разкодирането на тези знания. Така, според Т. Зинкевич-Евстигнеева, когато една приказка се разглежда от различни страни и от различни гледни точки, на различни равнища, става ясно, че приказните истории съдържат информация за динамиката на жизнените процеси (7, с. 8).

Терапията с приказки е многопланова, затова и тя се дели на няколко **направления**, в чиито рамки се решават различни психодиагностични, корекционни, развиващи и терапевтични задачи. А всеки специалист може да избере формата на работа с приказки (6, с. 47). Така например терапевтичната форма, която по мнение на Т. Зинкевич-Евстигнеева е най-вече приложна, може да се използва ефективно както в груповата, така и при индивидуалната работа с деца, с подрастващи, или с възрастни клиенти (пак там, с. 49).

Отличават се и немалко **разновидности** на този действен вид арт-терапевтична практика: групово разказване на приказки, както на нова или на вече позната приказка от трето лице; измисляне или съчиняване на нови приказки, или пък тяхното “дописване”; постановки, т.е. драматизации и различни театрализации на приказки; приказна куклотерапия (с различни варианти – като например куклен театър, с кукли-марионетки, т.нар. “театър на сенките”); изготвяне на кукли за приказната куклотерапия; т.нар. “приказно рисуване”; постановка на приказки на пясък (т.нар. sand-play, в нейните индивидуални и групови форми); приказна имидж-терапия; медитация по приказки (в т.ч. и психодинамична медитация) и пр.

Може със сигурност да се твърди, че със своеобразна форма на терапия с приказки хората са се занимавали винаги. Естествено, този процес не е бил осъзнат, както и се е наричал по различни начини. Но въздействието му е

било винаги налице. Като изхождат от подобни схващания, арт-терапевтите в тази област пишат и за този **латентен, потенциален запас от знания, умения, всякакви качества** и т.н., които всеки натрупва безсъзнателно в детството си, слушайки приказки. Този натрупан символичен запас Т. Зинкевич-Евстигнеева нарича **“банка от жизнени ситуации”**. Именно този запас може да бъде активизиран при необходимост. Не се ли създаде сходна ситуация – той си остава в пасивно състояние. Така и арт-терапевтите с приказки в дейността си използват в процеса на психологическите консултации както жизнения опит на своите клиенти, така и “неговата приказна банка от житейски ситуации”(7, с. 8). Много често този, да го наречем координиран подход, позволява и намирането на необходимото решение.

Приказките имат по принцип дълбок символичен смисъл. Както изтъква А. Гнездилов, в много от тях се съдържат идеите за безсмъртието и за трансформацията. Приказките са и първото знание за света, и първи модел за поведение (3, с. 342). Същият автор набляга и на факта, че те са не само литературни и философски паметници, но и имат екзотерични корени (пак там). Други автори пък акцентират върху това, че те се явяват и средство за самоидентификация (1). Така чрез любимата приказка става формирането на жизнения сценарий на индивида, а в последствие може да се обясни и психологическата логика на неговите постъпки.

Погрешно е твърдението на тези, които смятат, че приказките само “отвеждат” децата от реалността на живота. Напротив, те даже твърде активно способстват за това, децата да осъзнаят чрез смисъла на приказките реалността, да направят взаимовръзка със събитията от реалния живот. Ако детето отрано започне да осъзнава т.нар. “уроци на живота, заложи в приказките”, да съотнася отговорите със своето поведение, да си дава ясен отговор на въпроса “На какво ни учат приказките?”, то и занапред най-активно ще ползва своята “банка от жизнени ситуации”. Защото наред с всичко друго, терапията с приказки е и процес на образуване на връзки между приказките и поведението в реалния живот, тя е процес на пренос на приказния смисъл в реалността, както твърдят специалистите (7, с. 9).

А в рамките на т.нар. аналитично направление, терапията с приказките способства за (6, с. 57–58):

1. за развитие на творческото (дивергентното) мислене на детето;
2. за усъвършенстването на вербалния език (детето се учи умело и правилно да формулира своите мисли);
3. за развитието на фантазията и въображението;

4. за развитието на способността за задълбочено образно мислене, за установяването на причинно-следствени връзки;

5. за развитието на емпатия и на умение да слуша (в т.ч. в хода на анализа децата се учат да съчувстват на героите, както и да слушат това, което говорят другите деца).

ЕТАПИ НА ТЕРАПИЯТА С ПРИКАЗКИ

Специалистите в областта на **терапията с приказки** отчитат по принцип **четири основни етапа** при реализирането на процеса на въздействие. При това изрично се подчертава, че не може да се направи финализация, или пък строго разграничаване на всеки отделен етап – те се видоизменят, отстъпват място на последващ етап и т.н. Т. Зинкевич-Евстигнеева разграничава следните етапа на терапията с приказки (7, с. 14–15):

ПЪРВИ ЕТАП на терапията с приказки – това е *устното народно творчество*. Неговото начало се корени още в древните векове и народи, но процесът на устното творчество (по-късно превърнал се и в писмено) продължава и до днес.

ВТОРИЯТ ЕТАП – това е *събирането и изследването на приказките, митовите, легендите, притките, преданията* и т.н. Последните се изследват често и в психологически, и в т.нар. “дълбинен” смисъл (напр. при дейността и теориите на К. Юнг, Б. Бетелхайм и др.). Процесът на т.нар. опознаване на скрития смисъл на приказките и митовите продължава и сега.

ТРЕТИЯТ ЕТАП на терапията с приказки – това е т.нар. *психотехнически*. Тук се изхожда от факта, че в почти всички педагогически или психологически, или психотерапевтични технологии много често се използва приемът “Съчини приказка!”. Така съвременните практически подходи използват приказките като техника, като повод за психодиагностика, за корекция и за развитие на личността.

ЧЕТВЪРТИЯТ ЕТАП е *интегративният*. Този етап се свързва с формирането на концепцията за комплексността на терапията с приказки, с духовния подход към приказките. Също така – и с факта, че терапията с приказки е по принцип един природосъобразен подход и способ, че тази терапия е органична на човешкото възприятие, на възпитателната система, че е използвана с успех вече от много поколения от нашите предци.

ВИДОВЕ ПРИКАЗКИ, ИЗПОЛЗВАНИ ПРИ ТЕРАПИЯТА

Специалистите, според Т. Зинкевич-Евстигнеева, използват за целта на своята психотерапевтична практика пет вида приказки (виж подробно 6 и 7):

- *Художествените приказки* – към тях се причисляват тези приказки, които са създадени от многовековната мъдрост на отделните народи. Тук принадлежат всички тези образци на жанра, които са достигнали до нас под формата на приказки, притчи, митове, истории и др. под. В художествените приказки има и дидактически, и психокорекционни, и психотерапевтични



(По Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева, 6, с. 349)

аспекти. Въпреки, че не са били създадени специално за процесите на психоконсултациите, те им служат много успешно.

От своя страна художествените приказки се подразделят на:

- народни приказки, и
- авторски приказки, сред които най-забележителни образци се числят произведенията на братя Грим, Шарл Перо, Ханс Кристиан Андерсен, а в България – на Ангел Каралийчев, Николай Райнов и др. (7, с. 21–23).

- *Дидактически приказки* – те се създават специално от педагозите (а и от редица други специалисти) с цел използването им при обучението на децата в учебно-възпитателната дейност, в различните моменти на образователния процес (7, с. 72).

- *Психокорекционни приказки* – те се създават специално с цел на въздействие върху децата, за влиянието по един подчертано деликатен начин на тяхното поведение.

Под “корекция” тук се подразбира напр. положителното повлияване върху неефективния стил на поведение, замаяната му с по-продуктивен, както и обясняването на детето на смисъла на произходящото. Психокорекционните приказки са подходящи при определен контингент деца и подрастващи – такива на възраст около 10–13 години, които са сред категорията на т.нар. “проблемни”, напр. с неадекватно, с неефективно поведение и пр. Сред подобен род приказки най-често срещаните са за: страха от миене, или от тъмното, за досадните детски въпроси, за детските капризи, за самохваляванията и т.н. (7, с. 87).

- *Психотерапевтичните приказки* – това са приказки, разкриващи дълбокия (или дълбинния), вътрешния смисъл на събитията. Това са истории, които помагат да се прозрے, да се осмисли т.нар. друга страна – от гледна точка на духовното начало. Често такъв род приказки са нееднозначни, при тях липсва и традиционния добър край, “хепи-енд”. По принцип те оставят у хората въпроси за размисъл, стимулират т.нар. личен ръст на отделния индивид. Много типични за този вид са приказките на Константин Паустовски. Подходящи са за приложение при наркотично зависими лица, при жени с проблеми (напр. в брака), при родители, чиито деца имат проблеми в развитието и т.н. (7, с. 134).

- *Медитативните приказки* – основният принцип при тях е на медитацията (медитирането), на прийоми, които са взаимствани от Изтока. Медитативните приказки се създават по принцип за натрупването

на положителен образен тип, за снемането на психоемоционалното напрежение, за моделирането на позитивни, на по-добри взаимоотношения, за развитието на личностния потенциал (7, с. 216).

КАТО ОБОБЩЕНИЕ И ЗАКЛЮЧЕНИЕ трябва да се подчертае, че прилагането на терапията с приказки като вид техника и на съответните приказки за целта трябва да *отговаря много точно и конкретно на ситуацията*, на потребността и на целта, които си е поставил терапевтът. При този вид арт-терапевтична работа **НЯКОЛКО СА ОСНОВНИТЕ МОМЕНТИ:**

- съзерцание и разкриването на външния и вътрешния свят на индивида;
- осмислянето на преживяното;
- моделиране на бъдещето;
- процес на подбиране за всеки клиент на негова особена и собствена за него приказка.

Терапията с приказки има успешно приложение и като самостоятелна форма на арт-терапевтична работа, а и в съчетание, или като елемент на различни други техники и практики – при имиджтерапията, при терапията с кукли, при рисуване, анализ, разказване, при психодинамичната медитация и др.

Хуманен и имащ комплексен характер и подход, актуален и перспективен, ефективността на метода на комплексната терапия с приказки се детерминира от това, че той, както пише Т. Зинкевич-Евстигнеева, “използва приказната форма и ореола на вълшебството за интеграцията на личността, за развитието на нейните творчески способности, за развитие на адаптивните навици, за усъвършенстването на способите за взаимодействие с обкръжаващия свят, а също така – и за обучение, диагностика и корекция” (6, с. 12).

ЛИТЕРАТУРА

1. *Бояджиев, Н.* Приказкотерапия. Вестник за здравето, 7–20 юли 2004 г., бр. 6, с. 10.
2. *Гнездилов, А. В.* Путь на Голгофу. Санкт-Петербург, 1995.

3. *Гнездилов, А. В.* Сказочные сюжеты: тайный смысл и философское значение, в *Путь к волшебству*. Санкт-Петербург, Златоуст, 1998, с. 342–346.
4. *Гнездилов, А. В.* Дым старинного камина. Санкт-Петербург, 1998.
5. *Гнездилов, А. В.* Петербургские сновидения. Санкт-Петербург, 1996.
6. *Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д.* Путь к волшебству. Теория и практика сказкотерапии. Санкт-Петербург, Златоуст, 1998.
7. *Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д.* Практикум по сказкотерапии. Санкт-Петербург, Речь, 2000.
8. *Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д.* Сказки звездной страны Зодиакалии. Санкт-Петербург, 1997.
9. *Неелов, Е. М.* Naturфилософия русской волшебной сказки. Петрозаводск, 1989.
10. *Попов, Т.* Терапия и профилактика чрез искусство. С., Образование, 2004.
11. *Попов, Т.* Арт-терапията като интердисциплинарен феномен на нашето съвремие. – Сб. *Интердисциплинарната идея в действие (XIV сесия на ИНГА)*, ТемТо, С., 2004, с. 169–172.
12. *Попов, Т.* Арт-терапията като интердисциплинарна област. – *Контакти*, № 11 (42), 2004, с. 3–8.
13. *Протт, В. Я.* Исторические корни волшебной сказки. Ленинград, ЛГУ, 1986.
14. *Протт, В. Я.* Морфология сказки. М., 1969.
15. *Соколов, Дм.* Сказки и сказкотерапия. М., 1996.
16. *Франц, М.-Л. фон.* Психология сказки. Санкт-Петербург, 1998.
17. *Юнг, К.-Г.* Феноменология духа в сказке. М., 1996.

THERAPY WITH FAIRY-TAILS – EFFECTIVE AND PERSPECTIVE ART-THERAPY PRACTICE

TEODOR POPOV

Summary

The focus of the article is the art-therapy with fairy-tails, which is discussed as a real contemporary phenomena. The main aspects of the article are the history of the therapy with fairy-tails, the roots of the therapy with fairy-tails, the science concept specification, the phases of therapy with fairy-tails and the main type of the fairy tails.

According the author there are same main points in this kind of art therapy:

- contemplation and revealing of the external and internal world of the person;
- rationalization of the experience;
- future modeling;
- the process of selection for every client a specific and proper fairy-tail.