

**Областное государственное казенное учреждение социального обслуживания
«Социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних
«Алые паруса» в г. Ульяновске»**

**Комплекс мер Ульяновской области по развитию региональной
системы обеспечения безопасного детства
«Детство без опасности»**

**Методические рекомендации
по использованию куклотерапии «Театр у нас в гостях»**

Возраст воспитанников: 3 - 10 лет

Составитель:
Педагог - психолог
Мангушев
Ильдар Ревгатович

Ульяновск – 2020

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Куклотерапия – это частный раздел арт-терапии (терапии искусством), основным приемом которого является использование идентификации и обособления как основных механизмов развития личности.

Куклотерапия используется в работе с детьми, и основана на идентификации с образом любимого героя (сказки, мультфильма, игрушки). Технология проведения куклотерапии заключается в том, что с дорогим для ребенка персонажем разыгрывается история, связанная с травмирующей его ситуацией.

Любая психологическая методика направлена на достижение определённых целей: коррекции поведения, снятия зажимов, стрессов, определения социальной роли, помощи в самосовершенствовании и т.д. Несомненный плюс куклотерапии в том, что этот способ довольно-таки вариативен, поэтому может стать ключом к решению целого комплекса проблем детского воспитания и поведения.

Куклотерапия решает следующие задачи: значительно расширяет спектр личностных ролей; дает возможность проработать тему собственной внешности и образа «Я»; способствует повышению самооценки, уверенности в себе. Куклотерапия помогает человеку актуализировать ресурсы; позволяет наделять куклу состояниями и возможностями, которых у него нет, но он хотел бы их иметь и развивать. Также, взаимодействуя с куклой, создавая её, трансформируя, человек способен расстаться с некоторыми ограничивающими убеждениями, прошлыми своими образами, травмирующими состояниями.

Играя с куклами, ребенок может более точно, чем словами, рассказать о том, что происходит в его жизни, что он чувствует, как относится к окружающим, при этом за все сказанное ответственность несет кукла, а не он сам.

Для первого знакомства В. С. Мухина рекомендует традиционную «прекрасную» куклу (с большими глазами, длинными ресницами, густыми блестящими волосами). Х. Дж. Джинотт рекомендует для диагностики семейных отношений использование гибких резиновых кукол, поскольку статичное кукольное семейство фрустрирует малыша. Для диагностики глубинных проблем у старших детей и подростков рекомендуется изготавливать куклу (главное, чтобы это не занимало много времени).

Куклотерапия – это метод психологической коррекции различных состояний при помощи кукол.

Куклотерапия может использоваться в разных *направлениях психотерапии*:

- психодраме,
- игротерапии,
- сказкотерапии.

Функции куклотерапии:

1. Коммуникативная – формирование эмоционального контакта детей в коллективе;
2. Релаксационная – снятие эмоционального напряжения;
3. Воспитательная – психокоррекция проявлений личности в игровых моделях жизненных ситуаций;
4. Развивающая – развитие психических процессов (памяти, внимания, восприятия и т. д.), моторики;
5. Обучающая – обогащение информацией об окружающем мире.

Куклотерапия широко используется для улучшения социальной адаптации, при коррекционной работе со страхами, заиканием, нарушениями поведения, а также для работы с людьми, имеющими эмоциональную травму. Очень часто этот метод применяют в работе с детьми и подростками, т.к. он помогает корректировать протестное, оппозиционное, демонстративное, дезадаптивное поведение. Возможны индивидуальная и групповая формы куклотерапии.

Занятия с куклами дают возможность самого естественного и безболезненного вмешательства в психику человека с целью ее коррекции или психопрофилактики. Данный метод призван помочь в устранении болезненных переживаний, укреплять психическое здоровье, улучшать социальную адаптацию, развивать самосознание, разрешать конфликты в условиях коллективной творческой деятельности. Это хорошо работает, если нужно «допрожить» проблему и оставить что-то в прошлом, или, наоборот, составить какой-то план на будущее. Дополнительным бонусом куклотерапии является то, что она не требует никакого дорогого или труднодоступного оборудования. Для нее подойдут любые обрезки тканей, нитки, ленты, веревки, картонки, пуговицы, краски, карандаши, т.е. любой материал для создания кукол.

При работе с куклой ребенок с помощью психолога может решить следующие *проблемы*:

- Во-первых, куклотерапия помогает установить эмоциональный контакт с ребёнком или между детьми (в случае, если методика применяется в группе). Кроме того, очень часто с помощью неё психолог или педагог может сплотить детский коллектив или помочь в его естественном формировании.
- Во-вторых, доверительный разговор с куклой, игра или совместное изготовление игрушки, которая затем «оживёт» — это рука помощи в снятии эмоционального напряжения.
- В-третьих, такая методика способствует развитию внимания, художественного восприятия, долгосрочной и краткосрочной памяти.
- В-четвёртых, куклотерапия бесконечно разнообразна, а значит — этот метод может включать в себя и образовательную функцию. Вы или специалист сможете обогатить малыша информацией об окружающем мире.
- В-пятых, психологические игры помогают в социальной адаптации. Это важно в садике, школе или других учреждениях, где малыш проводит время в коллективе.

«Куклотерапия применяется к детям практически любого уровня развития, так как психологом обязательно устанавливается атмосфера теплоты и принятия, направленная на соответствие потребностей. Психолог относится с чувством уважения к способностям крохи, принимает его таким, какой он есть, устанавливает ограничения только необходимые для закрепления эффекта терапии в реальной жизни и для того, чтобы ребёнок осознавал меру своей ответственности в отношениях.

Единственное, что не рекомендуют российские и зарубежные специалисты, это применение метода с очень агрессивными детьми, так как таким детям требуется жёстко регламентированная система поведения и ограничения, что является несвойственным для данной арт-терапии.

Способ применения

Если говорить о методике в общих чертах, то вместе с ребёнком психолог разыгрывает с помощью куклы (кукол) историю в лицах, которая помогает разобраться в причинах стресса, отклонений поведения и других реалиях повседневности (об этом мы говорили в предыдущем параграфе).

Так как это в первую очередь арт-методика, способ проведения сеансов может меняться в зависимости от особенностей характера определённого малыша.

Например, это может быть кукольный театр, когда ребёнок смотрит на ситуацию со стороны и самостоятельно или с помощью специалиста делает правильные выводы, которые влияют на дальнейшее поведение в обычной жизни. Или доверительный разговор на определённую тему с помощью одной или нескольких кукол. Порой малышу легче открыть самое сокровенное не взрослым дядям и тетям (даже если это мама с папой), а мягкому зверю или сказочному персонажу. В процессе разговора чадо рассказывает о самом главном, это позволяет выяснить истинные причины стресса, зажимов и других психологических проблем, которые могут возникнуть в любом возрасте.

Следует упомянуть и о том, что в этом методе арт-терапии могут быть использованы самые разнообразные куклы: отдельно взятые персонажи мультяшного мира, любимая игрушка малыша, театральные (марионетки, куклы-варежки, ростовые и пальчиковые) и другие. Опытный специалист легко определит, что именно использовать в процессе куклотерапии, ведь, как вы понимаете, для каждого пациента это индивидуально.

Например, пальчиковые (можно рисовать на пальцах, сделать их из колпачков, бумаги или шариков) можно изготовить вместе с ребёнком и использовать для быстрой диагностики эмоционального состояния. Другой вариант — картонные плоские куклы. Лица бумажных персонажей можно менять в зависимости от эмоционального состояния, такая «театральность» в качестве методики помогает детям с проблемами формирования личности.

Этапы

Безусловно, куклотерапия может быть использована в качестве прикладного метода психологической поддержки, для выявления проблемы, над которой предстоит работать. Однако если говорить о куклотерапии как о комплексном явлении в коррекции поведения и решении задач детской психологии, то стоит выделить несколько этапов.

Первый этап — это изготовление игрушки. Если в ходе терапии специалист использует куклы, которые он может изготовить с ребёнком (пальчиковые, из бумаги, рисунки на ладонях и прочие), то в процессе совместного творчества можно установить контакт с крохой. Малыш начинает доверять психологу, поэтому на дальнейших сеансах ему будет проще раскрыться перед незнакомым человеком. Это особенно важно при работе с детьми младшего дошкольного возраста.



Второй этап — «оживление» игрушки. В этот момент можно расспросить ребёнка о его кукле: какая она, как зовут, почему она так выглядит, что она любит, с кем дружит. Ответы на вопросы помогут понять личность маленького собеседника, раскрыть его сущность и найти места, которые влияют на поведение.

Третий этап — непосредственная терапия в тех формах, о которых мы говорили выше. Несмотря на то, что развитие и активное применения арт-терапевтических методик наблюдается в последние десятилетия, нужно отметить, что данная техника в определённой степени сходна со старинными народными играми и забавами, имевшими очень большой воспитательный потенциал.

В куклотерапии используются такие варианты кукол, как куклы марионетки.

Работа с куклой-марионеткой позволяет совершенствовать тонкую моторику руки и общую координацию движений; проявлять через куклу те эмоции, чувства, состояния, которые ребенок по каким-то причинам не может или не позволяет себе проявлять.



Пальчиковые куклы.

Наиболее простым вариантом пальчиковых кукол являются шарики от пинг-понга или пустые скорлупки от яиц, на которых нарисованы различные выражения лиц, различные персонажи. Пальчиковые куклы могут также изготавливаться из плотного

картона в виде небольших цилиндров, размер которых подбирается по размеру пальцев ребенка.



Теневые куклы.

Такие куклы используются преимущественно для работы над детскими страхами. Играя с такой куклой в теневом театре, ребенок получает опыт решения своей проблемы.

Обычно страх невидим. Реализуя страх в виде куклы, ребенок овладевает ситуацией, и материализованный в кукле страх лишается своей эмоциональной напряженности, своей пугающей составляющей. Ребенок может делать со своей «куклой-страхом» все, что захочет, вплоть до полного уничтожения.

В этом и состоит коррекционный смысл теневого театра и теневых кукол.



Веревочные куклы.

Веревочные куклы являются многофункциональными. Они эффективны для проработки у детей проблем идентификации, общения, повышенной тревожности. Она проста в изготовлении: из веревки собирается контур куклы, за петельку голова куклы пристегивается на рубашку ребенка, а палец ребенка продевается в петли, находящиеся на ладошках куклы. Таким образом, ребенок имитирует движение куклы вместе с собственными движениями.



Плоскостные куклы.

Плоскостная кукла представляет собой модель куклы, вырезанной из плотного картона или тонкой фанеры. Как правило, руки куклы крепятся на шарнирах или на кнопках и являются свободно двигающимися. Такого рода куклы используются для работы с детьми, у которых имеются проблемы в общении, поведении, с нарушением образа «Я».



Перчаточные куклы.

Перчаточные куклы традиционно используются для детских кукольных театров, различных инсценировок, изображений сказок.



Объемные куклы.

Объемные куклы традиционно используются для проигрывания ролевых игр. Это обычные игрушки размером в рост человека.

Оживляя куклу, ребенок видит, что каждое его движение немедленно отражается на ее поведении. Таким образом, он получает оперативную недирективную обратную связь на свои действия. Это помогает ему самостоятельно корректировать свои движения и делать поведение куклы максимально выразительным.

Большую роль в куклотерапии могут играть родители и воспитатели. Они могут оказывать посильную помощь ребенку в изготовлении куклы, через куклу могут помочь оценить его действия, найти способ решения в затруднительной ситуации. Созданный дома кукольный театр может стать экологичным средством для развития социальной уверенности.

Популярные вопросы родителей и педагогов

Всем ли детям подходит этот метод?

«Куклотерапия подходит практически всем детям, независимо от их уровня развития и эмоционального состояния. Особые условия подбираются для детей с выраженными эмоционально-волевыми нарушениями, такими как: агрессия в различных видах ее проявления».

Можно ли самостоятельно проводить сеансы куклотерапии?

«Методика даёт возможность проведение занятий родителями в домашних условиях, после предварительной консультации психолога и включённости родителя в терапевтический процесс. Важно понимание основных принципов куклотерапии».

С какого возраста можно проводить такие занятия?

«Специалисты в указной области рекомендуют использовать, в частности, куклотерапию как метод арт-терапии не ранее трёхлетнего возраста».

Список литературы

1. Гребенщикова Л. Г. Основы куклотерапии. Галерея кукол. С-Пб.: Речь, 2007.
2. Медведева И.Я., Шишова Т.Л. Дети, куклы и мы. Руководство по куклотерапии. Изд-во Зерна-Книга, 2014.
3. Медведева И.Я., Шишова Т.Л. Разноцветные белые вороны. Серия: Школа для родителей. Издательство: Семья и школа, 1996.
4. Медведева И.Я., Шишова Т.Л. Лекарство - кукольный театр. Изд-во Никея, 2009.
5. Медведева И.Я., Шишова Т.Л. Улыбка судьбы. Роли и характеры. Изд-во Линка-Пресс, 2002.
6. Назаревич В.В. Кукла в работе психолога. Практическое пособие для психологов. Киев, 2014.
7. Тарарина Е. Шкатулка мастера. Практикум по арт-терапии. – М.: ООО «Вариант» при участии ИП Шиманского А. Г., 2017. – 208 с.

8. Тарарина Е. Практикум по арт-терапии: шкатулка мастера: науч.-метод.пособ./Елена Тарарина. – 4-е изд., дополн. – К.:АСТАМИР-В, 2017. – 224 с. – ил
9. Татаринцева А.Ю. Куклотерапия в работе психолога, педагога и логопеда. С-Пб.: Речь, 2007
10. Татаринцева А.Ю., Григорчук М.Ю. Детские страхи: куклотерапия в помощь детям. С-Пб.: Речь, 2007.
11. МРЗ – Кукольный театр как лекарство для психики. Лекция детского психолога и педагога И.Я. Медведевой.
12. Научно-методическое пособие: Арт-кухня: волшебные рецепты. – Северодонецк: Элтон -2, - 140 стр.
13. <https://vk.com/club35122774>
14. https://vk.com/art_sunduk_poleznostey
15. <https://vk.com/o.garkavets>

Практикум по работе с куклой

В чем же помогает куклотерапия и какие виды кукол при этом используются?

1. Психодиагностика. Играя с куклами, ребенок может более точно, чем словами, рассказать о том, что происходит в его жизни, что он чувствует, как относится к окружающим, при этом за все сказанное ответственность несет кукла, а не он сам. «Игра ребенка является его языком, а игрушки – словами».

2. Умение управлять эмоциями. Здесь возможно применение любых театральных кукол.

3. Самовыражение. Решение этой задачи возможно с любым видом кукол.

4. Приобретение важных социальных навыков. Игра с куклами становится своеобразной школой социальных отношений, поскольку такие куклы несут в себе нравственный облик. Решение этой задачи возможно с любым видом кукол.

5. Развитие коммуникативных навыков. Используются марионетки, пальчиковые, мимирующие, петрушечные куклы.

6. Развитие самосознания.

7. Развитие грубой и мелкой моторики. Используются пальчиковые куклы и куклы-марионетки.

8. Разрешение внутренних конфликтов. Используется тряпичная кукла.

9. Развитие речи. С куклой ребенок быстрее и легче овладевает навыками общения – с игрушкой легче разговаривать. Куклами сейчас лечат заикание.

10. Коррекция отношений в семье. Для укрепления внутрисемейных отношений рекомендуется использовать театр марионеток.

11. Становление психосексуальной идентичности мальчиков и девочек.

12. Профилактика и коррекция страхов. Чаще используются куклы теневого театра, но неплохие результаты дает работа и с пальчиковыми куклами.

13. Поиск внутренних механизмов сопротивления болезни. Люди издавна верили, что кукла обладает таинственной мистической силой и сверхъестественными способностями. Они использовали кукол в обрядах

изгнания болезней. Например, в Японии есть известный обряд, во время которого на куклу «сбрасывают» недуги ее больного владельца. После этого куклу сажают в бумажный кораблик и пускают в плавание. Со временем кораблик размокает, и кукла вместе со всеми болезнями человека тонет.

Один из главных принципов куклотерапии - не лечение отдельного симптома или набора симптомов, а попытка проникнуть глубже, заглянуть в душу ребёнка, понять, чем же вызваны эти симптомы, где «поломка», что данному конкретному ребёнку мешает жить? Эту «поломку» называют патологической доминантой.

Работа с куклами начинается уже на этапе диагностики. Перед ребёнком раскладывают куклы: Медведь, зайчик, волк, мальчик, мужчина, женщина, девочка, малыш, баба-яга, клоун, непонятная фигура с глазами.

Ребёнку предлагается выбрать понравившуюся куклу, взять её и зайти с ней за ширму.

Уже сам выбор игрушки может о многом рассказать. Если ребёнок выбирает зайчика, можно заподозрить у него страхи, особенно если он про них не говорит. Если выбирает волка - можно предположить проявление агрессивности, непонятную фигуру с глазами часто выбирают расторможенные психопаты. Когда выбор сделан, с куклой на ширме разворачивается диалог.

Можно порекомендовать приблизительный перечень вопросов:

1. Ты кто?
2. Где ты живёшь?
3. С кем ты живёшь?
4. Где твои родители?
5. Большой ты или маленький?
6. Чем любишь заниматься?

Если выбрано животное:

1. У вас в лесу есть кто-нибудь страшный?
2. Чем ты питаешься?
3. За тобой гоняются?
4. Тебя кто-нибудь защищает?
5. Есть ли у вас в лесу школа?

6. А если можно было бы не ходить, ты ходил бы в школу?
7. Есть ли у тебя друзья?
8. Во что вы играете?
9. Кто обычно выигрывает?
10. А если проигрываешь – расстраиваешься?
11. Что бы ты попросил у волшебника?

Этапы куклотерапии (при работе по программе):

1. Установление контакта (беседа) – 1 занятие.
2. Изготовление куклы (пошив) – 2 занятие.
 - Можно предложить выбрать готовую куклу для занятия (волка (агрессия), зайца (незащищённость, трусость), лису (хитрость), бабу-ягу (помощник, волшебник), девочку, мальчика и др.). Но лучше когда ребёнок сам участвует в создании, т.к. в процессе создания куклы уже происходит терапевтический процесс.
3. Церемония «оживления» куклы – 3 занятие. Знакомство со своей куклой (кукольная аэробика – куклы сели, куклы встали, куклы – поклонились).
4. Все последующие занятия. Коррекция.

Для начала задаются вопросы: Как зовут твою куклу? Сколько ей лет? С кем она живет? Как она проводит время? Чем любит заниматься? Есть ли у нее друзья?

Далее можно провести сказкотерапию с помощью кукол. Постановку мини-спектакля, рассказывание сказки с помощью куклы, выполнение сложных сюжетных заданий. Ведущего с помощью куклы. Кукольный театр.
5. В завершении курса занятий для подведения итогов целесообразно задать следующие вопросы:
 - Что тебе запомнилось из наших встреч больше всего?
 - Что было сложным или, наоборот, легким при изготовлении куклы?
 - Понравились ли наши занятия?

Этапы сочинения «кукольных историй»

1. Обдумайте проблему, попытайтесь понять чувства и переживания ребенка, посмотреть на ситуацию с детской точки зрения.
 2. Сформулируйте основную идею рассказа. Определите, какие мысли и решения хотите сообщить ребенку.
 3. Начните рассказ с представления героя, который живет в доме, похожем на ваш, имеет сходные с ребенком проблемы.
 4. Расскажите о положительных чертах, которыми герой рассказа похож на ребенка.
 5. В начале истории опишите конфликт, а затем расскажите, как его удалось успешно разрешить.
 6. Наблюдайте за реакцией ребенка. Он может потерять интерес, остаться безучастным или, наоборот, «подправлять» рассказ, задавать вопросы, подсказывать, комментировать.
 7. Стремитесь к простоте выражений. Содержание рассказа должно быть понятным, а длительность определяться устойчивостью внимания и интересом ребенка.
 8. В конце истории обязательно подчеркните, что герой проявил настойчивость и нашел выход из затруднительного положения, а все его знакомые и родственники очень гордились тем, как он преодолевал временные неудачи и терпеливо шел к победе.
- Сочинение историй некоторые специалисты рассматривают как самостоятельное психотерапевтическое направление в работе с детьми. Может быть использован метод «общего сочинения истории» ребенка и взрослым с целью совместного поиска адекватных способов разрешения конфликтов, связанных с нарушением поведения. Сначала историю рассказывает ребенок, затем ее продолжает взрослый. Его задача – включить в повествование «более здоровые» способы выхода из конфликтных ситуаций, чем те, что были предложены ребенком. Данный метод помогает детям понять хорошие и плохие стороны своего «я», осознать свой гнев и, не опасаясь наказания, выразить его. Обычно истории начинаются со слов: «Однажды...», «Давным-давно...», «Когда-то», «Далеко-далеко...». Это отделяет ребенка от содержания высказывания во времени и в пространстве и позволяет говорить о том, что вызывает у него тревогу. Заглавие рассказа, придуманное ребенком, помогает взрослому прояснить наиболее важные аспекты детской проблемы.
- Метод «общего сочинения историй» можно использовать и для групповых занятий с детьми. Первый участник предлагает начало рассказа, второй продолжает, третий излагает кульминацию, четвертый придумывает развязку. После того как рассказ составлен, дети обсуждают его, а взрослые предлагают им альтернативные, адекватные в социальном плане способы разрешения конфликта.
- Таким образом, наилучший результат в домашней куклотерапии достигается, если в структуру занятия включены следующие виды работ: изготовление кукол; сочинение рассказов «от лица» этих кукол; кукольные спектакли; терапевтические истории,

придуманные куклой-мамой (папой, бабушкой или другим значимым взрослым), а также совместные «семейные» истории.

Ребенок, «оживляя» куклу, впервые в жизни ощущает взрослую ответственность за действия куклы, за ее «жизнь», слова, поведение; учится находить адекватное вербальное и телесное выражение различным эмоциям, чувствам, состояниям, развивать произвольное внимание и способность к концентрации. Для взрослого это замечательная возможность корректного, косвенного (опосредованного куклой) воспитательного воздействия, которое не воспринимается как поучение и не вызывает сопротивления у детей.

Игра с куклой – это мир реальности, в котором живет ребенок. Куклотерапия позволяет объединить интересы ребенка и коррекционные задачи психолога, логопеда, дает возможность самого естественного и безболезненного вмешательства взрослого в психику ребенка с целью ее коррекции или психопрофилактики.

