

Кукольная терапия



- Впервые куклотерапия в отечественной литературе упоминается в статьях и книге И. Я. Медведевой и Т. И. Шишовой, и возникновение этого вида терапии они связывают с психодрамой.
-

Однако, по словам авторов, их методика напоминает психодраму «только по формальным признакам: мы тоже пользуемся театральными средствами». Главное же отличие — «психодрама основана на психоанализе, мы же в своей работе, безусловно учитывая «нижние этажи» личности, никогда не обсуждаем это с детьми и стараемся не очень муссировать подобную тематику в беседах с родителями».

- Конечно же, играя, ребенок использует игрушки, в том числе и куклы. С их помощью дети проигрывают различные ситуации из семейной жизни, могут выразить свои, часто негативные, чувства.



Кукол используют в игровой терапии и арт-терапии. В сказкотерапии важен сам процесс изготовления куклы: очень часто человек персонализирует, воплощает в кукле сокровенную часть себя.



Четкого определения этого вида терапии пока нет. Разные авторы относят куклотерапию либо к арт-, либо к игротерапии. Возможно, это связано с типом кукол: если используются уже готовые куклы, говорят об игротерапии, если же куклы изготавливаются самими участниками терапевтических сессий, то логично говорить об арт-терапии.



- Популярным средством психотерапии является игра в кукольный театр. «Она предоставляет детям безопасные каналы для коммуникации», — пишет Х. Дж. Джинотт. Поэтому куклотерапию понимают порой как «лечение театром», «коррекцию поведения через кукольный театр».



- Материалы психологов, относящих куклотерапию к игротерапии, отмечают еще одну особенность: как правило, используются куклы, изготовленные не клиентом (взрослым, ребенком). Таким образом, акцент сделан именно на игре, на манипуляции с куклой.



- Куклотерапия — это раздел частной психотерапии (терапии творческим самовыражением), использующий в качестве основного приема психокоррекционного воздействия куклу как промежуточный объект взаимодействия ребенка и взрослого (родителя, педагога, врача)



- К. Краплек, давая свою классификацию коррекционных направлений в арт-терапии, относит куклотерапию к имаготерапии. «Имаготерапия (от лат. *imago* — образ) занимает особое место среди видов арт-терапии. Ее основой является театрализация психотерапевтического процесса.»



-
- Имаготерапия опирается на теоретические положения об образе, а также о единстве личности и образа. Имаготерапия имеет различные подвиды: куклотерапию, образно-ролевую драмтерапию, психодраму. 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».

- Любое произведение искусства— это метафора жизни его автора. Изменения, которые клиент вносит в образ «Я», получают некое воплощение и в его личности.
-



Экспрессивная проективная арт-терапия (Л. Лебедева, г. Ульяновск).

- Основная идея — изготовление и манипулирование бумажными пальчиковыми куклами. Самодельная кукла, надетая на палец, помогает ребенку рассказать какую-либо историю и как бы не от первого лица сообщить о своих проблемах и переживаниях. На каждом занятии изготавливаются новые бумажные куклы, одна или несколько, по желанию ребенка.

«Марионетка играет меня» (Г. Тимошенко, Институт психотерапии, Москва).

- Клиенту предлагается сделать из пластилина, ниток, проволоки и других материалов куклу-марионетку — себя. В процессе идентификации создается образ, физически соотносимый с телом. Кукла выглядит так, как хочет автор, и двигается так, как ему нужно. Невозможно что-либо изменить в марионетке, не изменив себя.

-
- Марионетка выступает здесь как метафора. Послания, которые получает человек в ходе работы: «Я создаю себя», «Я себя меняю», «Я собой владею», «Я собой управляю». Основная цель психолога — создание клиентом максимально реалистической марионетки, обладающей максимально достижимым количеством степеней свободы и становящейся по окончании работы минимально ценной для своего создателя.

Архетипическая марионетка (Т. Колошина, Институт психотерапии, Москва).

Клиенту предлагается сделать куклу, которая больше всего похожа на некое определенное им состояние, или могла бы сыграть его в марионеточном театре, или помогла бы ему объяснить другим людям, что с ним происходит. Архетипический вариант работы с марионеткой состоит из двух этапов:

- 1) изготовление куклы;
- 2) последующая терапевтическая работа с ней.

-
- Иногда достаточно создать куклу - и последующая работа с ней оказывается излишней. Желательно, чтобы кукла была сделана за один сеанс: в следующий раз клиент, вполне возможно, сам того не подозревая, продолжит делать другую марионетку. Архетипическая марионетка является символом, отвечающим на вопрос: «Что я есть?» Работая с ней, человек оказывается на таком уровне, где принятие себя, своей самооценности и самодостаточности становится неизбежным, что можно считать первым психологическим механизмом эффективности подобной работы.

Является ли куклотерапия терапевтической системой?

По мнению Х. Дж. Джинотт, «каждая терапевтическая система должна объяснить и оправдать свою эффективность в терминах ее влияния на хорошо выделяемые переменные терапии».

Для оценки эффективности предлагается ответить на пять вопросов:

1. Облегчает ли этот метод (в нашем случае куклотерапия) установление терапевтических отношений?
2. Облегчает или затрудняет применяемый метод катарсис?
3. Помогает или препятствует метод достижению инсайта?
4. Дает ли он возможность изучения реальности или препятствует ему?
5. Открывает он или блокирует каналы сублимации?

Воспользуемся предложенными критериями и попробуем оценить куклотерапию.

- 1. Детям, имеющим проблемы, часто трудно пойти на контакт с незнакомым человеком. И здесь помогает кукла. Именно она привлечет к себе внимание ребенка (согласитесь, красивую или необычную куклу всегда хочется потрогать), первой «заговорит» с ним. Он тоже может взять в руки куклу и говорить от ее имени. Это используют психологи, проводящие тренинги. Фигурки-«помощники» облегчают знакомство участников тренинга.

- 2. «Катарсис — это специальный прием терапевтического воздействия, заключающийся в разрядке, отреагировании аффекта, ранее вытесненного в подсознание и являющегося причиной невротического конфликта». Средствами для достижения катарсиса являются проигрывание и проговаривание своих проблем. Куклы и специально организованная среда для манипулирования ими являются хорошим средством для выражения своих проблем и поиска их решения.

- 3. «Инсайт — внезапное и невыводимое из прошлого опыта понимание существенных отношений и структуры ситуации в целом, посредством которого достигается осмысленное решение проблемы». Изготовление куклы, манипулирование ею приводит к осознанию проблемы, размышлению над ней и поиску решения. Приведем пример с Евгением Ч., который часто чувствовал себя удрученным, плакал; в процессе шитья куклы настроение мальчика менялось, а когда куклы «знакомились», Женя, видимо забыв, что его кукла — царевна Несмеяна, сказал смеясь: «Я впервые засмеялся, у меня хорошее настроение!»

-
- 4. Куклы, по мнению многих психологов, позволяют чувствовать себя защищенным при решении проблем и освоении новых способов поведения и коммуникации. Попробовав новый стиль межличностных отношений, манипулируя куклой и убедившись в его эффективности, легко перенести этот стиль в реальную жизнь.

Определим круг проблем и виды кукол, используемых для их решения

Психодиагностика: конкретизация проблемы.

- 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».

-
- 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). Иногда используют способ изготовления кукол из фольги, предложенный С. Г. Рыбаковой, арт-терапевтом. Фигурка создается из листа фольги размером 30 x 30 см. Сначала делается голова, затем, из нижней части листа, ноги, после формируются руки и фигура человека полностью.

2. Достижение эмоциональной устойчивости и саморегуляции.

- Здесь возможно применение любых театральных кукол.

3. ~~Приобретение важных социальных навыков, опыта социального~~
взаимодействия.

Игра с куклами — героями сказок становится своеобразной школой социальных отношений, поскольку такие куклы несут в себе эталонность нравственного облика. В принципе, решение этой задачи возможно с любым видом кукол.

- 4. Развитие коммуникативных навыков.
 - Используются марионетки, пальчиковые, мимирующие, петрушечные куклы.
-
- 5. Развитие самосознания.
 - 6. Развитие грубой и мелкой моторики.
 - Многие авторы (Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева, Т. М. Грабенко, С. К. Кожохина) отмечают полезность использования для решения этой задачи кукол-марионеток.

- 7. Разрешение внутренних конфликтов.
- Можно применять «терра-поппетс», терапевтическую— тряпичную куклу (высотой 1—1,4 м), сшитую из плотной ткани и набитую поролоном. Особенность ее в том, что она не обозначена ни полом, ни возрастом. Кукла обладает гибкостью и пластичностью, что, по мнению С. Г. Рыбаковой, облегчает анализ интимных и личных вопросов.

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

- 9. Развитие речи.
- Логопед В. П. Добридень и педагог А. Н. Белоногова (Москва) обратили внимание, что игры с ручными куклами не только отвлекают ребенка от речевых трудностей, но и оказывают благоприятное воздействие на развитие речи. Куклами лечат заикание, развивают моторику кисти.

10. Поиск внутренних механизмов сопротивления болезни.

О применении кукол в этом направлении говорит

А. В. Гнездилов, создатель первого в России хосписа.

11. Коррекция отношений в семье.

С. К. Кожохина, Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева и Т. М. Грабенко предлагают для укрепления внутрисемейных отношений использование театра марионеток.

12. Становление психосексуальной идентичности мальчиков и девочек.