

Сказочная метафора как средство взаимопонимания

И. В. ВАЧКОВ

доктор психологических наук, профессор кафедры дифференциальной психологии Московского городского психолого-педагогического университета

В статье предпринята попытка осмыслить определяющие социально-психологические особенности сказкотерапии, найти предпосылки ее возникновения и оценить ее место и роль в деятельности психолога. Принципиальная авторская позиция заключается в том, что сказкотерапия понимается как психологический метод, а ее основной целью является помощь в становлении субъектности человека, обеспечивающей его эффективное взаимодействие с социальным миром. Такой взгляд лег в основу интегративной сказкотерапии — подхода, разрабатываемого автором.

Ключевые слова: сказка, метафора, сказкотерапия, семантическое пространство, субъектность.

Среди всех определений сказки есть одно, которое, может быть, и не является исчерпывающе-точным, но уж точно одним из самых красивых. Речь идет о словах знаменитого русского философа Ивана Ильина о том, что сказка — это сон, приснившийся нации.

В этой фразе отражена главная черта сказки — ее принадлежность к коллективному бессознательному. «Сноподобная» природа сказки обуславливает ее загадочность и привлекательность для всех людей. Однако больше всего именно психологи и психотерапевты профессионально ориентированы на еще не до конца изученные ресурсы сказки, позволяющие существенным образом менять внутреннее состояние человека и его отношения с другими людьми.

Попытки прояснить загадки сказочных образов и сюжетов — иногда успешные, иногда не очень — не только привели к появлению массы психологических исследований сказки, но и легли в осно-

ву нового направления, становящегося с каждым днем все более популярным — сказкотерапии.

Можно ли считать сказкотерапию научной школой? Думается, что нет. Пока придавать ей такой статус, по меньшей мере, преждевременно. Границы, отделяющие сказкотерапию от других психологических подходов, направлений, школ, весьма размыты. Основные принципы сформулированы недостаточно четко. Предмет до конца не определен. Помимо этого, и обилие дефиниций самого понятия «сказкотерапия» свидетельствует об отсутствии единого понимания сущности направления даже у его приверженцев.

В настоящий момент сказкотерапия — это именно направление, некий вектор движения специалистов-практиков. Ему явно недостает серьезных методологических оснований. Необходима глубокая проработка базовых идей и формулирование важнейших теоретиче-

ских положений сказкотерапии, которые позволили бы выстроить стройную научную концепцию этого направления.

Интерес самых разных людей к сказке в последние годы вырос непомерно. Доказательств этому — множество. Речь не идет о постоянном спросе на детскую сказочную литературу: «Колобок» и «Репку» российские родители как читали своим малышам, так и продолжают их читать. И по-прежнему активно покупаются «Винни-Пух и все-все-все», «Алиса в Стране Чудес», сказки Андерсена и другие классические сказочные произведения.

Дело в другом: мы являемся свидетелями совершенно новых и неординарных социально-психологических явлений: безумие вокруг книг о маленьком английском волшебнике Гарри Потере, выходявших миллионными тиражами во всем мире; популярность романов в жанре фэнтези, представляющих собой не что иное, как сказки для взрослых; ажиотажный спрос на сказки-притчи Пауло Коэльо, привлечшие внимание подростков, которых, казалось бы, уже ничем не привлечь, и на произведения открытого российскими читателями не так давно Филиппа Пулмана, пишущего «детские книги для взрослых сердец». В этом же ряду и невероятный успех в кинопрокате трилогии о Властелине колец, появившейся несколько лет назад, и бурно встреченные поклонниками фильмы по книгам Сергея Лукьяненко «Ночной дозор» и «Дневной дозор» (ведь это просто современные сказки о светлых и темных силах, о магах и вампирах), и появление в самое последнее время целого ряда полнометражных фильмов-сказок, пользующихся неизменной популярностью.

Эту «сказочную тенденцию» давно уловили психологи: сейчас ни одно направление практической психологии и психотерапии не обходится без использования метафор, в том числе сказочных. Существует уже целое движение сказкотерапевтов, применяющих сказку для оказания психологической помощи людям самого разного возраста.

Почему же сказки захватили умы и сердца не только детей, но и явного (если не сказать подавляющего) большинства взрослых людей?

Думается, что один из главных факторов — социально-психологический. По-видимому, этот фактор действует как бы с двух полюсов. С одной стороны, полностью обеспеченная, беззаботная (а потому скучная) жизнь одной части населения направляет ее внимание на потребление сказочной продукции как способа развлечения. С другой стороны, в серых и порой драматических буднях другой части населения сказочные миры создают возможность отвлечься хотя бы на время от многочисленных проблем и погрузиться в совершенно иную, удивительную и прекрасную реальность.

Изучение и применение сказок в психологии и психотерапии

Создатель психоанализа З. Фрейд сказками специально не занимался, хотя и касался этого вопроса, но его последователь О. Ранк рассматривал сказку как вуалирующую сексуальный комплекс, в противоположность мифу, где комплекс представлен откровенно, практически «в лоб». По его утверждению, сказка как раз и появилась в тот период, когда семейно-родовые отношения стали упоря-

дочиваться, накладывая определенные ограничения на поведение людей. Среди крупнейших психоаналитиков — исследователей сказки выделяются Э. Фромм и Б. Беттельгейм. «Забытым языком» называл Э. Фромм язык сновидений, мифов и сказок, рассматривая их через язык символов [5].

Особое значение имеют сказки в юнгианской психологии [6]. Функциональные структуры коллективного бессознательного — архетипы — К.-Г. Юнг сравнивал со стереометрической структурой кристалла. Это первичные формы, организирующие психические содержания, схемы, согласно которым образуются мысли и чувства всего человечества. Результатом актуализации архетипов становятся архетипические идеи, являющиеся основным содержанием мифологических представлений. Сказка в концепции К.-Г. Юнга выступает средством встречи ее читателя с самим собой. Сказочный сюжет рассматривается как отражение внутреннего мира читателя, в сказке описывается индивидуация как процесс своеобразного внутреннего путешествия. Поиск и выявление изначальной, первозданной, архетипической «самости» составляют отличительную черту многочисленных исследований сказки юнгианского толка.

По наблюдениям известного юнгианца Х. Дикманна [3], сказки могут обнаружить глубокие связи с судьбой, внутренним миром человека, его поступками и переживаниями, а также его сильными и слабыми сторонами и даже болезнями. По мнению Х. Дикманна, часто такую роль играет сказка или сказочная история, особенно любимая человеком в детстве, или, наоборот, сильно пугавшая его в то время, т. е. сказка, которая про-

извела сильное эмоциональное впечатление на человека. Позднее она была забыта или вытеснена и тем самым погружена в бессознательное, где, однако, продолжала обладать значительной энергией, о чем взрослый человек мог и не подозревать.

С точки зрения представителей транзактного анализа, особого внимания заслуживает изучение ролевого взаимодействия героев сказок. В соответствии с данной концепцией каждый персонаж сказки изображает определенную роль, которую человек может играть в жизни или даже брать в основу своего жизненного сценария. Эрик Берн описывает жизненные сценарии персонажей сказки «Золушка»: самой Золушки, ее Отца, Мачехи, Сводных сестер, Крестной матери, Принца, Короля, Гонца, Придворного, и показывает, как может вести себя Золушка в жизни [1].

В рамках бихевиорального подхода сказка представляет собой образец возможных форм поведения. Сказка рассматривается как описание некоторых моделей поведения, и, соответственно, на основе работы со сказкой можно помогать клиенту усваивать продуктивные модели поведения, реконструировать непродуктивные, прорабатывать модели будущего поведения. Идеи, изложенные в сказках, в этой логике могут практически напрямую быть перенесены в жизнь. Например, смысл сказки «Репка» бихевиористами мог бы быть сформулирован так: «Не сдавайся! Попробуй приложить дополнительное усилие, пусть даже очень маленькое; может быть, именно его не хватает для успеха выполнения всей работы». Сказки формируют своеобразный банк образцов поведения в тех или иных жизненных обстоятельствах.

Представители гипнотической школы указывают на сходство между наведением транса и прослушиванием сказки. В эриксоновской школе бессознательное рассматривается как хранилище всего опыта человека, его памяти, знаний; бессознательное — главный источник беспредельных возможностей разрешения проблемы, устранения симптома. При наведении транса удается обращаться напрямую к бессознательному, избегая сопротивления со стороны человека. Особенно эффективно при этом рассказывание психотерапевтических историй, которые часто похожи на сказку. Используя сказки и истории, психолог может сообщить ребенку или взрослому какую-то важную для него информацию, избегав при этом чтения нотаций и каких-либо жестких директивных указаний, которые, как правило, вызывают у человека агрессию и отторжение.

Существуют и другие школы психотерапии, использующие сказку.

Общее представление о сказкотерапии

Попробуем разобраться с местом сказкотерапии среди других методов психотерапевтической и психологической работы. Обратимся к имеющимся классификациям сходных с нею методов.

По мнению известного специалиста в области арттерапии Л. Д. Лебедевой [4], можно построить следующую иерархию направлений на основе искусства и творческой деятельности.

Тип: терапия искусством.

Класс: терапия творчеством (креативная терапия).

Подкласс: экспрессивная терапия.

Семейства: терапия творческим самовыражением, музыкальная терапия, игровая терапия, драма-терапия, сказкотерапия, библиотерапия, танцевальная терапия, телесно-двигательная терапия, арттерапия.

Таким образом, по Лебедевой, самая крупная таксономическая единица (тип) в этой иерархии — терапия искусством. Она связывает все научные и прикладные направления, имеющие общее основание: использование в «лечебных целях» различных форм художественной деятельности субъекта, продуктов его творчества или общепризнанных шедевров прославленных авторов. В этой логике сказкотерапия оказывается одной из составляющих терапии искусством.

Как указывает Л. Д. Лебедева, в терапевтическом мире, основанном на гуманистических принципах, за невербальной и/или метафорической экспрессией зарезервирован термин «экспрессивная терапия». Это комплекс разнообразных форм творческого (художественного) самовыражения с применением движения, рисования, живописи, скульптуры, музыки, письма, вокализации, импровизации в условиях, обеспечивающих поддержку человека с целью стимулирования его личностного роста, развития и исцеления. С этой позиции сказкотерапию можно считать наряду с другими направлениями частью экспрессивной терапии. Однако, безусловно, у сказкотерапии есть собственная специфика, связанная с предметом изучения и практической работой, с ее целевой направленностью, содержанием, формами, используемыми средствами.

Кроме того, можно говорить и о классификациях именно сказкотерапевтического направления. Так, например, су-

ществуют психоаналитически ориентированная сказкотерапия, юнгианская сказкотерапия, психодраматическая сказкотерапия и т. д.

Сказки — и народные, и авторские (художественные), и созданные «под задачу» сказкотерапевтом, и написанные самим клиентом — позволяют решить прежде всего две важнейшие задачи. Первую можно метафорически назвать «задачей зеркала»: сказка может помочь клиенту (ребенку или взрослому) увидеть самого себя, встретиться с собой, а значит, развить самосознание и гармонизировать свое личностное пространство. Вторая задача может быть названа «задачей кристалла»: сказка позволяет по-новому увидеть других людей и мир вокруг себя, а следовательно, построить новые более конструктивные отношения с конкретным социальным окружением и миром в целом.

Способность сказки помочь психологу решить эти две задачи характерна не только для нее: существуют и другие средства, используемые психологами и психотерапевтами. Однако именно сказка в качестве особого психологического инструмента обладает несколькими чрезвычайно важными возможностями:

она связана с мощнейшими ресурсами бессознательного за счет своей архетипичности;

оказывается средоточием главных психологических проявлений человека и является своеобразной энциклопедией основных человеческих проблем и поведенческих паттернов;

одним из ее главных свойств является метафоричность;

способна порождать творческую активность человека.

Психологические механизмы, реализующие указанные возможности сказки, будут раскрыты чуть позже. Здесь же важно отметить, что, решая «задачу зеркала» и «задачу кристалла», т. е. развивая самосознание человека и раскрывая его потенциалы в отношениях с окружающим, сказка формирует способность индивида стать творцом собственного внутреннего мира и мира внешнего. Понятно, что именно эта способность и определяет человеческую субъектность, на что, по нашему мнению, прежде всего и нацелена сказкотерапия.

В рамках такого понимания сказкотерапии могут быть применены самые разнообразные методы психологического и психотерапевтического использования сказок из самых разных подходов, что позволяет назвать разрабатываемое нами направление **интегративной сказкотерапией** [2].

Таким образом, можно сформулировать следующее определение интегративной сказкотерапии — *это такое направление практической психологии, которое, используя метафорические ресурсы сказки, позволяет людям развить самосознание и построить особые уровни взаимодействия друг с другом, что создает условия для становления их субъектности.*

Сказочная метафора в работе психолога

Главным средством психологического воздействия в сказкотерапии является метафора как ядро любой сказки. Именно глубина и точность метафоры определяют эффективность сказкотерапевтических приемов в работе с детьми и взрослыми.

Очевидно, что речевое взаимодействие, возникающее между психологом-сказкотерапевтом и клиентом, должно обладать характеристиками, позволяющими максимально естественно и быстро порождать их общее семантическое пространство.

Например, слово «дом» имеет совершенно разное значение для бомжа, строителя, эколога и крестьянина. Мы можем говорить вроде бы об одном, но на самом деле неправильно понимать друг друга именно из-за несовпадения наших семантических пространств. Общее семантическое пространство возникает как условие и результат понимания людьми друг друга.

Важнейший механизм действия метафоры может быть описан следующим образом. Психолог, как и любой человек, является носителем уникального семантического пространства, в котором каждый семантический элемент наполнен своим особым содержанием (значениями и смыслами). Однако в любом случае психолог не должен забывать, что, например, у ребенка имеется собственное уникальное семантическое пространство, и все слова взрослого будут иметь эффект только тогда, когда произойдет резонанс между двумя семантическими пространствами, когда возникнет изоморфное отношение, если не между всеми семантическими элементами обоих пространств, то по крайней мере между важнейшими из них. Прямые словесные воздействия на ребенка часто малоэффективны: психолог совсем не «попадает» в семантические элементы пространства ребенка или «попадает» не в те.

Психологу следует применять метафору для построения связи между элементами собственного семантического прост-

ранства и семантического пространства ребенка. Особенно усиливаются свойства метафоры, по-видимому, в том случае, когда она облечена в форму сказки.

Имеется много особенностей метафоры, которые придают ей свойства строить «мосты взаимопонимания». Укажем две наиболее очевидные из них.

Первая особенность. Метафора обладает «свойством преломления» в восприятии мира. Она позволяет не только увидеть измененные формы и размеры, но и разглядеть новое содержание в обычных вещах. Это происходит за счет того, что в метафорическом образе по определению есть еще «нечто», что он скрыто несет. Иными словами, богатство смыслов — и смыслов неочевидных, но подразумеваемых — придает сказочной метафоре в наших глазах особую ценность; поскольку подлинной ценности мы не знаем, то никто и ничто не может нам помешать черпать из метафоры то содержание, которое нужно именно нам в силу специфики нашего семантического пространства.

Вторая особенность. Метафора является носителем тех смысловых содержаний, которые отчасти сознательно, отчасти бессознательно вложил в нее психолог (ее создатель или просто рассказчик), вложил, рассчитывая на благотворное психологическое воздействие на слушателя (клиента). И эти «авторские» смыслы находятся среди множества других смыслов конкретного образа и «вычерпываются» слушателем вместе с прочими. Возникает понимание, формируется основа для общего семантического пространства. Собственно, оно уже и появляется — общее семантическое пространство как пространство сказочной метафоры между слушателем и рассказчиком.

Итак, при всем многообразии трактовок происхождения сказки и многочисленности ее источников вполне очевидно, что сказки удовлетворяли какую-то чрезвычайно важную потребность человека. По всей видимости, они продолжают удовлетворять эту потребность и сейчас — ведь народные сказки почему-то продолжают сохраняться в культуре. С нашей точки зрения, архетипические образы и сюжеты сказок направлены на удовлетворение важнейшей потребности человека — потребности быть субъектом как создателем своего мира и его актив-

ным преобразователем. Поэтому именно с позиций психологии субъектности можно объяснить механизмы воздействия и возможности применения сказок в работе практического психолога.

Сказки хранят множество секретов, а сила их воздействия на человека не перестает удивлять. Специалистов привлекают потенциалы сказки как средства оказания психологической помощи, и они открывают новые ресурсы сказочных метафор и разрабатывают новые психологические техники для их использования.

ЛИТЕРАТУРА

1. Берн Э. Люди, которые играют в игры. М., 2008.
2. Вачков И. В. Интегративная сказкотерапия как метод реализации субъектного подхода в работе школьного психолога // Вестник Московского городского педагогического университета. 2010. № 2(12).
3. Дикманн Х. Юнгианский анализ волшебных сказок. СПб., 2000.
4. Лебедева Л. Д. Теоретические основы арт-терапии // Школьный психолог. 2006. № 3.
5. Фромм Э. Забытый язык. М., 2010.
6. Юнг К.-Г. Архетип и символ. М., 1991.

Fairytales Metaphor as a Means for Mutual Understanding

I. V. VACHKOV

*Doctor in Psychology, professor at the Differential psychology chair
of the Moscow State University of Psychology and Education*

The article attempts to generalize defining social and psychological features of fairy tale therapy, to reveal preconditions of its development and evaluate its role and functions in a psychologist's activity. The author argues that fairy tale therapy is a method in applied psychology that is aimed at support of development of a person's subjectivity and agency that ensures his / her efficient interactions with the social world. The article describes that position as the basis for integrative fairy tale therapy – the author's approach.

Keywords: *fairytales, metaphor, fairy tale therapy, semantic space, subjectivity.*

REFERENCES

1. Bern E. Lyudi, kotorye igrayut v igry. M., 2008.
2. Vachkov I. V. Integrativnaya skazkoterapiya kak metod realizacii sub'ektnogo podhoda v rabote shkol'nogo psihologa // Vestnik Moskovskogo gorodskogo pedagogicheskogo universiteta. 2010. № 2 (12).
3. Dikmann H. Yungianskii analiz volshebnyh skazok. SPb., 2000.
4. Lebedeva L. D. Teoreticheskie osnovy art-terapii // Shkol'nyi psiholog. 2006. № 3.
5. Fromm E. Zabytyi yazyk. M., 2010.
6. Yung K.-G. Arhetip i simvol. M., 1991.