

ӘОЖ 159.923.2: 616.8

Н.У. Бегалиева*, А. Тимурқызы

Қазақ мемлекеттік қыздар педагогикалық университеті,
Қазақстан Республикасы, Алматы қ.
*E-mail: anelya_timurkyzy@mail.ru

Психотерапиялық ықпал ету үрдісіндегі ертегі терапиясы және бейсананың рөлі

Мақалада ертегі терапиясының әлеуеті, бейсанадағы рөлі, ертегінің психотерапиялық әсері, ертегілерді талдаудың түрлері жан-жақты баяндалады.

Ертегі бейнелерінің терең, архетиптік табиғатын «ашу», бізге адамның күрделі мотивациясы мен өмірлік заңдарын түсінуге мүмкіндік береді. Мысалы, К. Юнг бойынша, Рух архетипі – Сиқыршының, Қарттың ертегі бейнелерінде байқалады, олар ертегі кейіпкерінің жолында ең жауапты сәттерде кездесетіндігі айтылады.

Сондай-ақ, ертегі терапиясының психотерапиялық әсері адамның өзіне беймәлім бейсана-сында балалық шақта орын алған мәселелерінің шешілуіне үлкен әсері бар делінген. Ал, клиентті күйзеліске түсіріп жүрген мәселелерін тек ертегі терапевтінің (психологтың) терең талдауы мен интерпретациялануының нәтижесінде шешілетіндігі қарастырылады.

Клиент ертегілерде кездесетін символдардың көмегі арқылы өзінің бейсанасына үңіліп, ертегі әлеміне ене отырып, бейсана деңгейінде символдарды өзінің ішкі күйзелістерімен салыстырады. Біртіндеп бұл күйзелістер оның санасына жетеді де, өз мәселесінің шығу себебін түсінетін болады.

Түйін сөздер: ертегі терапиясы, бейсана, психотерапия, архетип, сана, сиқырлы ертегілер.

N.U. Begaliev, A. Timurkyzy

Role of the subconscious and fairytale therapy in narcosynthesis

In the article considered the Fairy Tale Therapy potential, a role of subconsciousness and action of psychotherapies in the fairy tale, and types of analysis of fairy tales are in detail discussed. The archetypal image in the fairy tale give the chance to understand heavy, difficult motivation of the person and allows to understand vital laws. For example, it agrees according to K. Jung in the fairy tale spirit of the Archetype, it is noticed in an image of the magician of the wizard and old man. They meet on the way of the character to the most important points. And it is also told that the impressions received during reading a Fairy Tale Therapy help to solve problems of the person which remained in subconsciousnesses of the person deeply in the childhood by means of result of interpretations. The fairy tale helps the client to understand the problems comparing them with characters from the fairy tale, and also to solve the reason internal depressive a state. Over time difficulties, stresses will sink in the person and the reason of emergence of these problems.

Key words: fairytale therapy, subconscious, psychotherapy, archetype, consciousness, fairy tales.

Н.У. Бегалиева, А. Тимурқызы

Роль подсознания и сказкотерапии при психотерапевтическом воздействии

В статье рассматривается потенциал сказкотерапии, роль подсознания и действия психотерапии в сказке, подробно обсуждаются виды анализирования сказок. Архетипический образ в сказке дает возможность понять тяжелую, сложную мотивацию человека и позволяет понять жизненные законы. Например, согласно мнению К. Юнга, в сказке дух Архетипа замечен в образе чародея, волшебника и старика. Они встречаются на пути персонажа в самые важные моменты. При этом впечатления, полученные во время сказкотерапии, помогают решить проблемы человека, которые остались в его подсознании глубоко, еще в детстве, с помощью интерпретаций. Сказка помогает

клиенту понять свои проблемы, сравнивая их с персонажем из сказки, а так же решить причину своего внутреннего депрессивного состояния. Со временем трудности, стрессы дойдут до сознания человека и причина возникновения этих проблем.

Ключевые слова: сказкотерапия, подсознание, психотерапия, архетип, сознание, волшебные сказки.

Ертегі терапиясы – бұл кез келген басқа да психотерапия сияқты, *жан дүниені тану және емдеудің* түрі. Ол ертегілерді психикалық процестердің өту және көріну формасы ретінде зерттейді, психикаға жағымды әсер ететін ертегілерді тудырады. Онда психикалық процестердің желілігіне, басқаша айтқанда, адамның жан-дүниесінде болып жатқан құбылыстарға көңіл аударылады. Әдетте, олар мәдениет пен уақытқа тәуелсіз, адамдар үшін әмбебеп болып келеді. Ертегі терапиясы адамда санасыздықтың дамуы мен нақты кескін бойынша өзін көрсетуіне сүйенеді. Оның нұсқаларының саны едәуір шектеулі және оларды тануға болады. Ертегі терапиясы тереңдегі психотерапияның формасы болып табылады, бірақ, сонымен бір мезгілде, өзінің түсініктілігі мен әмбебаптығының арқасында «үстіңгі» және «ағымдағы» міндеттер үшін де қолданылады [1].

Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева ұрпақтан-ұрпаққа беріліп, уақыт сынынан өтіп, ата-бабаларымыздан қалған ертегі терапиясына тәрбие жүйесі ретіндегі қатынас дәл осы кезеңде қалыптасқан деп санайды. Осындай кең анықтама бере отырып, Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева егер ертегі терапиясын ертегімен емдеу ретінде қарастырсақ, онда алдымен «баланың жан дүниесіндегі қазіргі сәтте психотерапиялық әсері бар білімдерді бірлесіп ашу» туралы айтамыз деп нақтылайды [1, 33 б.]. Олай болса, ертегі терапиясы – бұл ертегімен емдеу, дәлірек айтсақ баламен бірге сол сәтте терапевтік болып табылатын ішкі жан дүниесіндегі білімді біріге отырып ашу және анықтау.

Т.Д. Зинкевич-Евстигнееваның айтуынша, әлемді және жеке мүмкіндіктерді тану үрдісі ғажайып жолға ұқсас, кездейсоқ қызықтар мен оқиғаларға толы. Ал, көптеген ұрпақтың өмірлік тәжірибесін беретін, құпия, сиқырлы, таңғажайып бейнелерге толы – оқиғалар, баланың ішкі әлеміне баруға болатын, оған айналадағы шынайылықтың «заңдылықтарын» түсінуге көмектесетін қысқа жол болмақ. Әлемді түйсінуі жағынан ертегі балаға жақын, өйткені ол әлемді эмоционалды-сезімдік тұрғыда қабылдайды. Ол үшін ересектердің тал-

дау логикасы әлі түсініксіз. Ал ертегі турасын үйретпейді. Онда тек бала өз қызығушылығын анықтайтын, ләззат алатын сиқырлы бейнелер ғана бар [2].

Психотерапевтік ертегілер – болып жатқан оқиғаның мәнін тереңінен ашатын ертегілер. Болып жатқан оқиғаны басқа жағынан, яғни өмір рухы жағынан көруге көмектеседі. Бұл ертегілер әрқашан біркелкі, дәстүрлі бағытпен анықталмаса да, әрқашан мәнді және терең. Психотерапевтік ертегілер адамда үнемі сұрақтар тудырады. Бұл өз кезегінде тұлғалық өсу үрдісіне стимул береді.

Психотерапевтік ертегілер баланың өз мәселесін өзі жеңуіне көмектесуіне, оның эмоционалдық тепе-теңдігін қайта қалпына келтіруіне, әртүрлі мәселелерді жеңуге, интеллектуалдық қабілеттерінің дамуына мүмкіндік береді.

Ертегінің психотерапиялық ықпалы орасан зор деп айтуға болады. Луиза Фон Франц оны былайша түсіндіреді, ертегі дегеніміз – ол ежелгі алғашқы қауымдық ділдің жаңғырығы, ол психикалық дүниелер табиғатқа көшірілген уақыттың жаңғырығы. Сананың мұндай ахуалы ежелгі діндерді зерттеуден оңай табуға болады. Оның пікірі бойынша, ежелгі адам әрқайсымыздың бойымызда бар және психикалық тірлігіміздің бір бөлігін құрайды, тек көп адамдар онымен байланысын жоғалтып алған. Бейсана дауысының кеңесіне құлақ асу қаншалықты пайдалы екеніне көз жеткізу үшін, кейде балалық шағыңыздағы бір ғана сүйікті ертегіңізді қайталап оқудың өзі жеткілікті. Тұлғаңыздың осы жағымен байланыста болу арқылы невроздан алшақ боласыз, себебі бейсана өмірлік күш-қуат пен шығармашылықтың қайнар көзі болып табылады. Өз бойыңыздағы «ежелгіліктің» маңызын осылайша түсіну терапевтік механизмнің негізінде жатыр дейді [2, 25 б.].

Бейсана бізбен бейнелер мен символдар арқылы байланысқа шығады. Ал ол болса, біздің саналы карама-қайшылықтарға толы әлемімізде жоқ.

«Бейсана» түсінігінің дамуына К.Г. Юнг орасан зор үлес қосты. Ол бейсана дегеніміз – тек тұншықтырылған немесе ығыстырылған

естеліктер сақталатын жер ғана емес деп санады. Оның адам жанын зерттеулері, жаңаның бәрі бейсананың өнімі, психикалық пен рухани өмірдің сарқылмас қайнар көзі болып табылады деген түсінікке алып келді. Бұл Юнг психологиясын психологияның басқа бағыттарынан ерекшелігін көрсетеді. Ол бейсананы жақсы мен жаманды бір мезетте қарастыруға дайын деп санап, салмақты ой тастайды [3].

Ғылыми қорға толы, заманауи ойлау тұрғысынан мұны түсіну әлдеқайда қиынға соғады. Бейсананың сезімдік негізі жоқ болып көрінеді, оны қолмен «ұстап көруге» болмайды. Бұл әрине, өркениет тудырған әдеттерден арылып, ежелгі ділге бас-көзсіз ұмтылу керек дегенді білдіреді. Бұл жерде, мәселе шекараларда емес, ең алдымен сананы сақтай отырып, бейсаналық психикалық материалды тануда, басқаша өмірлік жолдардың және өмірге көзқарастың барлығын мойындаудың маңыздылығында болып отыр. Ертегілер осындай жұмысқа ауқымды деңгейде көмектесе алады, және де бұл жерде екі шектің арасын жақындастыруға бағытталу мазмұны да бар.

Ежелгі адамдар өздерін қоршаған сиқырлы және қорқынышты құбылыстарды сиқырлы ертегілердің бейнелері арқылы ойнатып, бейсанаға ену мүмкіндігіне ие болған. Бұл бейнелер жанның ішкі толғаныстарын қайта жаңғыртады, біз оларды жаңсақтықпен қандай да бір сыртқы нәрсеге теліміз. Бұл тұста сиқырлы ертегілер мен оқиғаларды интерпретациялағанда осы тәрізді қателіктің болмауына баса мән беру қажет. Бейсаналықтың түбіне бойлағанда ғана біз сиқырлы ертегілердің терең мағынасын түсіне аламыз және өзіндік біртұтастыққа қол жеткіземіз [4, 98 б.].

Ертегілер бейсананың тереңінен бастау алып, оның дыбысталуы әмбебап болып көрінгенмен, ол оны түсіну оңай дегенді білдірмейді. Олар өз құпияларын оңай жария етпейді. Оның себебін табу қиын емес: оны алғаш білген адамдардың табиғатқа жақын болып, қазіргі заман адамдарының санасынан бөлек ділге ие болған. Сиқырлы ертегі түс көру сияқты, қиялдың бейсаналық жемісі болып табылады. Айырмашылығы тек, ертегінің оқшау (индивидуалдық) сананың емес, үлкен топтың, көбіне тұтас бір халықтың өнімі екендігінде. Басқаша айтқанда, оны тек бір ғана индивидтің мәселелеріне жатқызуға болмайды, сондықтан да ертегі түс көруге қарағанда анағұрлым әмбебап сипат алады. Түсті талдағанда талдаушы көрген түсте жасырынған қандай да бір

шешімді бейсананың жеткізетінін біле отырып, индивидуалдық мәселелердің ерекшеліктерімен жұмыс жасайды.

Көптеген ертегілер сиқырлықпен байланысты. Адамдарға біздің жетілмеген сезіміміздің нәтижесінде табиғи рухтардың сиқырлы әлемін тану қиын. Оның артында қоршаған әлемнің рухтандыру идеясы жатыр.

Сиқырлы ертегінің табиғатын бірден бір жарқын қарастырған юнгиандық көзқарастың ізін жалғастырушы М.Л. Фон Франц А. Бастиян [5] мен К.Г. Юнг [6] ұстанымдарының арасындағы айырмашылықты көрсеткен: «Біз үшін... *архетип* – бұл соншалықты «қарапайым идея» емес, «қарапайым эмоция», *қарапайым импульс болып табылады*. *Психологиялық зерттеу кезіндегі эмоционалдық маңыздылық архетиптердің өзара әрекеті мен өзара ықпалына негізделген әртүрлі архетиптер мен оларды хаосқа айналдырудағы шынайы тәсілден қашып құтыла алмауды жариялай отырып көрсеткен*. «Бұл жеке қаралмайтын екі фотонны бір-біріне қосып басып шығарғанмен тең. Уақыттан және кеңістіктен тыс осындай жағдай бейсанада да болып жатқан болар».

Сиқырлы ертегілердің кейіпкерлері – архетиптік фигуралар. Ертегілерді мұқият оқығанда, олардың адам бейнесіндегі кейіпкерлері сырт келбеттеріне қарағанда қалыпты адамзат баласы болғанымен, шындығында тікелей адамдық өмір сүрмейтіндігін байқауға болады: ханшайым, ханзада, ұл, қыз, жауынгер, патша, саудагер, бұл (әсіресе балаларға) белгілі бір кейіпкермен өзін эмоциялық теңестіруге (көбіне жыныстық жағынан: ұлдар – ер кейіпкерлермен, қыздар – әйел кейіпкерлермен) мүмкіндік береді. Олар өздеріне қарап сөйлейді, күмәнданбайды, сенімсіздік танытпайды, адамдық реакциялар оларға тән емес. Ертегі кейіпкері жаужүрек, ешқашанда рухы түспейді, соңына дейін күреседі. Әйел кейіпкерлер өз мақсатына жету үшін кез келген азап пен сынақтарға төзеді. Ертегі желісі бойынша олар трафареттік манекендермен өзгермейтін психологиялық бейнелер болып қала береді. Яғни, адамзатқа тән бірқатар сапалар айқын көрінгенімен, сиқырлы ертегілердегі кейіпкерлер толық мәндегі адамдар болып табылмайды. Сонда олар кімдер? Олар – архетиптер, яғни маңызы бойынша, адамзат түріне тән және жеке индивид бойынан табылмайтын психикалық мазмұндар. Ұжымдық психикада жүзеге асатын үрдістерді ой елегінен өткізу үшін анағұрлым толық, боямасыз және қысқа түрде керемет мысалдар беретін алуан түрлі

архетиптер нақ осы ертегілерде берілген. Архетиптер әлемінде құндылықтардың шектеуі болмағандықтан, барлық сиқырлы ертегілер маңызы бойынша тең десек болады. Әрбір архетип өзінің маңызы бойынша ұжымдық бейсананың тек бір аспектісін ғана емес, оны толықтай бейнелейді. Юнг бойынша, «Аңыздар мен ертегілерде түс көру тәрізді, жан өзі туралы әңгімелейді, архетиптер «тудыру, жүзеге асыру, мәңгілік рухтың сайрандауы» ретінде бірі-бірімен табиғи ойын барысында ашық бола түседі». Кең мағынада, архетип – бұл күш-қуаттық тәсілі ұжымдық бейсананың барлық қырларын қамтитын салыстырмалы түрдегі жабық күш-қуат жүйесі. Оны жай ғана статикалық бейне деп қарастыруға болмайды, өйткені бір мезетте ол, өзіне басқа да бейнелерді қосатын күрделі символикалық үрдіс болып табылады. Басқаша айтқанда, архетип – бұл радиацияның жекелеген сәулесі тәрізді әсер ететін және тағы да барлық бағытқа тарайтын магниттік өріс тәрізді белгілі бір психикалық импульс. Осылайша «жүйенің», архетиптің психикалық күш-қуаты шындығында басқа да архетиптерді көктей өтеді. Сондықтан да, архетиптік бейненің анық және нақты еместігін түйсіну қажет болғанымен, біз оның аумағын нақты бекітіп, барлық қырларын біріктіріп бастауы бар дүниеге айналдыруымыз қажет. Әрбір бейненің айрықша сипатын түсінуге барынша тырысу және ондағы жағдайлардың ерекшелігін көрсетуге ұмтылу қажет [7].

Неліктен басты кейіпкерге көптеген сынақтардан өтуіне тура келеді? Ертегі үйретеді, ал сынақ тек мықтыларға ғана беріледі. Оларға төзіп, түсінетіндерге, игілікке пайдаланатындарға, күштілерге беріледі. Осы қарапайым шындықты түсіну жиі психотерапевтік эффект тудырады: «жаралы» адам кенеттен өзінің ішінде тылсым күштің бар екенін түсінеді. Бұл жағдайда ертегі терапиясы – тұлға потенциалдарын, құндылықтарын белсендендіру үрдісі.

Осылайша, ертегілерді талдау ішкі бейнелік жүйенің қазынасы бейсанаға көпір салуға талпыну болып табылады. Қазіргі заман адамдарының көпшілігі өздері түсінбейтін бейнелерге мән бермейді, олар үшін бұлардың еш маңызы жоқ, сондықтан да жанынан жанай өте береді. Алайда ертегілерде эмоциялық білім мен мәңгілік данышпандық жасырулы болғандықтан, оған немқұрайлы қараушы адамдар, өздері үшін маңыздыдан, аса құнды нәрседен айырылады.

Сонымен, кез келген ертегінің тілі – бұл архетиптік және дара мәні болатын бейнелер тілі.

Әрбір бейне – ертегі алфавитіндегі өзіндік әріп, олардың жиынтығы бізге деген бейсаналының бірегей сәлемін «шифрлайды». Бұл мағынада ертегінің интерпретациясы түс көруді интерпретациялаумен тығыз байланысты.

Бейненің архетиптік, жалпы мағынасын айқындау үшін, арнайы білімдер қажет болса, онда бейненің немесе символдың дара мәнін интерпретациялау үшін, ертегінің авторымен бірлескен тірі экспромт талап етіледі.

Кішкентай адамның бейсанасында ерекше өмірлік жағдайға толы «банк» қалыптасады, яғни, ішкі үрдістер динамикасы, адамдар арасындағы өзара қатынас тәсілі, өзін-өзі бағдарлау мүмкіндігі, әлем қондырғысы және т.б. жайлы білімдер жинағы. Егер ғажайып және мифологиялық оқиғаларды бала талдамай, тек жай ғана оқып немесе әңгімелесе, сол «банк», білімдер бәсең күйінде қалады. Бұл да жақсылықтың нышаны, яғни балада нәтижелі әлеуметтену ресурсы бәрібір сақталып қалады. Егер ересектер баламен ғажайып оқиғаларды талдаса, өмірлік сабақтарды меңгерсе, шынайы көріністермен параллелді іздестірсе, онда әлем жайлы білімдер «банкі» белсенді күйге ауысады. Бала шынайы жолмен саналы әрекет ету, оқиғалар арасындағы себеп-салдарлық байланыс баланың табиғи қабілетін қалыптастырады; өз мүмкіндіктері мен қабілеттерін зерттей отырып, өз мандайына жазылғанын ойластырады; рухты саналы және санасыз түрде көрсетеді [7, 85 б.].

Ертегілерді талдаудың көптеген түрлері бар: антропологиялық, әдебиеттік, тәрбиелеуші-үйретуші, терапиялық және т.б., бірақ психолог үшін ертегінің адам психикасы жайлы сұраққа қандай жауап беретінін іздеу анағұрлым маңызды болып табылады. Психологиялық талдау ертегі бейнелері мен желілерінде, бірден көзге көрінбейтін қандай да бір мағына жасырулы дегенді жоққа шығармайды. Сиқырлы ертегілерді психологиялық талдау – архетиптік идеялармен, ұжымдық бейсананың кейіпкерлерімен байланысқа түсу жолдарының бірі.

Басқаша айтқанда, талдау – бұл оларды өзіндік санамен байланыстыруға ұмтылу. Ол үшін сиқырлы ертегідегі бейне психологиялық тілде берілуі тиіс. Талқылау – ол хабарламалар мағынасының тереңдігін көрсетуге ұмтылу.

М.Л. Фон Франц қазіргі кезде адамдар өздерінің психологиялық үйлерінің жоғарғы қабатында тұрады деп көрсетеді. Олар өздерінің психологиялық тамырларынан айырылып қалғандай. Сиқырлы ертегілер төменгі қабаттар-

ды және психологиялық үйдің «іргетасын» қарауға мүмкіндік береді [7].

Ертегілерді сананың негізгі төрт қызметінің біріне жүгініп талқылауға болады. Мысалы, ойлауды қолданып, барлық сюжетті ертегі желілерінің құрылымы мен байланыстарын түсінуге болады. Сезімдерге сүйеніп, сол желілерді олардың құндылықтарына қарай орналастыруға, құндылық иерархиясын құруға болады. Түйсінулердің негізінде оқиғалар мен кейіпкерлерді тікелей бақылау құрылады. Ал интуиция олардың символдарының тұтас комбинациясының (кешендік байлам) паттерндік қайталанбастығын көруге мүмкіндік береді. Интуициялық қызметі басым адам, ертегі – ол үзік-үзік, байланыссыз әңгіме емес, көптеген ұсақ эпизодтарға бөлінген біртұтас жолдау екенін анағұрлым сенімді жеткізе алады.

Адам өзінің қызметтерін неғұрлым жақсы дамытып, жіктей алса, соғұрлым ол сиқырлы ертегілерді кеңірек және тереңірек талқылауға қабілетті, себебі оларға психиканың қызметтік мүмкіндіктерінің неғұрлым көп түрлі қырынан жақындау керек. Психикалық қызметтердің дамуына неғұрлым көп мән берілсе, олардың әрқайсысының пайдасы күштірек және жақсырақ түйсініледі, олай болса, ертегіні талқылау да сан қырлы және толыққанды бола түседі.

Ертегілерді талқылау – нақты бір практика мен шығармашылық тәжірибені талап ететін белгілі бір деңгейдегі өнер.

Ертегі терапиясының мәні – архетиптік талдау болып табылады. Талдаудың мұндай формасы, біріншіден, кез келген психикалық феноменді (түс, тұрмыстық жағдаяттағы мәселе немесе мінез-құлық) белгілі бір құрылымға ие желі ретінде қарастырады. Екіншіден, бұл желі кездейсоқ емес, түрлі жанрдағы ертегілер сияқты сипаттауға ыңғайлы модельдерге сәйкес туып, іске асатындығы шамаланады. Осылай, архетиптік талдаудағы жұмысты бізді қызықтыратын психикалық процестерді оған барынша ұқсас ертегі немесе миф арқылы түсіндіру деп елестетуге болады.

Ертегі бейнелерінің терең, архетиптік табиғатын «талдау» бізге адамзаттың күрделі мотивациясы мен өмірлік заңдылықтарын түсінуге мүмкіндік береді. Ертегіні зерттей отырып, біз көне мифтер, аңыздар символизміне барып қайтқандаймыз; метафоралардың психологиялық мәнін түсінуге, адамзат көрінісінің шығармашылық және табиғи архетипті сезінуге, бейсанамызда түрлі мифтер мен ертегілердің

ассоциативті жалғасын көруге мүмкіндік береді. Мұндай жұмыс әлемдік эпосқа жақындауға мүмкіндік береді. Әртүрлі мәдениеттердің рәсімдері мен дәстүрлерін түсіну болмыстық сананың шеңберін ұлғайтады [8].

Аналитикалық психологтар ертегілер басқа психикалық феномендерге қарағанда, Юнг Өздік деп атаған архетипті сипаттауға жиі ұмтылады деген пікірге ойысады. Юнг Өздіктен сананың іс-әрекетке жауапты тұлғаның бөлігінен тұратын, эгодан бөлек психикалық кешенді көреді. Біртұтастық ретіндегі психиканың өзін-өзі реттеуші іс-әрекетін Юнг архетиптік өздік деп анықтайды. Өздік индивидтің тағдырында жоғарғы биліктің рөлін атқарады [6].

Ертегі мағыналарының архетиптік табиғатын түсіну мамандар үшін ғана емес, ата-аналар үшін де маңызды. Балаларға оқу үшін біз қандай ертегілерді таңдаймыз, олардың мәні қандай? Бала ертегінің мәнін тек санасымен емес, негізінен бейсаналы түрде «сіңіреді».

«Семь Симеонов» атты орыстың халық ертегісі барлығына таныс. Жеті ағайынды жігіттің бастан кешкен қызықты оқиғалары туралы бұл ертегінің терең мәні бар. Зерттеушілер, атап айтсақ Алексей Андреев осы ертегіде символикалық деңгейде үнді дәстүрінде чакра деп аталатын адамның энергетикалық орталығы туралы ақпарат бар деп санайды. Орыс халқының дәстүрінде жеті құрам (буын) немесе Симеон ұғымы бар. Жеті Симеон туралы ертегі метафоралық формада бізге әрбір энергетикалық орталықтың мағынасы мен функциясы туралы ақпарат береді. Балаға жеті Симеон туралы ертегіні оқи отырып, данагөй ата-ана оның энергетикалық арналарын жанама түрде «тазартады».

Ертегімен жұмыс жасау маманға архетиптік желілердің «мәлімет базасын» түсінуге және оны ертегінің тілімен жеткізуге мүмкіндік береді. «Ертегіші-терапевт» екі тілді меңгеруді үйренеді – «метафоралық» (ертегі тілімен), «психологиялық» (талдау тілімен) және оларды өзара орын алмастырып қолданады [9].

Осылайша, ертегі терапиясын – әлем туралы білімдер мен ондағы өзара қарым-қатынастар жүйесінің сырын айрықша ашу деп анықтауға болады. Ертегі терапиясындағы ең бастысы – ол ертегі оқиғасы мен шынайы өмірдегі мінез-құлықтың арасында байланыстың орнауы.

Ертегінің психотерапиялық ықпалы едәуір күшті болып табылады. Бейсана бізбен бейнелер мен символдардың көмегімен хабарласады.

Ертегі бізге екі деңгейде хабарласады. Біріншісінде, біз тікелей және аяқасты туған дүниелерге тап боламыз. Қысқаша айтқанда, біз мейірімді және жауыз күштердің айқасып, жақсылықтың жеңуін көреміз. Кейіпкер эгоның дамуына көмектесуші self проекциясы болып табылатын еліктейтін үлгінің қызметін атқарады. Ертегінің тікелей емес қатпары эгоның саналық бөлігіне бағыт алады.

Екінші деңгей ертегіде өте көп кездесетін символдардың көмегі арқылы жүзеге асатын бейсанаға бағыт алады. Бала (бейсана деңгейінде) символдарды өзінің ішкі конфликтілерімен салыстырады. Біртіндеп бұл конфликтілер оның санасына жетеді де, бала оларды өңдеудегі көмекті қабылдауға бейім болады. Беттельхайм (1976) мұны былайша анықтады: «Ертегілер символдарды қолданатындықтан, бала өзі әлі қабылдай алмайтындарды өткізіп алып, тек жеңіл-желпі мағыналарға ғана жауап беруі мүмкін. Өсе келе, ол берілген символдың алуан түрлі жасырын мағыналарына, ол мағыналарды түсіну мен өз өміріндегі орнын ажыратуды түсінудің психикалық мүмкіндіктері артқан сайын біртіндеп жететін болады» [10].

Терапевтік форма қолданбалы болып саналады және балалармен, жасөспірімдермен, ересектермен топтық және жеке жұмыста қолданылуы мүмкін. Берілген форманың аясында шығармашылық ойлау мен қиялды дамыту, әрекеттер мен құбылыстардың себепті-салдарлы байланыстарын құру қабілетін қалыптастыру міндеттері шешіледі.

Терапевтік форма екі түрде қолданылады:

- библиотерапия;
- ертегі міндеттерін шешу.

Библиотерапия тұлғаның құндылық құрылымын қалыптастыруды, аналитикалық-синтетикалық қабілеттерді дамытуды және өмірлік құбылыстардың мәнін терең түсінуді қамтиды. Жұмыстың мұндай формасы 5-6 жастағы балалар, жасөспірімдер, студенттер, ересектер үшін жақсы. Психотерапевтік материал ретінде, біз әртүрлі көркем ертегілерді, сонымен бірге А.В. Гнездиловтың психотерапевтік ертегілерін қолданамыз [11].

Библиотерапия процедурасы өте қарапайым. Топтың қатысушылары қолайлы, босаңсыған калыпта орналасады. Олар тіпті көздерін жұмып отырса болады. Жүргізуші арнайы таңдалған ертегіні (психологиялық мақсатқа сәйкес) оқиды. Ертегінің тыңдап болғаннан кейін, жүргізуші топтық пікірталас ұйымдастырады.

Ол үшін бірнеше сұрақтар ұсынылуы мүмкін:

- Сіздің ойыңызша, бұл ертегі не жайлы?
- Қалай ойлайсыз, ол неге үйретеді?
- Кейіпкер неге сондай әрекетке барды?

– Кейіпкер басқа жолды таңдағанда, не болар еді? (дұрыс орындамаса, бас тартса).

– Ертегіде тек жағымсыз кейіпкерлер болса, не болар еді?

– Жағымсыз кейіпкерлер ертегіде болмаса, ертегі қандай болар еді?

– Кейіпкер маңызды нәрсені неге жоғалтты (немесе иеленді)?

– Бұл ертегі басқаша аяқталуы мүмкін бе? Солай болса, қандай жағдайда?

Тыңдаушылардың ертегінің сюжеттік оқиғасын емес, оны жасырын мағынасын сезінгендері маңызды. Қандай оқиға болды, ол не үшін болды, ол не үшін қажет, біздің өмірімізде ертегі жағдаятына ұқсас нұсқалары бар ма? – бұл сұрақтарды құрастырудың формулалары.

Ертегілерді осылай талқылау, «бізді ойлауға үйретеді», болып жатқан оқиғаның жасырын механизмдерін табуға, үстірт мағыналар мен оқиғаларды талдауға мүмкіндік береді. Бұдан басқа, топтық пікірталас барысында әрбір қатысушының өз пікірін айтуға және тыңдауға, топта өзінің пікірін қалыптастырып үйренуге, өз пікірін дәйекті түрде қорғауға және басқалардың пікірін қабылдауға мүмкіндігі болады. Бұл балалар мен жасөспірімдер үшін өте маңызды, алайда ересектер үшін ерекше пайдалы және «терапевтік» қасиеті бар, себебі біздің күрделі өмірімізде әрбір адам күнделікті мәселелерден босап, болып жатқан оқиғаның мәні туралы ойлануға мүмкіндігі болмайды.

«Ашық» типтегі ертегі міндеттерін шешу, психодиагностикалық материалды жинаудың, шығармашылық (дивергентті) ойлау мен қиялды дамытудың мақсаттарына қызмет етеді.

Ертегі міндеті келесі үлгіде құрылады: адам өзінің өмірлік тәжірибесіне аталған міндетті ауыстыра алуы керек. Ең маңыздысы, оның бірыңғай дұрыс шешімі болмайды. Ертегі міндетінің мақсаты – күрделі өмірлік жағдайларды шешу үшін «идеяларды генерациялау» үдерісін ынталандыру, құбылыстарды әр қырынан қарастыру, потенциалды көп шешімдерді табу.

Мысалы: «Бір патшалықта, бір мемлекетте бір патша өмір сүріпті. Оның сұлу ханшайым қызы болыпты. Өте әдемі болғанмен, бір кемшілігі болыпты – ол өмірінде бір рет те күлмеген. Сол үшін оны адамдар Күлмесхан деп атапты. Патша

Ханшайымды күлдіру үшін барлық әрекеттерді жасады, бірақ ешбір нәтиже болмады. Әртістерді, сайқымазақтарды шақырды, сиқыршыларды шақырды – ештеңе көмектеспеді. Қалай ойлайсыз, ханшайым неге күлмеді?».

Бұл қарапайым тапсырмада психологиялық сұрақтың қамтылғаны түсінікті болар: «Біздің өмірімізде стрестік жағдайлар болатыны сізді толғандыра ма?». Сіз әртүрлі жауап алуыңыз мүмкін: «Оның анасы мен әкесі үнемі ұрсысатын, сондықтан оның күлуге шамасы келмеді», «Оны барлығы жалықтырды», «Оның басы бос емес еді», «Ол адамдардың көзінше күлмейтін, ал бір өзі қалғанда – күлкісіне ерік беретін», «Оның жақын адамы болмаған», «Өзін шынайы емес күлдіргісі келгенін көргені, оның ызасын кеттіретін», «Ол ауыр науқас еді». Сөз жоқ, осы қарапайым жауаптарда бізді жарақаттайтын жағдайлардың проекциясы болады, нәтижесінде психологтар мен психотерапевтер үшін бірегей, проективті диагностикалық ақпарат болады.

Осы тапсырманың көмегі арқылы проективті диагностиканы ғана емес, түзетуді де құруға болады, себебі біздің келесі сұрағымыз келесі үлгіде болады: «Ханшайым күлу үшін, не істеуге болады? Біз Ертегі еліндеміз, біздің қолымызда алуан түрлі құралдар бар». Осы сұраққа жауап бере отырып, топтың қатысушылары метафоралық деңгейде бізге өздерінің көңіл-күйлерін не көтеретінін, күрделі эмоционалды күйлерден қалай шығатынын айтып береді. Осы бірегей ақпаратсыз психологиялық үдеріс қиын болар еді.

Ертегінің психотерапевтік саладағы негізгі функцияларын бөлуімізге болады:

1. Ертегі клиенттің жеке тарихи өмірін толықтырып, оның жалпыадамзаттық ақпараттарын толықтырады.

2. Ертегі клиенттің сол сәттегі тұлғалық оқиғасы ығыстырғанды белсендендіруге мүмкіндік береді.

3. Ертегі конструктивтік қарым-қатынасты және әрекетті үлгілеу арқылы жағдайға жаңа көзқарасты қалыптастыруға, сондай-ақ, оны меңгерудің жаңа деңгейіне көшуге мүмкіндік береді.

4. Ертегі клиенттің ішкі дау-дамайын бейнелеп, ол жайында ойлануға мүмкіндік береді.

5. Ертегі клиент пен ертегі терапевтінің арасындағы символикалық «буфер» болып табылады. Осының нәтижесінде клиенттің қарсылығы қалпына келіп, күш-қуаты ойлануға бағытталады [12].

Ертегінің ғажайыптылығы сол, бір ертегі аумағында түрлі адамдардың өздеріне жақын және түсінікті мағыналар мен мазмұндарды таба алатындығында. Ол ертегілердің архетиптік бейнелерге толы болғандығынан ғана емес, сондай-ақ, ертегінің типтік сөз тіркестері («баяғы бір заманда», «ерте, ерте ертеде», «баяғыда бір кішкентай қыз өмір сүріпті» және т.б.) ертегінің ерекше кеңістігінде шартты ситуацияларды тудырады, онда кез келген адамның тәжірибесінде болған оқиғалар өтеді. Баланың ертегімен өзара әрекет етуі метафораға толы семантикалық кеңістікке алып келеді. Сол себепті де, ертегінің мәтіні бала үшін бірыңғай және шектеулі мағыналар жинағы болып көрінбейді. Керісінше, кез келген ертегінің кез келген мағынасын бала сол жерде санасынан өткізеді, жеке мағыналармен толықтырылады, интериоризацияланады. Ертегі нақты, қызықты, жарқын көркем шығарма бола тұрып, алуан түрлі талқылауларға «ашық мүмкіндік» бергенде және оның семантикалық кеңістігі мен бала жанының семантикалық кеңістігі арасында өзара бейнелену пайда болса ғана тыңдаушының жанына жол табады [13].

Тыңдаушы әр тыңдаған сайын ерекше мазмұн мен мағынаға толығатын ертегінің метафоралық бейнелері мен архетиптік символдары, бастан кешіруге ықпал етеді, сол арқылы қайта бағалау мен санадан өткізу жүзеге асады.

Егер ертегілер ертегі терапиясы үшін арнайы құрастырылса, онда көптеген қиыншылықтардан құтылуға болады. Ертегілерді психолог жұмыс жасайтын құрамға тән мәселелер бойынша құрастырады. Топқа немесе жеке адамға ұсынылған ертегілер оған беймәлім, сондықтан егер толқымалы мәселелермен байланысты ертегілер ұсынылса қызықтырақ болады. Психотерапевтік ретінде құрастырылып ұсынылған ертегілердің сюжеттері міндетті түрде ертегі кейіпкерлерінің өзгеруі үшін, олардан жауапты шешімді талап ететін жағдайларды таңдау мүмкіндіктерінен тұрады.

Психотерапевтік ертегіні әңгімелеу – бұл әр кезде клиентпен «арақашықтықтың» қысқаруы. Олай болса, ертегі терапевтінен шыншылдық пен ашықтық талап етіледі. Психотерапевтік ертегілер ойды қозғайды. Сондықтан клиент қатты әсер алмас үшін ертегімен «көп міндет жүктеуге» болмайды.

Ертегінің мәтіні балалардағы сияқты ересектерде де қарқынды эмоционалдық резонансты тудырады. Ертегі бейнелері бір уақытта екі психикалық деңгейге әсер етеді: қарым-қатынас

кезінде ерекше мүмкіндік беретін сана мен бейсана деңгейі. Әсіресе, бұл күрделі эмоционалдық жағдайда қарым-қатынастың тиімді жағдайын құру қажет болғанда түзету жұмыстары үшін маңызды.

Психотерапевтік өзара әрекетті жүзеге асыруда немесе ертегі терапиясын қолдана отырып, психологиялық көмек беруде психолог қандай ақпаратты алатынын және қолданатынын білген маңызды. Ертегі терапевт өз жұмысында бірнеше деңгейлерді қамтиды. Бір жағынан, ертегіде балалар өз архетиптерін және әлеуметтік ұстанымдарын көрсете отырып, олар сюжетке тереңықпалетіп, айқын бейнеленсе, басқа жағынан ертегі ерте балалық уайымдарды қамтып, сюжет-

тен жеткіншектің тұлғалық генезисін бақылауға болады, үшіншіден бала ертегіні өзінің өзекті мазмұнымен толықтырады. Ертегінің мазмұнынан адамның қазір немен өмір сүретінін, оның негізгі күйзелістерінің қандай екенін қарастыруға болады. Сол кезде ғана ертегі терапевті қандай мәселеге назар аударатыны, клиентке не пайдалы болатыны жайында шешім қабылдайды.

Ертегі терапиясының практикалық мүмкіндіктерін талдай отырып, осы әдіс қаншалықты тиімді болса да оны пайдалану орынды болу керектігін түсіну өте маңызды. Алғашқы психотерапевтік ертегіні психологтың клиентпен кері байланысын қалыптастыруда негізгі ойды айқын иллюстрациялағанда пайдаланған орынды.

Әдебиеттер

- 1 Зинкевич -Евстигнеева Т.Д. Практикум по сказкотерапии. – СПб.: Речь, 2000. – 460 с.
- 2 Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Путь к волшебству. Теория и практика сказкотерапии. – СПб.: Златоуст, 1998. – 382 с.
- 3 Юнг К.-Г. Конфликты детской души: пер. с нем. – М.: Канон, 1994.
- 4 Пропп В.Я. Исторические корни волшебной сказки. – Л.: ЛГУ, 1986.
- 5 Франц М.Л. Избавление от колдовства в волшебных сказках. – М.: Класс, 2007. – 128 с.
- 6 Юнг К.Г. Структура психики и архетипы. – М.: Издательство: Академический проект, 2008. – 210 с.
- 7 Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Путешествие в страну сказок: практическое пособие. – М., 2005. – С. 14–115.
- 8 Соколов Д. Сказки и сказкотерапия – М., 2001. – С.12 – 35.
- 9 Сакович Н.А. Практика сказкотерапии. – СПб.: Речь, 2007. – 214 с.
- 10 Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Формы и методы работы со сказками. – СПб.: Речь, 2006. – 140 с.
- 11 Гнездилов А.В. Авторская сказкотерапия. Дым старинного камина (сказки доктора Балу). – СПб.: Речь, 2002. – С. 36-42.
- 12 Зинкевич-Евстигнеева Т. Грабенко Т. Игры в сказкотерапии – СПб.: Речь, 2006. – С. 6–208.
- 13 Милис Дж., Кроули Р. Терапевтические метафоры для детей и «внутреннего ребенка». – М.: Киасс, 1996. – 320 с.

References

- 1 Zinkevich-Evstigneeva T.D. Praktikum po skazkoterapii. – SPb.: Rech,2000. – 460 s.
- 2 Zinkevich-Evstigneeva T.D. Put k volshebstvu. Teoria i praktika skazkoterapii.- SPb.: Zlatoust, 1998. 382 s.
- 3 Yung K.- G. Konflikty detskoj dushi / per.s nem. – M.:Kanon, 1994.
- 4 Propp.V.Ya. Istoricheskie korni volshebnoi skazki. – L.: LGU, 1986.
- 5 Franc M.L. Izbavlenia ot koldovstva v volshebnyh skazkah. – M.: Klass, 2007. – 128 s.
- 6 Yung K.G. Structura psikhiki i arkhetypy. – M.: Izdatelstvo: Akademicheski proekt, 2008. – 210 s.
- 7 Zinkevich-Evstigneeva T.D. «Puteshestvie v stranu skazok»: prakticheskoe posobie. – M., 2005. – S.14-115.
- 8 Sokolov D. Skazki i skazkoterapia. – M.,2001. – S. 12 – 35.
- 9 Sakovich N.A. Praktika skazkoterapii. – SPb.: Rech, 2007. – 214 s.
- 10 Zinkevich-Evstigneeva T.D. Formy i metody raboty so skazkami. – SPb.: Rech, 2006. – 140 s.
- 11 Gnezdilov A.B. Avtorskaia skazkoterapia. Dym starinnogo kamina (skazki doktora Balu). – SPb.: Rech, 2002.- s.36 – 42.
- 12 Zinkevich-Evstigneeva T. Grabenko T. Iгры v skazkoterapii – SPb.: Rech, 2006. – S. 6 – 208.
- 13 Milis Dzh.,Krouli R. Terapevticheskie metafory dlia detei i «vnutrennego rebenka». – M.: «Kiass», 1996. – 320 s.