

Е. А. Щанникова <https://orcid.org/0000-0001-7483-4428>

Использование сказкотерапии для развития самосознания в юношеском возрасте

В статье рассматриваются возможности развития самосознания юношей средствами сказкотерапии, а также эффективность применения сказочных технологий в работе психолога. Сюжет волшебных сказок обладает огромным воспитательным и развивающим потенциалом, а воздействие сказочных историй осуществляется на бессознательном уровне, что снижает степень психологической защиты и открывает широкие перспективы использования сказкотерапии в работе с юношами.

Процесс становления взрослеющей личности в волшебных сказках метафорически представлен как Путь Героя к достижению цели; в испытаниях же, которые он преодолевает, нашли отражены обряды инициации. Поэтому идентификация с персонажами любимых сказок и взаимодействие со сказочными историями для современных юношей может символически стать эффективной заменой древних ритуалов, способствующих процессу взросления.

Для проверки данного предположения нами была разработана и апробирована коррекционно-развивающая программа «Развитие самосознания в юношеском возрасте средствами сказкотерапии».

Программа активизирует интерес к самопознанию, создает условия для формирования положительного образа «Я», преодоления внутренних противоречий и коррекции эмоционального состояния, способствует формированию ценностных и смысложизненных ориентаций, формирует умение выстраивать гармоничные отношения с окружающими.

Экспериментальная и контрольная группы были сформированы из юношей и девушек механико-технологического техникума и студентов Вятского государственного университета города Кирова. Эксперимент проводился в течение учебного года. Оценка эффективности программы проведена на основе применения психодиагностических методик и последующей обработки результатов с помощью методов математической статистики. Результаты применения программы показали положительную динамику уровня развития самосознания в экспериментальной группе, особенно значительна она была по компонентам «самопринятие», «самоценность» и «внутренняя конфликтность». После проведения программы изменился характер взаимосвязей между факторами самоотношения, смысложизненными ориентациями и рефлексией; деструктивные взаимосвязи, характерные для низкого уровня самосознания, не обнаружены и выявлены качественно новые, более продуктивные взаимосвязи. В контрольной группе, где программа не проводилась, положительной динамики не выявлено.

Таким образом, результаты применения разработанной автором коррекционно-развивающей программы показали, что средства сказкотерапии (метафора, сказочный сюжет, образы и символы волшебной сказки) позволяют создать благоприятные условия для коррекции и развития самосознания в юношеском возрасте; данная программа может быть рекомендована специалистам для психологической работы с подростками и юношами.

Ключевые слова: самосознание, развитие самосознания, юношеский возраст, сказкотерапия, метафора, инициация, самоотношение, самопринятие, самоценность, смысложизненные ориентации, эмоционально-ценностное отношение, внутренний конфликт.

Е. А. Shchannikova

Fairy-Tale Therapy Use for the Development of Self-Awareness in Adolescence

The article deals with the development of self-awareness of adolescents by methods of fairy-tale therapy. The plot of fairy-tales has a great developing potential but the influence of fairy-tail stories unobtrusively (carefully) reveals a wide range of prospects for using this fairy-tail method while working with youngsters.

The process of formation of the personality is represented as the way where he passes his life test and takes the initiative, so to say the rites, to overcome some difficulties. So motivating modern young people to work with fairy-tail stories and characters can effectively replace ancient rites contributing to the process of growing-up.

To test this hypothesis the correction-development «Program for the self-awareness development of adolescents and young men using fairy-tale therapy» was worked out and approved. For this purpose there were formed experimental and control groups of students of mechanical-technological college and of Vyatka State University. The experiment was being held during the academic year. Evaluation of the effectiveness of the program was carried out based on the psychodiagnostic techniques and the following processing of results using mathematical statistics. The results of the application of the program showed a positive dynamics of the level of self-consciousness development in the experimental group, especially it was significant on the components of «self-acceptance», «self-worth», «internal conflict». After carrying out the program the nature of interrelations between self-relation factors, meaningful orientations and reflection changed; the destructive interrelations characteristic for the low level of consciousness have not been found and qualitatively new, more productive interrelations have been revealed. In the control group, where the program was not conducted, no positive dynamics was detected.

Thus, the results of the application of the author's correction-development program have shown that the use of fairy-tail therapy methods creates favorable conditions for the correction and development of self-awareness in adolescence and can be recommended for psychological work with young men.

Keywords: self-awareness, self-consciousness development, youthful age (adolescence), fairy-tale therapy, metaphor, initiation, self-relationship, self-acceptance, self-worth, meaningful orientations, emotional-value attitude, internal conflict.

Многочисленные психологические исследования по проблеме самосознания, представленные в трудах У. Джемса, А. Н. Леонтьева, А. Маслоу, В. Н. Мясищева, К. Роджерса, С. Л. Рубинштейна, В. В. Столина, П. Р. Чамата, И. И. Чесноковой и других авторов, свидетельствуют о чрезвычайной важности данного феномена для развития и становления личности. Особенно интенсивно этот процесс происходит в юности, о чем свидетельствуют зарубежные (Р. Бернс, Э. Шпрангер, Э. Эриксон) и отечественные (Л. И. Божович, Л. С. Выготский, И. Кон, В. С. Мухина, Д. И. Фельдштейн и др.) ученые.

Несмотря на накопленный в настоящее время огромный объем знаний по данной проблеме, в психолого-педагогической науке все-таки недостаточно разработан вопрос поиска адекватных методов, приемов и технологий, направленных на повышение уровня самосознания в юношеском возрасте.

В связи с этим остро встает вопрос о необходимости поиска эффективных средств развития самосознания юношей, которые оказались бы наиболее тесно связаны с содержанием их внутреннего мира [14, с. 69]. Такую возможность, по нашему мнению, предоставляет использование нового метода практической психологии – сказкотерапии [13, с. 44; 15, с. 22-24].

Несомненно, изучение сказки издавна являлось предметом пристального интереса зарубежных (З. Фрейд, К. Юнг, М.-Л. Франц, Х. Дикманн, Э. Берн, Э. Фромм, Й. Поливка, К. Эстесс и др.) и отечественных исследователей (А. А. Афанасьев, А. А. Потемня, В. Я. Пропп, Т. Д. Евстигнеева-Зинкевич, И. В. Вачков и др.).

Ученые единодушно полагают, что источникам народной мудрости принадлежит особая роль в развитии самосознания подрастающего поколения [21, с. 12; 24, с. 5]. Именно сказка формирует внутренний мир человека, передавая ему многовековой жизненный опыт народа, его ценности, традиции, мировоззрение, отношение к окружающим и самому себе [25, с. 7].

Например, еще в диалогах Платона упоминается о том, что в незапамятные времена старые женщины, воспитывая и обучая детей, рассказывали им сказочные истории [17, с. 5].

Однако, как показывает практика, в настоящее время безграничный по силе и глубине воздействия духовный потенциал сказки при всей его эффективно-

сти используется в психологической работе с юношами и девушками в неполной мере. Тем не менее растущий интерес к новому методу практической психологии и многочисленные публикации по данной теме свидетельствуют о популярности сказкотерапии в психолого-педагогической работе с подрастающим поколением.

Полагая, что данная проблема нуждается в дальнейшей теоретической и практической разработке, мы обусловили выбор темы нашего исследования, цель которого – обосновать эффективность средств сказкотерапии для развития юношеского самосознания. С этой целью мы разработали коррекционно-развивающую программу «Развитие самосознания в юношеском возрасте средствами сказкотерапии».

Одним из основополагающих для нашего исследования аспектов является то, что, развлекая, сказка одновременно выполняет важнейшую задачу развития самосознания: позволяет взрослому человеку, как в зеркале, рассмотреть себя и свои проблемы, открывая новые способы преодоления трудностей на метафорическом уровне [13, с. 45; 23, с. 386].

Как известно, сюжет большинства волшебных сказок мира повествует о Пути Героя (процессе становления взрослеющей личности) и об испытаниях, которые ему приходится преодолеть, прежде чем стать способным взять на себя ответственность за семью, род и государство [1, с. 3].

Многие исследователи сказочных текстов (К. Юнг, Э. Мирча, Х. Банцхаф, В. Я. Пропп, Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева, А. Е. Наговицын, Р. П. Ефимкина) видят в сказочных историях отражение древних ритуалов, связанных с обрядом инициации, сопровождавшим процесс взросления юноши [11, с. 353].

По мнению К. Г. Юнга, инициация, отраженная в волшебных сказках, – это архетип, «громко заявляющий» о себе в период кризиса взросления [20, с. 149]. Сегодня примерами этого процесса являются «дедовщина» в армии, посвящение в первокурсники, стремление молодых людей к экстриму, вступление в различные группы, принятие присяги и пр. Насущная (архетипическая) потребность в юношеском возрасте пройти «обряд посвящения во взрослость» символически выражается в нанесении татуировок, ношении пирсинга и других атрибутов, определяющих принадлежность к различным субкультурам.

К. Г. Юнг в своих трудах постоянно обращал внимание на то, что человеку необходима символическая жизнь, чтобы выразить потребность его души.

Принимая во внимание, что именно сказка в прежние времена выступала важным средством нравственного воспитания молодежи, мы полагаем, что смысл инициатических практик, содержащийся в текстах сказок, является по-прежнему актуальным для развития самосознания в юношеском возрасте. Например, Р. П. Ефимкина в книге «Пробуждение Спящей Красавицы», следуя теории В. Я. Проппа о том, что сказочные тексты передают знания о древнем обряде посвящения юношей и девушек, достигших половой зрелости, в клан взрослых сородичей, полагает, что современная психотерапевтическая сессия может представлять собой инициацию, подобную тем, что имели место в племенных обществах в доиндустриальный период [5, с. 3, 24-26].

Обладая необходимым арсеналом средств (метафора, сюжет, образы и символы волшебной сказки), сказкотерапия способствует созданию благоприятных условий для организации психологической «инициации» в юношеском возрасте. А так как любимый сказочный герой оказывает сильное влияние на субъекта, воспринимающего сказку, то идентификация со сказочными персонажами и «проживание» сказочного сюжета может помочь юношам на метафорическом уровне пройти свой путь развития вместе с героями сказки и повзрослеть.

Выдвинув гипотезу о том, что применение средств сказкотерапии (метафоры, сказочного сюжета, образов и символов волшебной сказки) будет способствовать созданию благоприятных условий для развития самосознания в юношеском возрасте, мы определили задачу исследования: разработать программу «Развитие самосознания средствами сказкотерапии в юношеском возрасте» и доказать ее эффективность.

Методологической и теоретической базой исследования явились культурно-историческая теория воспитания и развития Л. С. Выготского; деятельностный подход и принцип единства сознания и деятельности (Л. С. Выготский, С. Л. Рубинштейн, А. Н. Леонтьев), структура самосознания (В. В. Столин, С. Р. Пантелей, Д. А. Леонтьев и др.); особенности развития самосознания в юношеском возрасте (Р. Бернс, Л. С. Выготский, И. С. Кон, Э. Эриксон); психоаналитический подход к анализу сказок К. Юнга и его последователей; опыт теоретического и экспериментального изучения сказкотерапии и ее средств, направленных на развитие самосознания и коррекцию эмоциональной сферы личности (Т. Д. Евстигнеева-Зинкевич, И. В. Вачков, А. В. Гнездилов, Н. М. Огненко и др.).

Опираясь на концепции В. В. Столина, С. Р. Пантелеева, Д. А. Леонтьева и других ученых, мы рассматриваем самосознание, основными факторами которого являются самоотношение и самопознание, вместе составляющие образ Я [12, с. 343-344], как процесс, на который можно влиять, создавая благоприятные условия для его развития с помощью средств сказкотерапии.

На основе теоретического анализа структуры самосознания В. В. Столина и С. Р. Пантелеева [10, с. 4-12] мы выделили его основные компоненты: самоотношение, смысложизненные ориентации и способность к рефлексии, по нашему мнению, являющиеся особенно сензитивными и поддающимися воздействию в юношеском возрасте.

В экспериментальном исследовании, проведенном нами в течение 2015-2018 гг., приняли участие 130 респондентов, средний возраст которых составил 19,5 лет. Исследование проводилось на базе трех учебных заведений города Кирова.

Для диагностики исследуемых компонентов нами использовались «Методика исследования самоотношения» С. Р. Пантелеева, «Смысложизненные ориентации» и «Дифференциальный тест рефлексии» Д. А. Леонтьева, авторская проективная методика «Узнай себя в сказочных образах» Н. М. Огненко, Е. А. Щанниковой.

Метод количественной и качественной обработки результатов проводился с помощью парного сравнения выборок по критерию Вилкоксона и коэффициента корреляции Спирмена. Критерий Вилкоксона применялся для оценки достоверности динамики уровня самосознания в экспериментальной и контрольной группах до и после проведения эксперимента. Для нахождения взаимосвязей между компонентами самоотношения, смысложизненными ориентациями и рефлексией был применен коэффициент корреляции Спирмена.

На первом этапе исследования мы провели констатирующую диагностику, чтобы показать, как выглядит выборка, из которой далее были сформированы экспериментальная и контрольная группы. Проанализировав полученные результаты по средним значениям, мы получили некоторый обобщенный образ юношеского возраста (средний возраст 19,5 лет).

Нашу выборку (N = 130) в целом можно охарактеризовать как молодых людей, осознающих свое «Я», открытых и честных по отношению к себе, считающих себя хозяевами своей судьбы, испытывающих чувство обоснованности и последовательности внутренних побуждений; способных справляться со своими эмоциями, ожидающих одобрения своих поступков от окружающих, ощущающих ценность собствен-

ной личности, принимающих себя со своими достоинствами и недостатками.

Однако среди них были выявлены юноши и девушки с крайне низкими/высокими показателями факторов самосознания – как чрезмерно самоуверенные, не обладающие навыками рефлексии, так и сомневающиеся в себе и своих способностях вызывать уважение других людей, имеющие внутренние конфликты, высокий уровень самообвинения и отрицательные эмоции в адрес своего «Я». Результаты диагностики показали, что данные лица нуждаются в коррекции и развитии таких компонентов самосознания, как: «самоуверенность», «саморуководство», «самоценность», «самопринятие», «внутренняя конфликтность», «самообвинение», «целеустремленность», «процесс жизни», «Локус контроля – Я» и способность к рефлексии.

С учетом результатов констатирующего эксперимента мы составили коррекционно-развивающую программу, предназначенную для групповой и индивидуальной работы с лицами в возрасте старше 16 лет.

Критерием отбора в группу являются крайне высокие или крайне низкие показатели уровня развития следующих компонентов самосознания: самоуважения, самопринятия, самоценности, саморуководства, внутренней конфликтности, самообвинения, смысло-жизненных ориентаций и способности к рефлексии.

Программа «Развитие самосознания в юношеском возрасте средствами сказкотерапии. ЛОТОС» включает 14 занятий.

Название программы мы выбрали не случайно: цветок лотоса издавна является символом просветления и развитого самосознания. Но для того, чтобы он расцвел, необходимы время, прилагаемые усилия и благоприятные условия: божественный цветок раскрывается только при солнечном свете (сознании), а корни его черпают ресурсы из черного вязкого ила бессознательного. Сравнивая душу взрослеющего человека с еще не распустившимся бутонем, мы полагаем, что сказкотерапия создает благоприятные и необходимые условия для его роста и развития.

Цель программы «ЛОТОС» – развитие самосознания в юношеском возрасте средствами сказкотерапии.

Основой программы являются метафора, сюжет, образы и символы волшебной сказки, имеющие ряд преимуществ перед другими средствами и методами работы. А именно: они позволяют работать со значимыми в юношеском возрасте образами и символами, оказывая психологическое воздействие на бессознательном уровне, что снимает степень психологической защиты и дает возможность установить доверительный контакт с испытуемыми; помогая безболез-

ненно отреагировать травматичный опыт и гармонизировать эмоциональное состояние [14, с. 69].

Для осуществления цели программы необходимо решить следующие задачи:

1. Способствовать формированию положительного самоотношения, включающего в себя самоуважение, саморуководство, самопринятие, самоценность, устранение внутренних противоречий и самообвинения.

2. Способствовать формированию смысло-жизненных ориентаций, состоящих в умении ставить перед собой жизненные цели и добиваться их осуществления, руководить своими действиями и нести ответственность за свои поступки.

3. Способствовать развитию рефлексии, что предполагает сформированность умения осознавать собственные мысли, чувства, действия и поступки.

4. Способствовать созданию благоприятных условий для преодоления внутренних противоречий и самообвинения путем формирования умения строить гармоничные отношения со сверстниками, противоположным полом, самим собой и другими людьми, а также коррекции эмоционального состояния.

Первая задача по формированию у юношей и девушек положительного самоотношения осуществлялась путем идентификации участников эксперимента со сказочными героями и рефлексии (на когнитивном уровне юношеский возраст характеризуется интересом к самопознанию и углубленному самоанализу). В качестве основного инструмента с этой целью использовались метафорические портреты авторской методики «Узнай себя в сказочных образах» Н. М. Огненко, Е. А. Щанниковой [9, с. 53-57].

В комплект методики входят 36 метафорических портретов сказочных персонажей из общеизвестных народных и авторских волшебных сказок. На обратной стороне карт помещены тексты с кратким описанием психологических свойств данных персонажей.

Методологическими основаниями созданной нами методики «Узнай себя в сказочных образах» является психоаналитический подход к толкованию волшебных сказок К. Юнга и его последователей, транзактный анализ Э. Берна и деятельностный подход к характеристике сказочных персонажей [2, с. 27-28].

По мнению К. Юнга, архетипы или сказочные образы – это «суть, осадки повторяющегося человеческого опыта», и сказка показывает, как надо поступить в той или иной ситуации [19, с. 65; 20, с. 100-101].

Любой сказочный персонаж (архетип) содержит в себе важную функцию психики, например, Мачеха –

это символ злости, ревности, жестокости, Золушка – доброты, принятия и трудолюбия, Старик – мудрости и покорности судьбе и пр.

По мнению Д. Хиллмана, подобный образ заключает в себе закодированную информацию и инстинктивное – как бы прогностическое, пророческое – чувство судьбы. «Образы понимают нас гораздо глубже, – пишет Хиллман, – чем мы сами понимаем себя, и раздвигают границы нашего чувственного и духовного восприятия. Хотя архетипический образ и предоставляется максимально насыщенным смыслом, тем не менее он не дается нам просто как открытие. Он должен раскрыться путем глубокой работы над образом» [18, с. 70].

Метафорические портреты сказочных персонажей помогают провести глубокую диагностическую работу по самопознанию и выявлению психологических особенностей личности, потому что в сказках в иносказательной форме отражаются основные проблемы человеческого существования [8, с. 100]. При этом сказки, каждый раз затрагивая актуальные проблемы отдельной личности, открывают ей новый смысл, ведущий к расширению сознания, так содержат необходимый для решения этой задачи архетипический материал:

- позволяют определить ведущий тип личности, его цели, задачи, пути к достижению цели и необходимые для этого качества характера;

- помогают определить идеальное «Я» и реальное «Я», узнать об отвергаемых (теневого) качествах собственной личности, осознать их и принять в себе, что способствует формированию положительного самоотношения и гармонизации эмоционального состояния.

При работе со сказочными образами информативными являются не только иллюстрации персонажей, но и сюжеты волшебных сказок, героями которых они являются. Обсуждение сказочного сюжета, исследование образов и символов (волшебные предметы, помощники, место действия, одежда, цветовые характеристики и пр.) позволяют участникам эксперимента выявить сходство с событиями своей реальной жизни, что способствует не только диагностике их психологических особенностей, но и более глубокому самопониманию [2, с. 27].

Присоединяясь к мнению К. Юнга о том, как важно найти свой миф, героем которого мы являемся, помогающий открыть смысл и предназначение собственной жизни, мы с помощью метафорических портретов сказочных персонажей пытаемся найти «свою» сказочную историю [13, с. 45].

Процедура проведения развивающего занятия с применением методики «Узнай себя в сказочных образах» состоит в том, что испытуемому предлагает-

ся рассмотреть метафорические портреты и выбрать из них три, которые нравятся, и три, которые не нравятся. Далее предлагается ответить на ряд вопросов: «Почему ты выбрал этих персонажей? Что общего есть в сказочном сюжете и в твоей реальной жизни?» и пр. [9, с. 46-47].

Ожидаемыми результатами данной работы являются развитие и коррекция самоуважения, самооценности, самопринятия, а также преодоление внутренних противоречий и самообвинения, влияющих на развитие самосознания в юношеском возрасте.

Вторая и третья задачи программы по формированию смысложизненных ориентаций включают формирование умения создавать образ положительной временной перспективы в будущем, ставить перед собой жизненные цели и добиваться их осуществления, умение руководить своими действиями и нести ответственность за свои поступки, а также развитие способности к рефлексии. Решение данных задач осуществляется путем чтения, размышления и обсуждения сказок, работы с метафорическими картами, игрового практикума, выполнения упражнений, рисуночных тестов и др.

В качестве основного инструмента на данном этапе работы используются психотерапевтические и психокоррекционные сказки А. В. Гнездилова, написанные специально для подростков и юношей («Окно», «Порта», «Вор и маска», «Дворник») [6, с. 245, 294], упражнения «Архетипы» и «Герб моего рода» Т. Д. Евстигнеевой-Зинкевич, психологическая настольная игра «Дворец Мечты» Н. М. Огненко [15, с. 22-24], метафорические карты «Узнай себя в сказочных образах» Н. М. Огненко, Е. А. Щанниковой [9, с. 54-57].

Ожидаемыми результатами являются приобретение новых знаний о себе, формирование жизненных ценностей, основанных на идее созидания («Кто Я?», «Какой Я?», «Что я о себе думаю, чем отличаюсь от других?»), формирование положительного образа будущего и развитие способности к рефлексии.

Четвертая задача предполагает создание благоприятных условий для преодоления внутренних противоречий и самообвинения, способствующих формированию умений строить гармоничные отношения со сверстниками, с противоположным полом, окружающими и самим собой, что помогает коррекции эмоционального состояния.

Идентификация с любимыми сказочными героями на эмоциональном уровне оказывает сильное воздействие, так как чувства и эмоции играют определяющую роль в развитии юношеского самосознания, характеризующегося эмоциональной неуравновешенностью, внутренними противоречиями и ролевыми кон-

фликтами. Например, М.-Л. фон Франц в своем исследовании «Толкование волшебных сказок» отмечала, что «архетип – это не столько элементарная идея», сколько «элементарная эмоция», фантазия, поэтический образ [17, с. 16]. Л. С. Выготский также, подчеркивая важную роль сказки для развития юной личности, писал, что в сказке есть эмоция [3, с. 298-299].

На данном этапе решения задачи мы используем алгоритм работы с метафорическими картами «Найди свою пару» Е. А. Щанниковой [9, с. 61-62], презентацию «Сказочные пары», чтение и обсуждение сказок А. В. Гнездилова «Клоринда», «Сказка о Добром Волшебнике» и др. [6, с. 194, 228].

Ожидаемыми результатами является коррекция эмоционального состояния путем создания гармоничных образов взаимоотношений с окружающими, самим собой, а также расширение представлений об отношениях с противоположным полом [7, с. 12, 79].

Основными формами и методами проведения коррекционно-развивающих занятий по программе являются классные часы, индивидуальные и групповые консультации, обучающие семинары, мини-лекции, беседы, чтение и обсуждение сказок, презентации, игротренинг и пр.

При проведении занятий по сказкотерапии необходимо соблюдать следующие требования:

- занятия проводятся не чаще одного раза в неделю, на одном занятии – одна сказка; продолжительность занятия от – 1 до 1,5 часов;
- создание комфортных условий: отдельный кабинет или аудитория;
- оборудование: компьютер, проектор, столы, стулья, материалы для личного творчества, листы чистой бумаги, ручки, карандаши и пр.

На следующем этапе исследования с целью проверки эффективности разработанной нами программы мы провели формирующий эксперимент по реализации программы, в котором приняли участие две группы студентов. Статистически значимых различий между экспериментальной и контрольной группами не было: на начало эксперимента группы являлись идентичными, поэтому их сравнение после эксперимента будет обоснованным. Формирующий эксперимент осуществлялся в течение 2016/2017 учебного года. Контрольная группа воздействию не подвергалась.

Реализация программы осуществлялась в три этапа.

На первом этапе были проведены психологическая диагностика, направленная на выявление индивидуальных психологических качеств и уровня развития самосознания участников эксперимента, интерпретация и обобщение полученных результатов. На втором, развивающем этапе, проводились индивидуальные и групповые консультации, беседы, презентации, чте-

ние и обсуждение сказок, игротерапия, арт-терапия, психологические упражнения, тесты и пр. На третьем – осуществлялась итоговая диагностика и оценка результативности проведенной программы.

После проведения программы по результатам итоговой диагностики нами была выявлена положительная динамика всех компонентов самооотношения в экспериментальной группе, при этом наибольший рост значений наблюдался по шкалам «самоценность», «самопринятие» и «внутренняя конфликтность», выявлена тенденция к положительной динамике по факторам «саморуководство» и «отраженное самооотношение». В контрольной группе, где программа не проводилась, не выявлено положительной динамики; наоборот, по «самоценности» и «самопринятию» показатели несколько снизились, а «внутренняя конфликтность» осталась на прежнем уровне (Таблица 1).

Таблица 1

Динамика компонентов самооотношения в экспериментальной и контрольной группах до и после формирующего эксперимента

Компоненты самооотношения	Среднее значение			
	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	до эксперимента	после эксперимента	до эксперимента	после эксперимента
Самоценность	6,40	8,32	6,64	6,16
Самопринятие	5,24	7,16	5,20	5,12
Внутренняя конфликтность	4,48	3,76	6,0	6,0
Саморуководство	7,08	7,72	6,92	6,68
Отраженное самооотношение	6,00	5,28	6,20	5,60

Факторам «самопринятие», «самоценность» и «внутренняя конфликтность» в нашей программе уделялось особое внимание. Как отмечалось выше, психологические механизмы идентификации и рефлексии осуществлялись нами в процессе работы с проективными картами «Узнай себя в сказочных образах». Участникам эксперимента предлагалось выбрать из набора карт со сказочными персонажами три, которые нравятся, и три, которые не нравятся. По закону «проекции» те качества, которые нравятся, являются идеальными, те, которые не нравятся и отвергаются, – теньевыми. Путем идентификации с героями и в процессе рефлексии юноши и девушки осознавали собственные идеальные и теньевые свойства личности. На следующем этапе работы

с метафорическими портретами им предлагалось найти в отвергаемых персонажах «полезные» качества для решения существующей на данный момент проблемы, что способствовало коррекции самопринятия, самооценности и снижению внутренней конфликтности [6]. Так, в процессе самопознания, самоанализа и осознанного эмоционально-ценностного отношения к себе создавался и корректировался образ «Я», положительное самоотношение, гармонизировались чувства и эмоции, а значит – развивалось самосознание.

Анализ результатов эксперимента показал, что 50 % юношей и девушек выбрали в качестве предпочитаемых героев Капитана Грея, смелого, благородного, целеустремленного, не отступающего перед трудностями, и Данилу-мастера, нашедшего призвание в профессии, достигшего высокой степени мастерства. Оба героя нашли свое счастье в жизни, осуществив мечту, и создали семью.

40 % экспериментируемых отметили в качестве идеального образ Царя, символ власти и высокой ответственности, умеющего руководить собой и другими. Данный выбор позволил сделать выводы, что предпочитаемыми качествами в данном возрасте являются смелость, целеустремленность, умение руководить собой и добиваться поставленных целей, сила воли и ответственность, необходимые для самореализации, выбора профессии и осуществления своей мечты.

Отвергаемыми персонажами у 40 % участников проводимого нами эксперимента являются властитель Шахрияр (ревнивый, разрушающий, мстительный, не способный нести ответственность за свои поступки,

обвиняющий в своих неудачах других людей) и Министр (символ угодливости, изворотливости, бюрократии). Оба героя обладают «теневыми» качествами, не осознаваемыми и не принимаемыми участниками в себе, но именно эти качества «разрушают» личность изнутри, заставляя, по мнению К. Юнга, совершать дурные поступки.

Результаты проведенной диагностики подтверждаются методом попарных сравнений Вилкоксона, позволяющим оценить эффективность разработанной нами коррекционно-развивающей программы. В экспериментальной группе значимость статистического сдвига (по Вилкоксону) после проведения коррекционно-развивающей программы по факторам «самоценность» ($Z = -3,506$ при $p = 0,000$) и «самопринятие» ($Z = -3,015$ при $p = 0,000$) свидетельствует о том, что результаты по данным компонентам значительно выросли.

Результаты контрольной группы по факторам «самоценность» $Z = -2,815$ при $p = 0,061$, «самопринятие» $Z = -2,420$ при $p = 0,075$ свидетельствуют о том, что уровень развития данных компонентов остался прежним.

Результаты корреляционного анализа (Таблица 2) показали, что в экспериментальной группе после проведения коррекционной программы деструктивные взаимосвязи, характерные для низкого уровня самосознания, не обнаружены и выявлены качественно новые, более продуктивные взаимосвязи.

Таблица 2

Взаимосвязи компонентов самосознания в экспериментальной группе

Компоненты самосознания	До эксперимента	После эксперимента
Самоуверенность	Саморуководство 0,563* Самоценность 0,653** Цели жизни 0,542* Процесс жизни 0,460* Результат жизни 0,440*	Саморуководство 0,576** Цели жизни 0,436*
Саморуководство	Самоценность 0,401* Системная рефлексия 0,545*	Самоценность 0,438* Цели жизни 0,501*
Самоценность	Самопринятие 0,585* Самообвинение -0,440* Цели жизни 0,448*	Самопринятие 0,562* Процесс жизни 0,629*
Самопринятие	Цели жизни 0,491*	Цели жизни 0,476* Процесс жизни 0,503*
Внутренняя конфликтность	Интроспекция 0,748*	Самообвинение 0,553** Интроспекция 0,676**
Самообвинение	Внутренняя конфликтность 0,680* Интроспекция 0,417*	Локус Я 0,547**

Корреляционный анализ результатов показал, что фактор «самоуверенность» после проведения программы теряет негативные взаимосвязи и становится

менее зависимым от фактора «целеустремленность». Фактор «саморуководство» приобретает новые, более качественные связи с «целью жизни» и не зависит от

склонности к постоянному самоконтролю. Фактор «самоценность» теряет отрицательные связи с «самообвинением» и «целью жизни» и взаимосвязан с умением получать удовольствие от «процесса жизни», жить сегодняшним днем. Фактор «самопринятие» также приобретает новые, более качественные связи с «процессом жизни». Появилась связь фактора «внутренней конфликтности» с «самообвинением», то есть был обнаружен источник несогласия с самим собой. Фактор «самообвинение» утратил связь с «самокопанием» и приобрел связи с «локусом – Я».

Таким образом, результаты корреляционного анализа подтвердили положительную динамику самосознания в экспериментальной группе, показав, что старые, негативные связи ушли, и на смену им пришли новые, более продуктивные взаимосвязи.

Кроме результатов диагностики, стоит отметить внешние положительные изменения в эмоциональном состоянии участников эксперимента: они стали более раскованными, позитивно настроенными, уверенными в себе. Занятия по сказкотерапии вызвали у юношей и девушек оживленный интерес, особенно эмоционально заряженными оказались занятия по созданию герба своего рода, психологическая игра «Дворец Мечты» и работа с метафорическими портретами «Узнай себя в сказочных образах».

Таким образом, анализ результатов исследования позволяет сделать выводы, что разработанная нами программа «Развития самосознания в юношеском возрасте средствами сказкотерапии» доказала свою эффективность.

Библиографический список

1. Банцхаф, Х. Таро и путешествие героя [Текст] / Х. Банцхаф. – М., 2002. – С. 37.
2. Вачков, И. В. Введение в сказкотерапию, или Избушка, избушка, повернись ко мне передом [Текст] / И. В. Вачков. – 2-е изд. – М.: Генезис, 2015. – 288 с.
3. Выготский, Л. С. Педагогическая психология [Текст] / Л. С. Выготский; под ред. В. В. Давыдова. – М.: Педагогика, 1991. – 480 с.
4. Драндров, Г. Л. Формирование позитивной Я-концепции подростков средствами художественной литературы [Текст] / Г. Л. Драндров, Е. Г. Богослова // Фундаментальные исследования. – 2015. – № 2. – С. 1761-1767.
5. Ефимкина, Р. П. Пробуждение Спящей Красавицы. Психологическая инициация женщины в волшебных сказках [Текст] / Р. П. Ефимкина. – СПб.: Речь, 2006. – 263 с.
6. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д. Практикум по сказкотерапии [Текст] / Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева. – СПб.: ООО «Речь», 2002. – 319 с.
7. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д. Тайный шифр женских сказок [Текст] / Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева. – СПб.: Речь, 2015. – 160 с.

8. Наговицын, А. Е. Атлас сказочного мира [Текст] / А. Е. Наговицын, В. И. Пономарева. – М.: Генезис, 2011. – 320 с.

9. Огненко, Н. М. Мужчина и женщина. Сила притяжения [Текст] / Н. М. Огненко, Е. А. Щанникова. – СПб.: Речь, 2018. – 80 с.

10. Пантилеев, С. Р. Методика исследования самооотношения [Текст] / С. Р. Пантилеев. – М.: СМЫСЛ, 1993. – 32 с.

11. Пропп, В. Я. Исторические корни волшебной сказки [Текст] / В. Я. Пропп. – Л.: ЛГУ, 1986. – 365 с.

12. Психологический словарь [Текст] / под ред. В. П. Зинченко, Б. Г. Мещерякова. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Педагогика-Пресс, 1998. – 440 с.

13. Сараева, Е. В. Развитие самосознания личности средствами сказкотерапии в юношеском возрасте [Текст] / Е. В. Сараева, Е. А. Щанникова // Вестник гуманитарного образования. – 2017. – № 2. – С. 44-49.

14. Щанникова, Е. А. Развитие самосознания подростков с отклоняющимся поведением средствами сказкотерапии [Текст] / Е. А. Щанникова // Юридическая прикладная психология. – 2018. – № 6. – С. 67-74.

15. Щанникова, Е. А. Технология сказкотерапии [Текст] / Е. А. Щанникова // Дополнительное образование и воспитание. – 2015. – № 6. – С. 22-24.

16. Франц, М.-Л. Архетипическое измерение психики [Текст] / М.-Л. Франц. – М., 2017. – 198 с.

17. Франц, М.-Л. Толкование волшебных сказок [Текст] / М.-Л. Франц // Психология сказки. Толкование волшебных сказок. – М.: Б. С. К., 2004. – 364 с.

18. Хиллман, Дж. Архетипическая психология [Текст] / Дж. Хиллман; пер. с англ. Ю. Донца и В. Зеленского. – СПб.: Б. С. К., 1996. – 157 с.

19. Юнг, К. Г. Структура психики и процесс индивидуации [Текст] / К. Г. Юнг. – М.: Наука, 1996. – 269 с.

20. Юнг, К. Г. Человек и его символы [Текст] / К. Г. Юнг, М.-Л. фон Франц, Дж. Л. Хендерсон, И. Якоби, Л. Яффе; под общей ред. С. Н. Сиренко. – М.: Серебряные нити, 1998. – 368 с.

21. Herbert S. Die Bruder Grimm: Ein Lebens-bild / Surla Herbert. – Berlin: Verl. Der Nation, 1985. – 381 s. – S. 23.

22. Robinson J. G. Fairy-tales and teaching family therapy / J. G. Robinson // Journal of Family Therapy. – 1986. – № 8. – P. 383-393.

23. Ruini C. Positive Narrative Group Psychotherapy: the use of traditional fairy tales to enhance psychological well-being and growth / Ch. Ruini, L. Masoni, F. Ottolini, S. Ferreri // Psychology of Well-Being. Theory, Research and Practice. – 2014. – P. 4-13.

24. Tomečkov, M. Märchen und Kinderliteratur im Deutschunterricht für Kinder im Vorschulalter / M. Tomečkov. – Brno, 2007. – S. 40.

Reference List

1. Banchaf, H. Taro i puteshestvie geroja = Taro and hero's travel [Tekst] / H. Banchaf. – M., 2002. – S. 37.
2. Vachkov, I. V. Vvedenie v skazkoterapiju, ili Izbushka, izbushka, povernis' ko mne peredom = Introduction to fairy-tale therapy, or Small hut, small hut, turn the facade to me [Tekst] / I. V. Vachkov. – 2 e izd. – M.: Genезis, 2015. – 288 s.

3. Vygotskij, L. S. Pedagogicheskaja psihologija = Pedagogical psychology [Tekst] / L. S. Vygotskij ; pod red. V. V. Davydova. – M. : Pedagogika, 1991. – 480 s.
4. Drandrov, G. L. Formirovanie pozitivnoj Ja-koncepcii podrostkov sredstvami hudozhestvennoj literatury = Formation of the positive Self-concept of teenagers by means of fiction [Tekst] / G. L. Drandrov, E. G. Bogoslova // Fundamental'nye issledovanija. – 2015. – № 2. – S. 1761-1767.
5. Efimkina, R. P. Probuzhdenie Spjashhej Krasavicy. Psihologicheskaja iniciacija zhenshhiny v volshebnyh skazkah = Awakening of the Sleeping Beauty. Psychological initiation of the woman in magic fairy tales [Tekst] / R. P. Efimkina. – SPb. : Rech', 2006. – 263 s.
6. Zinkevich-Evstigneeva, T. D. Praktikum po skazkotera-pii = Workshop on fairy-tale therapy [Tekst] / T. D. Zinkevich-Evstigneeva. – SPb. : OOO «Rech'», 2002. – 319 s.
7. Zinkevich-Evstigneeva, T. D. Tajnyj shifr zhenskikh skazok = Secret code of female fairy tales [Tekst] / T. D. Zinkevich-Evstigneeva. – SPb. : Rech', 2015. – 160 s.
8. Nagovicyn, A. E. Atlas skazochnogo mira = Atlas of the fantastic world [Tekst] / A. E. Nagovicyn, V. I. Ponomareva. – M. : Genezis, 2011. – 320 s.
9. Ognenko, N. M. Muzhchina i zhenshhina. Sila prit-jazhenija = Man and woman. Attraction force [Tekst] / N. M. Ognenko, E. A. Shhannikova. – SPb. : Rech', 2018. – 80 s.
10. Pantileev, S. R. Metodika issledovanija samootnosheni-ja = Self-relation research technique [Tekst] / S. R. Pantileev. – M. : SMYSL, 1993. – 32 s.
11. Propp, V. Ja. Istoricheskie korni volshebnoj skazki = His-torical roots of the magic fairy tale [Tekst] / V. Ja. Propp. – L. : LGU, 1986. – 365 s.
12. Psihologicheskij slovar' = Psychological dictionary [Tekst] / pod red. V. P. Zinchenko, B. G. Meshherjakova. – 2 e izd., pererab. i dop. – M. : Pedagogika-Press, 1998. – 440 s.
13. Saraeva, E. V. Razvitie samosoznaniya lichnosti sredstvami skazkotera-pii v junosheskom vozraste = Development of consciousness of the personality by means of fairy-tale thera-py at youthful age [Tekst] / E. V. Saraeva, E. A. Shhannikova // Vestnik gumanitarnogo obrazovanija. – 2017. – № 2. – S. 44-49.
14. Shhannikova, E. A. Razvitie samosoznaniya podrostkov s otklonjajushhimsja povedeniem sredstvami skazkotera-pii = De-velopment of consciousness of teenagers with deviant behavior by means of fairy-tale therapy [Tekst] / E. A. Shhannikova // Juridicheskaja prikladnaja psihologija. – 2018. – № 6. – S. 67-74.
15. Shhannikova, E. A. Tehnologija skazkotera-pii = Fairy-tale therapy technology [Tekst] / E. A. Shhannikova // Dopolnitel'noe obrazovanie i vospitanie. – 2015. – № 6. – S. 22-24.
16. Franc, M.-L. Arhetipicheskoe izmerenie psihiki = Arche-typic measurement of mentality [Tekst] / M.-L. Franc. – M., 2017. – 198 s.
17. Franc, M.-L. Tolkovanie volshebnyh skazok = Interpreta-tion of magic fairy tales [Tekst] / M.-L. Franc // Psihologija skazki. Tolkovanie volshebnyh skazok. – M. : B. S. K., 2004. – 364 s.
18. Hillman, Dzh. Arhetipicheskaja psihologija = Archetypic psychology [Tekst] / Dzh. Hillmann ; per. s angl. Ju. Donca i V. Zelenskogo. – SPb. : B. S. K., 1996. – 157 s.
19. Jung, K. G. Struktura psihiki i process individuacii = Structure of mentality and individuation process [Tekst] / K. G. Jung. – M. : Nauka. 1996. – 269 s.
20. Jung, K. G. Chelovek i ego simvol'y = Person and his symbols [Tekst] / K. G. Jung, M.-L. fon Franc, Dzh. L. Henderson, I. Jakobi, L. Jaffe ; pod obshej red. S. N. Sirenko. – M. : Serebrjanye niti, 1998. – 368 s.
21. Herbert S. Die Bruder Grimm: Ein Lebens-bild / Surla Herbert. – Berlin: Verl. Der Nation. 1985. – 381 s. – S. 23.
22. Robinson J. G. Fairy-tales and teaching family therapy / J. G. Robinson // Journal of Family Therapy. – 1986. – № 8. – R. 383-393.
23. Ruini S. Positive Narrative Group Psychotherapy: the use of traditional fairy tales to enhance psychological well-being and growth / Ch. Ruini, L. Masoni, F. Ottolini, S. Ferreri // Psychology of Well-Being. Theory, Research and Practice. – 2014. – R. 4-13.
24. Tomečkov, M. Märchen und Kinderliteratur im Deutscherunterricht für Kinder im Vorschulalter / M. Tomečkov. – Brno, 2007. – S. 40.