# Куклотерапия в качестве психологической помощи ребенку

Куклотерапия — форма психокоррекции, которую можно использовать для детей от года, а также для дошкольников, младших и средних школьников. Практически до подросткового возраста некоторые приёмы и основы этой арт-терапевтической позитивной методики могут применяться с неизменным успехом.

Взаимодействие с куклами позволяет ребёнку лучше понимать собственное место в этом мире, легче выражать свои эмоции в словах. Детям не всегда бывает просто рассказать о том, что их тревожит и волнует, о том, чего они боятся напрямую. Куда проще бывает перенести свои страхи, обиды, тревоги и другие сильные деструктивные эмоции на что-то неодушевлённое — на лист бумаги (при рисовании), на фигурку (при лепке), на кукол, разыгрывая спектакль в специальном кукольном театре.

Этот **метод признан во всём мире, как один из самых эффективных методов психологической помощи детям**, который позволяет улучшить их социальную адаптацию, разрешать внутренние и внешние конфликты. Малыш может с помощью кукол при помощи взрослых, знакомых с основами методики, разыграть любую ситуацию, которая, так или иначе, его волнует, травмирует.

*Разные специалисты относят метод к разным областям психологических разделов знаний: к психодраме, игротерапии. Чаще её считают одним из видов арт-терапии либо, вообще, выделяют в отдельный вид.*

**Виды и методы**

Куклотерапия бывает индивидуальной и групповой. В первом случае занятие проводится с одним ребёнком, во втором — с группой детей. Далее, классификация подразумевает отличия по функциям.

**Куклотерапия бывает:**

* **коммуникативной**— направленной на улучшение способностей к общению, налаживание отношений между детьми в коллективе, налаживание отношений между взрослым и ребёнком;
* **релаксационной**— направленной на устранение психологических блоков, страхов, эмоционального напряжения ребёнка;
* **педагогической**— обучающей новым знаниям, навыкам, способствующей расширению кругозора малыша;
* **коррекционной**— направленной на коррекцию поведенческих проблем, а также проблем с речью (используется как вспомогательная методика в логопедии) и психическим развитием;
* **развивающей**— направленной на [развитие памяти](https://o-krohe.ru/razvivayushchie-metodiki/razvitie-pamyati-u-detej-doshkolnogo-vozrasta/), внимания, моторики, речи.

*В подавляющем большинстве случаев в рамках одного занятия сочетают несколько методик. Так, при аутизме ребёнку показана коммуникативная, педагогическая и коррекционная куклотерапия, а при гиперактивности и дефиците внимания — сочетание обучающей и коррекционной методик*

На первый взгляд, кукла не может решить серьёзных проблем, но это только на первый взгляд. Взаимодействие ребёнка с куклой, которую он отождествляет с чем-то важным для себя, а часто — именно с самим собой, помогает диагностировать многие проблемы детского возраста, включая психологические и даже психиатрические проблемы.

Правильно построенное**занятие позволяет научить ребёнка выражать свои эмоции**, рассказывать о том, что его тревожит, что очень важно для стеснительных и замкнутых ребят, малышей с коммуникативными проблемами, с расстройством аутистического спектра; для детей, которые перенесли серьёзный стресс, трагедию, насилие, получили психологическую травму. **Куклотерапия полезна для адаптации ребёнка к новым условиям**: началось посещение садика, семья переехала на новое место жительства, мама и папа разводятся и т.д. Упражнения в сопровождении родителей и детей помогут наладить контакт первых со вторыми, если он нарушен.

Сочетание логопедических занятий с нетрадиционными технологиями, к которым относят куклотерапию, **даёт отличные результаты при коррекции речи**: при алалии, заикании и других проблемах речевого развития. Непослушные дети, невротики и истеричные малыши с помощью кукольного театра получают возможность взглянуть на своё поведение со стороны, что является эффективной формой коррекции поведения.

*Куклы могут «рассказать» и «объяснить» то, к чему дети не прислушиваются, если им говорят об этом в быту: о необходимости мыть руки, чистить зубы, убирать постель и т. д. В исполнении кукол даже простые истины становятся более понятными и доходчивыми.*

Если родители обращаются со своим ребёнком к специалисту-психологу, куклотерапевту, то у него в кабинете обычно есть множество разнообразных кукол, ребёнок может выбрать любые. Но в домашних условиях оптимальным считается такая организация занятий, при которой**ребёнок делает куклу сам или с помощью взрослых**. Понятно, что такой метод не подойдёт для совсем маленьких детей, но уже с полутора лет чадо может принимать самое активное участие в создании кукол для очередного лечебного сеанса. Поэтому на первом этапе нужно сделать кукол.

*Нет большой разницы, из чего они будут изготовлены, будут ли они красивыми или нет: важно, чтобы ребёнку они нравились, чтобы он идентифицировал их с самим собой. Для этого взрослым нужно пояснять в процессе создания, что «глазки у куклы похожи на твои, сын» или «смотри, у неё волосы получились совсем как у тебя!».*

Можно добавить кукле один из привычных ребёнку аксессуаров: резинку для волос, его носовой платок, игрушечное колечко или что-то иное из детских «сокровищ».

Создание куклы — важный этап для начала терапии. **Пока она делается, важно расспрашивать малыша, почему он нарисовал ей такое лицо, почему у неё именно такие волосы, одежда**. Это даст ответы на первичный вопрос — каково исходное психологическое состояние малыша. После того как кукла будет готова, ребёнок должен научиться ею управлять: покажите ему, на что она способна, как она двигается, как говорит, пусть малыш попробует продемонстрировать это сам.

Далее, идёт самый трудный этап — этап её «оживления», кукле нужно дать имя, вместе с малышом придумать, кто она, где живёт и чем занимается, какой у неё характер. После этого можно смело придумывать разные сценки для домашних спектаклей.

**Вот несколько подсказок — шаблонов, которые помогут в той или иной ситуации.**

* **Разговор по душам**. Ребёнок может по вашему заданию, рассказать кукле, как прошёл его день, что нового и интересного, а также неприятного случилось в садике или школе. Можно взять интервью у куклы. Пусть малыш сам придумает, кем она при этом будет: артистом, врачом, космонавтом или кем-то ещё, сам задаёт ей вопросы и сам придумывает на них ответы.
* **Монологи**. Задача ребёнка — от имени куклы изложить в форме монолога её жизнь, её прожитый день и переживания.
* **Сказка с главным действующим героем**. Попросите ребёнка придумать сказку, в которой главный персонаж — ваша кукла. Можно задействовать в ней и других кукол. Следите, какие эмоции и поведение закладывает в главного персонажа маленький кукловод.
* **Кукла-наставник**. Разыграйте перед малышом сценку, в которой кукла обучается важному: читать, говорить проблемный звук, который не получается у самого малыша, чистить зубы или мыть руки после прогулки.
* **Социальные навыки**. Сюда входят «взрослые» проявления в поведении малыша: лечение куклы, обучение её чему-либо, кормление или уход.
* **Сложное представление**. Репетируйте сказку с участием нескольких взаимодействующих кукол, участвуйте в ней вместе с ребёнком, потом устройте премьерный показ, пригласите домочадцев и друзей. Раздайте пригласительные билеты. После спектакля обязательно устройте разбор и обсуждение, но не ребёнка и его куклы, а поступков и слов разных героев сказки.