В гостях у сказки

Выполняя задание, выпавшее мне по жребию игры - поделиться впечатлением о книге из детства, я решила рассказать участникам проекта о книге сказок «В тридевятом царстве», сказки народов мира из которой были переработаны для детей Валентиной Любарской. Когда я была маленькой, меня очень привлекала эта книга старинным переплетом, тиснеными выпуклыми буквами, потрепанными, но не потерявшими белизны листами, ну и конечно тем, что там можно было найти сказки и про королей и королев, и про животных, и про простых людей, смекалистых, которые могли найти выход из, казалось бы, патовых ситуаций. Как и любому ребенку, мне тогда очень нравились закрученные приключения с разнообразными развилками сюжета, с множеством разнообразных героев и волшебных предметов. Сейчас смотрю на это несколько по-другому: хотя здесь собраны сказки разных народов мира, но чувствуют люди и попадают в ситуации плюс минус похожие, поэтому и лично у меня, и у моих знакомых, которым тоже нравятся сказки и притчи, возникают некие ассоциации с собой, со своими жизненными ситуациями, а еще очень хорошо находятся ответы на те вопросы, которые интересуют на данный момент.

Вот и адыгейская сказка «Волшебный кувшин» также отвечала на некоторые мои вопросы, над которыми я какое-то время размышляла. Одним из них был «Почему некоторые окружающие словно бы боятся приближаться к инвалидам?». Это распространяется, кстати, не только на незрячих. Если убрать причины заразности заболевания и неадекватности инвалида, то, с первого взгляда, причин больше и не остается.

Сказка «Волшебный кувшин» раскрывает древние традиции и повествует о том, как правитель некой страны, очень страшась старости, приказал уничтожать всех пожилых людей, как только их голова окажется седой. По условию, выставленному царем, если кто-то достанет кувшин со дна озера, тот спасет своего стареющего отца. Смог это сделать только юноша, который рассказал своему отцу о том, что 99 человек прыгали в воду, пытаясь достать кувшин, но он куда-то словно растворялся. Мудрый старик сразу догадался, что в воде всего лишь отражение от кувшина, а сам он привязан к одной из веток дерева, растущего на берегу озера. Таким образом царь признал, что в старости тоже есть что-то ценное. Кстати, Эрик Эриксон в своей возрастной периодизации также выделяет мудрость как положительный вектор развития, отрицательным отмечая раздражение и пренебрежение к окружающим из-за того, что жизнь прожита не так, как хотелось бы, а вернуть и переделать уже ничего нельзя.

Так вот, из этой основной мысли сказки, мне пришла в голову параллель: условно здоровые окружающие просто ставят себя на место инвалида и им становится жутко, потому что, реально, ничего хорошего в этом нет и быть не может. Мое первоначальное осознание своей инвалидности погрузило меня, мягко скажем, в небольшой шок, а потом и депрессивное настроение, которое длилось около трех лет, а, может и больше, поэтому реакция окружающих, даже неосознанная, становится более или менее понятна.

Из этого разговора мы с участниками ушли в проблему толерантности: может и должен ли незрячий демонстрировать свою незрячесть и в обществе. На мой взгляд, если он готов к не совсем адекватной реакции со стороны окружающих, то это вполне его право, но тогда не стоит удивляться, когда начинают показывать пальцами, громко обсуждать его слепоту вслух, считая, очевидно, что инвалидность по зрению также сочетается с инвалидностью по слуху.

Мои, например, похождения с тростью, вид которой явно демонстрирует мою принадлежность категории незрячих, приводят к комментариям окружающих типа: а ты чего, не видишь, что ли? Вы же слепая и не знаете, куда идете; жалко вас, ходите тут, мыкаетесь, тяжело ведь так жить-то, ну и дальше по тексту. Видя у тебя белую трость, люди начинают воспринимать тебя как объект для помощи, а совсем не субъекта собственной жизни: ты не можешь знать, что тебе надо – они знают это лучше. Если бы я постоянно ходила с кем-то под руку и пыталась слиться с толпой, то таких ситуаций было бы намного меньше, но мне больше нравится борьба за свободу, по крайней мере в тех рамках, в которых эта свобода возможна в положении инвалида по зрению.

Но, это все лирика. Возвращаемся к разговору о сказке. Почему-то участников очень расстроил тот факт, что я предложила ответить на некоторые вопросы, например, кто является главным героем сказки, почему именно этому герою выпало поучаствовать в случившихся событиях и так далее. Я не ожидала, но приняла к сведению.

Чтобы не думалось: главный герой в сказке это тот, с кого, как правило сказка начинается и упоминанием о ком она заканчивается, но это не главный принцип. Основным принципом выделения главного героя является то, произошли ли с ним какие-то изменения: внешние или в характере? Обычно главный герой меняет свое мнение или изменяется внешне и внутренне – в этом и мораль и за этим очень интересно следить: какие именно события и почему привели к изменению в мировоззрении.

Тема сказок продолжилась и на следующем занятии: в финале прошлого года библиотека в лице Натальи Рудольфовна поставила в свой график мое проведение двух тренингов: весной и осенью 2019 года. Весенний тренинг назывался «Свет мой зеркальце, скажи». Смысл его был в том, чтобы участники, посредствам погружения в сказочные ситуации (путешествия к золотой рыбке, создания сказочного персонажа), попробовали увидеть что-то новое в себе, о чем-то задуматься, а главное, дать отражение другим, то есть как зеркало, указать на те качества других участников, которые им в себе сложно заметить.

Теперь немного о моих впечатлениях от проведенного мероприятия: с самого начала я готовила себя к мысли, что это будет не совсем тренинг, вернее, совсем не тренинг, потому что люди не готовы к серьезному самораскрытию и отражению других. Почему? Возможно играет роль то, что все знают друг друга, часть вместе работает и не хочется распространять информацию о своей личности именно здесь; возможно, собравшиеся не привыкли или не хотят в себе разбираться. Они пришли полепить и по развлекаться, уж как кто может. Но и это, кстати тоже неплохо. Хуже, когда настрой участников настороженный, когда они ожидают, что сейчас, по их фразам и действиям я их просвечу, как рентгеном и буду знать все их мысли и чаяния. Такой настрой тоже бывает. Сразу разочарую: моя задача помочь тем, с кем я работаю самим разобраться в себе при их желании это делать и готовности работать, а копаться во внутреннем мире того, кто этого не хочет у меня нет ни возможности, ни желания.

Так вот, я думала, что люди на нашем скайповском собрании психологического клуба, которое мы проводим два раза в неделю в течение уже трех лет, довольно закрыты, но все познается в сравнении. Разговор с участниками тренинга, прошедшего в библиотеке-центре инвалидов по зрению напоминал лазание по очень гладкой поверхности, где ты даже не знаешь, за что бы зацепиться. Когда появлялись небольшие намеки на выступ, то от одной участницы вместе с нервным смехом каждый раз звучала фраза: «А я знаю, что ты сейчас спросишь», и дальше по тексту.

В финале мероприятия я попросила ответить на три вопроса: понравилось ли вам, как вы выполняли упражнения? было ли выполнения какого-то упражнения затруднительным? был ли какой-то участник или какая-то ситуация, которая вам открыла что-то новое в себе? Вот сейчас я и попробую на них ответить, при этом дать обратную связь о мероприятии.

Как я выполняла упражнения, мне не очень понравилось, впрочем, как и почти все, что я делаю. Наверное, сказывается перфекционизм – желание сделать все идеально. Конечно, провожу с собой беседы, типа: человек не может все делать идеально, это лишь горизонт, к которому нужно стремиться, но осадок периодически остается, как и после прошедшего тренинга. Что мне было трудно выполнять? – вести тренинг, где процентов 70 участников не готовы работать. Узнала ли я что-то новое о себе благодаря участникам тренинга? Да, что не готова работать, когда это никому не нужно и что меня радует хотя бы маленький результат.

В качестве вывода:

Вообще, программа минимум моих подобных мероприятий – дать возможность людям задуматься, именно не начать рвать на себе и других волосы, не посыпать голову пеплом, свою и окружающих, а шевелить мозгами. Что меня порадовало в этой ситуации, что с четырьмя участниками это все-таки получилось. И второй вывод – если собравшиеся в проекте люди не готовы к работе в этой форме, то ее нужно скорректировать, а для этого нужно составлять что-то типа устного опросника и узнавать мнение тех, кто согласен продолжать работу в такой группе.

Зачем нужна работа таких групп? Ну совсем не для того, чтобы выявить и подчеркнуть ненормальность участников. Часто мне приходится слышать: да я нормальный, зачем мне это все? Нормальная рефлексия, ни в коем случае не уходящая в самобичевание, нужна для того, чтобы человек осознал, что входит в его внутренний мир, что ему в себе нравится, а что нет и, если что-то не нравится, решил, будет ли он это исправлять или нет и, если будет, то каким образом, а психолог является лишь сопровождающим на этом нелегком, но довольно интересном путешествии в глубины собственной личности и сказки для этого довольно эффективный инструмент, значение которого признавали Зигмунд Фрейд и Карл Густав Юнг, стоявшие у истоков всей психологической науки.

Мария Попова