

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЧЕРКАСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ БОГДАНА ХМЕЛЬНИЦЬКОГО

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ПРАКТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

Актуальні проблеми практичної психології: збірник наукових праць / ред. І. В. Калашник. Черкаси, 2025. 916 с.

Головний редактор:

Калашник І. В. – кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології, глибинної корекції та реабілітації Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького.

Редакційна колегія:

Білуха Т. І. – кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології, глибинної корекції та реабілітації Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького.

Бондаревська Л. Л. – кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології, глибинної корекції та реабілітації Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького.

Драгола Л. В. – кандидат психологічних наук, старший викладач кафедри психології, глибинної корекції та реабілітації Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького.

Манжара С.О. доктор філософії, викладач кафедри психології, глибинної корекції та реабілітації Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького.

Педченко О. В. – кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології, глибинної корекції та реабілітації Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького.

Сіденко Ю. О. – кандидат психологічних наук, старший викладач, завідувач кафедри психології, глибинної корекції та реабілітації Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького.

Сірик І. В. – кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології, глибинної корекції та реабілітації Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького.

Стасько О. Г. – кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології, глибинної корекції та реабілітації Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького.

Берестенко О. В., Беляєва Г. А., Богомаз М. В., Бонь Я. А., Бороніна О. С., Василенко О. А., Васильєва А. О., Васковець С. Б., Герун О. О., Глиняний А. Д., Глущенко О. В., Гончар Н. М., Горбенко Т. О., Гребеневич І. Г., Денисенко Є. О., Дужко М. С., Єременко О. О., Єфімова Н. В., Забара С. О., Закаблук Т. О., Згурська Т. В., Іванова А. І., Іванова І. В., Калитюк Н. М., Карбівнича Ю. О., Козаченко Н. О., Кочагіна О. М., Кравченко В. С., Кулик О. Б., Легкун І. В., Лемешук А. О., Лєвашова І. Ю., Лисенко Л. А., Лисиця Л. Г., Лінцова М. С., Лінчевська Н. В., Лупашко Н. Ф., Мараховський В. В., Матвієнко А. О., Мельниченко Л. М., Міронов М. О., Ніколенко Т. Б., Оліцька Ж. Б., Омельченко Ю. М., Оношко В. С., Охота Н. Є., Павленко Д. С., Пашковський М. В., Пилінко Т. Ю., Погодіна О. Ю., Позняк Д. П., Поліщук І. Д., Полоз О. О., Попович Ю. В., Приз Г. С., Проценко О. М., Пустовіт О. П., Ратушняк І. В., Романовська О. В., Россоха М. Ю., Руль М. О., Салогор М. М., Сизько О. С., Сімонов М. П., Сіткевич А. В., Слободянюк Д. О., Сопільняк В. В., Тарасенко Б. О., Тележенко Д. О., Ткач І. В., Ткаченко Л. О., Фарбун А. С., Федоренко Ж. В., Фесовець Н. Л., Фіалковська О. А., Фіцак А. В., Хижняк О. Г., Цвященко О. В., Шевченко Н. В., Шемшур Т. В., Штаде О. Д., Шулеко Н. Л., Юрченко Т. Л., Ющенко К. С. - студенти 1 курсу ОС «Магістр», психологічного факультету Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького.

Ткач І.В.

Студентка 1 курсу ОС «Магістр»

Психологічного факультету

Черкаського національного університету

Імені Богдана Хмельницького

Науковий керівник: кандидат психологічних наук,

доцент кафедри психології,

глибинної корекції та реабілітації

Стасько О.Г.

КАЗКОТЕРАПІЯ ЯК МЕТОД ПСИХОКОРЕКЦІЙНОЇ ПРАКТИКИ

Анотація. У статті висвітлено метод казкотерапії як ефективний напрям психокорекційної практики, який ґрунтується на символічному, метафоричному та проєктивному впливі казкових сюжетів на психіку дитини та дорослого. Розглянуто теоретичні засади методу, механізми його дії, основні форми реалізації. Окреслені можливості застосування у психологічній практиці.

Ключові слова: казкотерапія, психокорекція, емоційний розвиток, архетип, символ, метафора, проєкція, терапевтична казка.

Постановка проблеми. У сучасних умовах соціальної турбулентності, емоційного та інформаційного перевантаження, особливо серед дітей і підлітків, актуалізується потреба у м'яких, гуманістично орієнтованих методах психологічного впливу. Одним із таких методів є казкотерапія — напрям психологічної корекції, що використовує казку як символічний засіб впливу на внутрішній світ особистості.

Казка, як культурний феномен, виконує не лише пізнавальну та розважальну функції, але й глибоку психотерапевтичну. Завдяки архетипічній структурі, казка здатна моделювати психологічні процеси, трансформувати негативний досвід, формувати нові стратегії поведінки.

Відомо, що казки відіграють важливу роль у розвитку особистості, посідають вагоме місце у формуванні її внутрішнього світу. У казках символічно представлено палітру людських взаємин; казкові історії містять інформацію про динаміку життєвих процесів; за допомогою казки пізнається філософія життя [4].

У роботі з казкою майже не існує обмежень, зокрема і вікових: для будь-якої вікової категорії є своя казка, міф, притча, легенда.

Дослідженням проблеми використання казки як психотерапевтичного засобу займалися Е. Берн, З. Фрейд, М.-Л. фон Франц, К. Г. Юнг. Теоретичні та практичні аспекти роботи з казкою висвітлені і в дослідженнях українських науковців М. Заброцького, Г. Мікляєва, В. Солодухова, Л. Терлецької та ін.

Серед значної кількості наукових досліджень в галузі казкотерапії, більшість авторів надавали перевагу аналізу психотерапевтичних можливостей казки, акцентували увагу на свідомій сфері психіки суб'єкта. В той час як принцип спонтанності під час роботи з клієнтом, питання психокорекційного діалогу та інтерпретації, а також єдності психодіагностики з психокорекцією у процесі психокорекційної роботи потребують подальшого вивчення. Мало дослідженим також залишається поєднання прийомів роботи з казкою у різних напрямках психокорекційної практики.

Метою статті є дослідити сутність казкотерапії як методу психологічного впливу на особистість під час її використання у психокорекційній практиці.

Виклад основного матеріалу. Об'єктом наукового дослідження казка і казкотворчість стають у XIX ст., здебільшого цей феномен вивчають в контексті гуманітарних наук, зокрема філології, історії, філософії, культурології.

На початку минулого століття багатоаспектний світ казки стає предметом і психолого-педагогічних досліджень. Здебільшого перші наукові напрацювання в цій галузі стосувалися особливостей сприйняття казок дітьми, впливу казки на розвиток функціональних характеристик дитини, формуванню ігрових можливостей у дитини за допомогою казки тощо [2].

Поняття "казкотерапія", "терапевтична казка" з'являються в науковому обігу лише в другій половині XX ст.

Таким чином, казкотерапія як метод психотерапії відомий людству вже багато років, але як напрям сучасної психокорекції виник нещодавно. У різних контекстах цей термін використовують по-різному, що пов'язано з використанням казкотерапії в освіті, в розвитку особистості, у вихованні, в тренінговому впливі, та як інструменту психотерапії, корекції.

За К. Юнгом, казкотерапія – процес активізації ресурсів, потенціалу особистості.

Е. Берн зазначав, що казкотерапія – це розкриття внутрішнього та зовнішнього світу, осмислення пережитого, моделювання майбутнього, процес підбору кожному клієнту своєї особливої казки [5].

І. Данилюк характеризує казкотерапію – як психологічний метод, який використовує казкову форму для інтеграції особистості, розвитку творчих здібностей, розширення свідомості, удосконалення взаємодії з навколишнім світом.

Отже, аналіз літературних джерел свідчить про те, що немає єдиного визначення казкотерапії. Але спільним, на нашу думку, у всіх визначеннях є те, що казка розкриває внутрішній світ особистості, тобто, казкотерапія – це терапія середовищем, особливою казковою атмосферою, яка надає можливість особистості проявити свої потенційні можливості, матеріалізувати мрію; а головне, забезпечити відчуття захищеності та таємниці [1].

Метою казкотерапії є підведення людини до усвідомлення своєї внутрішньої сутності, своєї єдності і неповторності, до відчуття гармонії з собою та світом.

У процесі казкотерапії людина навчається сприймати себе такою, якою вона є, усвідомлювати себе та інших як неповторну індивідуальність. У кожній людини існує потреба у самовираженні, яка здебільшого, залишається незадоволеною, що породжує внутрішній конфлікт. В основі психологічної проблеми часто лежить незакінченість, незавершеність. Особистість зупиняється перед тим, що її лякає, повертається багато разів до того самого, наближається до найстрашнішого. Це може бути залишком психологічної травми, коли індивід

знову і знову повертається до її початку, майже досягає кульмінації - і знову зупиняється, витісняє. Клієнт вважає, що якщо “страшне місце” пройти, з’являється світло і проблема вирішується, людина залишається живою. Життя означає продовження, прихід нового дня після завершення старого. Вище вказане підкреслює важливе значення залучення самих клієнтів до складання терапевтичних метафор. Не можливо створити для іншої особистості казку, яка має для неї більше значення, ніж метафорична оповідка, яку вона створила особисто [3].

На думку Е. Берна, казкотерапія – один з найменш безболісних методів психотерапії. Ймовірно тому, що за допомогою казок (або під їх впливом) сформувався життєвий сценарій і за допомогою казки можливо його скорегувати.

У науково-психологічній літературі є різні погляди стосовно форм роботи з казкою. Цими питаннями займалися відомі психологи, зокрема, Е. БERN, В. Пропп, Д. Аллан. Останній дослідник зазначав, що у казковій формі свою проблему легше побачити і легше прийняти (не так образливо, не так боляче). Для казкового героя легше придумати вихід з положення - адже в казці все можливо [4].

У психологічній практиці виділяють такі форми роботи з казками:

1. Використання народних казок в цілях психотерапії. До переваг можна віднести: символічність казок, що забезпечує можливості особових проєкцій; знайомство клієнта з сюжетом, іноді навіть дослівне знання тексту; сюжет, відсутність зайвих подробиць; динамічність; різноманітність, можливість підібрати необхідну тематику; відповідність національному характеру. Недоліки: умовність характерів; відсутність змін в характері героя за час дії казки.

2. Використання відомих авторських казок. Основними перевагами яких є популярність та різноманітність сюжетів. Труднощі під час використання даної форми роботи пов’язані з такими аспектами як: можливе зниження інтересу; безліч сюжетних ліній. Крім того, авторська казка обов’язково несе в

собі погляди автора, а вони не завжди збігаються з поглядами психолога та клієнта [5].

Л. Магдісюк зазначає, що основний недолік даної форми роботи полягає в протиріччі: авторська казка вимагає до себе дбайливого відношення, тому не завжди допустима зміна сюжету, що водночас постулює психолог як основний метод роботи з казкою. Зміна може сприйматися як руйнування структури, псування казки, що порушує атмосферу психологічного контакту.

3. Створення психотерапевтичних казок. В цій формі роботи казки складаються з урахуванням особливостей запитів, характерних для того контингенту, з яким працює психолог; іноді їх пишуть для певного клієнта. Таким чином, психотерапевтичні казки містять тригери, які психолог цілеспрямовано додає у зміст оповідки. Актуальна проблема представлена в казці в метафоричній формі, та, як правило, приписана значущому герою [1].

Сюжети психотерапевтичних казок, обов'язково передбачають можливості для зміни героїв казки, а також ситуації вибору, які вимагають відповідального підходу до прийняття рішення. Наприклад, казка своїм змістом «підказує», що неконтрольована агресивність, насильство, егоїзм, байдужість до людей і до себе самого - це негативні прояви.

Аналіз літературних джерел свідчить про те, що основними способами роботи з казкою є: обговорення та аналіз казки, що вже існує; створення «клієнтської» казки, тобто написання клієнтом власної оповідки; драматизація та інсценізація готової казки засобами акторської гри або лялькового театру; арт-терапевтична робота, що базується на мотивах казки.

Під час прослуховування казки клієнт «вбудовує» сюжет казки у власний життєвий сценарій, формує та коригує його.

О. Бурчик вважає, що казка є своєрідним відображенням архетипу клієнта та його соціальних установок, які яскраво візуалізуються та впливають на сюжет казки, і, як наслідок, відроджують певні переживання дитячого віку, завдяки чому в сюжеті оповідки психолог має змогу прослідкувати онтогенез особистості клієнта. Водночас, психологиня зазначає, що, казка є ситуативною, адже

наповнюється власними переживаннями клієнта, актуальними саме на даний момент.

Дослідження архетипів героїв української казки є актуальним. Дослідження Л. Дунаєвської доводять, що персональний склад української казки характеризується ідейно-художньою трансформацією архетипної системи первісної синкретної (неподільної) ідеології. Первісна архетипія найбільше простежується у чарівних казках та казках про тварин.

Робота з казками в значній мірі заснована на роботі з символами, які походять від архаїчних форм функціонування психіки.

У казках символами можуть бути персонажі, предмети, події.

Завдяки вивченню релігії, міфів, казок, різних форм художнього вираження почуттів і думок а також снів і фантазій ми приходимо до переконання, що символічний спосіб пізнання і отримання досвіду для людини дуже важливий, а символічні експресії в різних культурах дуже схожі.

Так у роботі з казками виокремлюють три групи символів:

1. Символи, пов'язані з природою, такі як дерево, море, люди, тварини, рослини і т.д.;
2. Магічні або міфологічні символи, такі як сирени, гноми, тролі, ангели, дракони, змії і т.ін.;
3. Символи у вигляді речей культури (ключ, лялька, золото, капелюх), і магічні речі і люди, в зв'язку з якими підкреслюється культурний аспект (королі, королеви, садівники і т.ін).

Дослідження архетипової свідомості суспільства через образи героїв українських казок, які проведені С. Походенко, виокремлюють головних діючих героїв: лисиця, вовк, ведмідь, заєць, коза, кіт, півень, цап, кінь, собака. Аналіз самого образу дає можливість зрозуміти наповнення персонажу. Так, лисиця асоціюється з пронирилівістю, підступністю, хитрощами.

Вовк є більш злим, жадібним, ненажерливим, дурним та нездогадливим, він асоціюється з чужими, мертвими, пращурами, живими небіжчиками.

Ведмідь – це найсильніша тварина, покровитель родючості, захисник від усього зла.

Заєць є втіленням сумирності та беззахисності, наділений чоловічою еротичною символікою та демонічними властивостями, пов'язаний з нечистою силою, рухливість обумовлена зв'язком з вогнем.

Кіт має подвійний характер: з однієї сторони, він часто виконує функцію помічника; з іншої сторони він є хитруном та слугою злих сил.

Півень володіє тісним зв'язком із сонцем, він відлічує час, пов'язаний з підземним світом, працелюбний та войовничий, здатний вигнати нечисту силу за допомогою крику.

Потенційний символ має свою інформативну цінність, яка може перетворюватися несвідомим в низку проявів (інстинкт самозбереження, лібідо, інтелектуальні і культурні прагнення тощо).

Інтелектуальні прагнення, на нашу думку, необхідно розглядати досить широко. Вони об'єднують як бажання до наукових досліджень, так і бажання творити музику, малювати, писати вірші та ін.

Потенційний символ може впливати позитивно і в даному випадку вести до відчуття задоволення. Негативний вплив викликає почуття злості, страху і напруження, бажання закритися в собі. Стимуляція, що викликає конфлікти, породжує амбівалентні почуття.

Символи активізують потяги і, як наслідок, керують вчинками, навіть коли клієнт цього не усвідомлює.

Слід зазначити, що різні символи входять в інтроспекції, посилюють свою взаємодію. Більш того, символ може мати різноманітну інтерпретаційну цінність, в залежності від контексту. Яблуко може бути позитивним символом жіночості, але може означати отруту, потенційне знаряддя вбивства [2].

Таким чином, казкотерапія передбачає відкритість психолога щодо індивідуальних символів клієнта, який додатково встановлює особистісні відносини з символічним світом.

На нашу думку, важливо розмежувати поняття символ та метафора у контексті казкотерапії.

Так, І. Данилюк визначає метафору як опосередковане образне вираження психологічного змісту, переживань, конфліктів або бажаних змін через перенесення властивостей одних об'єктів, явищ чи історій на інші, що мають певну схожість або асоціативний зв'язок.

Метафора виступає інструментом свідомості, в той час як символ – засобом прояву несвідомого у свідомості. Символ потребує розшифровки, інтерпретації, в той час як метафора виступає як засобом дешифрування казкового символу, так і інтегральним феноменом, що гармонізує свідоме і несвідоме.

Якщо архетип – це універсальний механізм візуального синтезування змісту свідомої і несвідомої сфер психіки в символічній формі, то метафора є засобом вербального прояснення символу.

Трактування символу у процесі практичної психокорекційної роботи є необхідною передумовою пізнання несвідомого і виступає певною мірою переходом від абстрактного до конкретного. Спільність функціонального навантаження символу та метафори полягає у емоційній значущості, що вказує на причетність даних феноменів до сфери несвідомого, зміст якого важко пізнати зусиллям волі самого суб'єкта [3].

Спектр застосування казки як методу психотерапії зумовлений її специфічними функціями:

- казка виступає підґрунтям, матеріалом для нівелювання прогалин особистісної історії клієнта, шляхом доповнення її інформацією загальнолюдського характеру;

- завдяки казці стає можливою актуалізація тих моментів особистісної історії клієнта, які свідомо чи несвідомо ним витісняються;

- формування нових поглядів на ситуацію з подальшим переходом на інший, вищий щабель її усвідомлення, завдяки чому відбувається моделювання більш конструктивних рішень та поведінки;

- у казці відображається внутрішній конфлікт, що дозволяє клієнтові краще осмислити його;

- казка – це своєрідний «буфер» між психологом та клієнтом, який зменшує опір клієнта, скеровуючи енергію на роздуми; - казка виступає в ролі альтернативної концепції сприйняття життєвих ситуацій, які є неоднозначними;

- завдяки казці формується віра у позитивний розв'язок проблеми.

Висновки. Отже, казкотерапія є універсальним методом психологічної допомоги, що поєднує в собі глибину символічного мислення, гуманістичний підхід і творче самовираження, адже переказ та інтерпретація казок дозволяють реалізувати людині власні творчі можливості, усвідомити власний досвід із минулого.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бурчик О. В. Групова казкотерапія в особистісно-орієнтованому вихованні дітей. Вісник Житомирського державного університету імені Івана Франка. 2005. № 25. С. 203–205.

2. Євтушенко І. В., Аврамченко С. М. Використання казок в роботі психолога. Київ : Марич, 2011. 96 с.

3. Єнгаличева І. Казкотерапія як один із методів корекційно-розвиваючої роботи з педагогічно занедбаними учнями. Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія : Педагогіка. Соціальна робота. 2012. Вип. 25. С. 70–72.

4. Жебелева П. В. Казкотерапія як засіб психологічної допомоги особистості. Вісник післядипломної освіти. 2012. Вип. 7. С. 284–291.

5. Магдисюк Л., Федоренко Р., Замелюк М. Казкотерапія в психологічному консультуванні дітей та дорослих : навч. посіб. Луцьк : Вежа-Друк, 2019. 152 с.