

## КАЗКОТЕРАПІЯ ЯК МЕТОД ПСИХОЛОГІЧНОГО ВПЛИВУ НА ОСОБИСТІТЬ

Данилюк Іван Васильович<sup>1</sup>, Зольникова Світлана Володимирівна<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Доктор психологічних наук, професор, декан кафедри психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка, м. Київ (Україна)

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-6522-5994>

<sup>2</sup> Студентка II курсу факультету психології Інституту післядипломної освіти Київського національного університету імені Тараса Шевченка, м. Київ (Україна)

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-5892-444X>

UDC: 519.9

### АНОТАЦІЯ

У статті в результаті теоретичного дослідження визначається сутність казкотерапії як психологічного методу впливу на особистість в якості інструменту психотерапії, корекції. Головна перевага казкотерапії як методу полягає в тому, що ядром будь-якої казки є метафора. Зазначається, що нині всі відомі психологічні практики використовують метод казкотерапії: гештальт-терапія, арт-терапія, психодрама, трансактний аналіз, гіпнотерапія та ін. Казка розвиває самосвідомість людини, розкриває її потенціал у взаєминах з навколишнім світом і світом внутрішнім, формує її здатність стати творцем власного внутрішнього світу та світу зовнішнього, тобто визначає суб'єктність особистості, що і є метою казкотерапії. Підкреслюється, що казка є однією з форм, завдяки якій відбувається соціалізація особистості в різні вікові періоди.

Наводиться класифікація казок: розважальні, художні, дидактичні, психологічні. Психологічні казки діляться на психокорекційні, психотерапевтичні, медитативні та розвивальні.

У статті також аналізуються особливості застосування казкотерапії, шляхи використання казки в практичній роботі психолога, механізми впливу казок на дітей, функції казок, а також принципи роботи з казками: усвідомленість, зв'язок з реальністю. Підкреслюється, що казка повною мірою задовольняє природні потреби дитини молодшого шкільного віку: потребу в автономності, потребу в компетентності, потребу в активності. Розглядаються особливості казкотерапії: інформативність, екологічність, відсутність меж,

Address for correspondence, e-mail : [editpsychas@gmail.com](mailto:editpsychas@gmail.com)  
Copyright: © Ivan Danyliuk, Svitlana Zolnikova

This is an Open Access journal, all articles are distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International (CC BY-NC-SA 4.0) License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>), allowing third parties to copy and redistribute the material in any medium or format and to remix, transform, and build upon the material, provided the original work is properly cited and states its license.

феєричність, емоційність, мудрість, відсутність вікових обмежень. Також детально розглядаються особливості застосування казки в роботі психолога з клієнтом : використання казки як метафори, малювання за мотивами казки, обговорення поведінки та мотиву дій персонажу, програмування епізодів казки, що дає відчувати деякі емоційно значущі ситуації, творча робота за мотивами казки.

Описуються механізми впливу казок на особистість : казки описують глибинний досвід переживання емоційних криз особистості; вплив казки на несвідомому рівні включає адаптаційні механізми, які допомагають подолати стрес; казка вчить дитину продуктивно переживати страх, що дозволяє зберігати психічну цілісність.

**Ключові слова:** казка, казкотерапія, психотерапія, особистість, корекція, метод, психологічний вплив.

**Постановка проблеми.** Казкотерапія як метод психотерапії відомий людству вже багато років, але як напрям сучасної психотерапії 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. Вивчення проблеми застосування казкотерапії для формування особистісних якостей, загальнолюдських цінностей актуально в наш час, оскільки казка як активне навіювання (не директивне) у своїх символах містить зашифровані найважливіші психологічні характеристики, моделі поведінки, соціальні переконання і тим сприяє становленню особистості. Враховуючи важливість казки у формуванні соціальної поведінки людини в будь-якому віці, вона може слугувати джерелом терапії, а саме – казкотерапії. Крім того, існують глибокі зв'язки казки та життєвого сценарію людини. Улюблена казка або казка, що налякала в дитинстві, може вплинути на

життєвий шлях, навіть якщо свідомий такий зв'язок і не простежується. Казкотерапія може змінити негативний сценарій, допомогти подолати особистісні проблеми та сформувати позитивний життєвий сценарій.

Актуальність використання казкотерапії полягає в об'єднанні багатьох методичних, педагогічних, лінгвістичних, психотерапевтичних прийомів у єдиний казковий контекст і адаптації їх до психіки людини для формування самодостатньої особистості, яка впевнена в своїх силах і незалежна від інших у своїх судженнях та прийняті рішення.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Існує багато досліджень, спрямованих на вивчення діагностичних і корекційно-розвивальних можливостей фольклору, казок та інших літературних жанрів (П. Гальперін, В. Зінченко, О. Зосімовський, О. Кабачек, Т. Лаврентьєва, І. Тихоміров та ін.) (Немов, 2003). У науковій літературі відомі дослідження, спрямовані на вивчення проблем впливу казкотерапії на внутрішній світ особистості

(В. Белянiн, Н. Берковська, Я. Дейковський, О. Запорожець, Т. Зiнкевич - Євстигнєєва, Я. Коломiнський, О. Кульчицька, Н. Рубакiн та iн.) (Станишевская, 2018). Важливими для нашого дослідження є також праці, в яких розглядається проблема слова як інструменту лікувальної педагогiки та психологiї (О. Балашова, В. Белянiн, К. Кедров, Р. Кроулі, Дж. Мiлк, О. Мiхайлов, М. Осорiна, В. Пропп, О. Романов, В. Руднєв, Д. Соколов, К. Еган та iн.) (Дж. Мiлк, 2014; Соколов, 2015; Пропп, 1963).

Нинi казкотерапiя iнтенсивно розвивається в рiзних напрямках. Так, Т. Зiнкевич-Євстигнєєва, М. Грабенко, М. Саакович, Г. Ель розробили прийоми сумiсного застосування казкотерапiї та piсочної терапiї. Науковi праці Л. Гребенщикової i А. Татарiнцової присвяченi використанню в казкотерапiї ляльок (Гребенщикова, Татаринцева, 2012). Т. Зiнкевич-Євстигнєєва i Д. Кудзилов розробили декiлька настiльних iгор, що застосовуються в ходi казкотерапевтичних тренiнгiв (Зинкевич-Євстигнєєва, Кудзилов, 2010).

Особливостi казкотерапевтичної роботи з дитячими страхами та агресiєю розглянутi у працях О. Чех i І. Кулiнцової (Чех, 2009; Кулинцева, 2017). О. Смирнова розробила питання застосування казкотерапiї з дiтьми з тяжкою формою розумової вiдсталостi (Смирнова, 2012). В якостi основного засобу встановлення контакту мiж дорослими та дiтьми розглядають казку О. Карпов, О. Васькова. А. Полiтикина i В. Титаренко розробили мето-

дики розвитку мови дiтей казкотерапевтичними методами (Политикина, Титаренко, 2017)

Окремi уваги заслуговують науковi праці О. Наговiцина i В. Пономарьової, в яких систематизується метафоричний матерiал, оптимiзується класифiкацiя казок, а також розробляється теорiя та методологiя казкотерапiї (Наговицин, 2016; Пономарева, 2011).

Однiєю iз самих перспективних розробок казкотерапевтiв є модифiкацiя юнганського учiння про архетипи пiд iдеї казкотерапiї, що дозволяє створити психологу своєрiдну «систему координат», здатну оперативно описати проблему клiєнта та зорiєнтуватися в роботi з нею. Такий погляд на проблему пропонують праці Т. Зiнкевич-Євстигнєєвої, О. Каяшової та М. Огненка (Зинкевич-Євстигнєєва, 2006; Каяшева, 2012).

Проблеми казкотерапiї вивчаються вiтчизняними дослідниками – О. Демченко (Демченко, 2018), К. Єгорушкiною (Єгорушкiна, 2012), І. Курило (Курило, 2012), Т. Полковенко (Полковенко, 2019) та iн.

Отже, казкотерапiя в наш час активно розвивається, створюються новi технiки використання казок у психотерапевтичній роботi, за допомогою яких можливо вирiшити досить велике коло проблем.

**Мета статтi** – на основi теоретичного дослідження визначити сутнiсть казкотерапiї як методу психологiчного впливу на особистiсть.

**Виклад основного матерiалу.** На сучасному етапi розвитку казкотерапiя є науково

-практичним напрямом, що активно розвивається та інтегрує досягнення таких наук, як психологія, філософія, соціологія, медицина.

Казкотерапія – це психологічний метод, який використовує казкову форму для інтеграції особистості, розвитку творчих здібностей, розширення свідомості, удосконалення взаємодії з навколишнім світом.

Головна перевага казкотерапії як методу полягає ще й в тому, що ядром будь-якої казки є метафора. Саме метафора є засобом психологічного пливу. Точність і глибина метафори визначає ефективність корекційних методів з дорослими та дітьми. Цей метод психокорекції базується на тому, що вигадана історія несе в собі прихований смисл вирішення складних проблем (Вачков, 2007).

Казка є однією з форм, завдяки якій відбувається соціалізація в різні вікові періоди. Вона входить у життя людини з раннього дитинства та супроводжує її протягом усього життя; з неї починається знайомство зі світом людських взаємин, з навколишнім світом у цілому. Механізми соціалізації розрізняються в різних культурах, однак спільним є побудова системи впливів, які оперують з потребами, інтересами, цінностями, мотиваціями, настановами, нормами. В практиках міждисциплінарних досліджень соціалізація розглядається як саморозкриття особистості, адаптація її до соціального середовища, побудова особистості за певним прототипом – на все це казка здійснює безпосередній вплив (Соколов, 2005).

Засновником методу комплексної казкотерапії є Т. Зінкевич - Євстигнеєва, яка визначає казкотерапію як набір способів передачі знань про духовний шлях душі та соціальну реалізацію людини, як виховну систему, що відповідає духовній природі людини. Авторка пише, що казкотерапія – це відкриття тих знань, які живуть у душі та є в цей момент психотерапевтичними; процес пошуку смислу, розшифровка знань про світ і систему взаємин у ньому; процес створення зв'язку між казковими подіями та поведінкою в реальному житті; процес об'єктивації проблемних ситуацій; процес активізації ресурсів, потенціалу особистості; процес екологічної освіти та виховання дитини; терапія особливим казковим середовищем, у якому можуть проявитися потенціальні частини особистості, щось нереалізоване може реалізуватися в мрії; процес підбору кожному клієнту його особливої казки (Зинкевич-Євстигнеєва, 2006). Також авторка називає цей відносно молодий напрям психології цілою системою розвитку емоційного інтелекту, саморегуляції, можливістю формування справжніх цінностей людини та її моральності.

На думку І. Вачкова (Вачков, 2011) всі ці аспекти можуть бути виокремлені в змісті казкотерапевтичної роботи, однак таке визначення має скоріше функціональний характер і не розкриває сутність самого методу. І. Вачков зазначає, що розглядання казкотерапії, передусім як виховної системи, веде її від психологічного аспекту до дидактичного та звукує

коло її цілей і задач.

Ще одна позиція відносно казкотерапії почала складатися в останні роки в зв'язку з появою в нашій країні знань про нарративну психотерапію (засновники М. Уайт та Д. Епстон), яка має багато спільного з казкотерапією. Але разом з цим існують і відмінності. Так у нарративній практиці використовуються вже готові казкові сюжети, а для казкотерапевтів це не є обов'язковим, тому що зміна сюжету, знаходження нових моделей поведінки героя, з точки зору казкотерапевта, дозволяють знайти нові варіанти власного розвитку клієнта.

Існує також думка, що казкотерапія не може бути самостійним напрямом, оскільки це лише назва для групи прийомів роботи з казковими образами та сюжетами, які використовуються в різних психотерапевтичних школах: в гештальт-терапії, психодрамі, транзактному аналізі, гіпнотерапії та ін. Дослідники зазначають, що застосування різних прийомів використання казок у психотерапевтичних школах не знищує казкотерапію як окремий напрям (Соколов, 2005).

Отже, в наш час жодна психологічна практика не обходиться без використання казкових прийомів, що свідчить про силу та популярність казкотерапії, методи якої проникають на суміжні території.

Для розуміння сутності казкотерапії потрібна розробка конкретних дефініцій. Казки – і народні, і авторські, створені казкотера-

певтом «під задачу» і написані самим клієнтом – дозволяють вирішити, передусім, дві найважливіші задачі.

Першу дослідники називають «задачею дзеркала»: казка може допомогти клієнту (дитині або дорослому) побачити самого себе, а значить, розвинути самосвідомість і дати змогу гармонізувати свій особистісний простір. Другу задачу називають «задачею кристалу»: казка дозволяє по-новому побачити інших людей і світ навколо себе та побудувати нові, більш конструктивні взаємини з людьми та світом.

Слід зазначити, що здатність казки допомогти психологу вирішити ці дві задачі не є специфічною для казки, особливою її властивістю, тому що існують й інші засоби, які використовуються психологами та психотерапевтами. Однак, саме казка в якості особливого психологічного інструменту, володіє важливими можливостями: вона пов'язана з могутніми ресурсами несвідомого за рахунок своєї архетипічності; вона є своєрідною енциклопедією основних людських проблем і поведінкових патернів; вона метафорична; вона здатна породжувати творчу активність людини (Вачков, 2007).

Отже, вирішуючи задачу «дзеркала та кристалу», тобто розвиваючи самосвідомість людини, розкриваючи її потенціали у взаєминах з наколишнім світом, казка формує її здатність стати творцем власного внутрішнього світу та світу зовнішнього, що і визначає люд-

ську суб'єктність.

Дослідники вважають, що саме становлення суб'єктності людини є метою казкотерапії. В рамках такого розуміння казкотерапії можуть бути застосовані різні методи психологічного та психотерапевтичного використання казок в межах самих різних підходів, що дозволяє назвати новий напрям, розроблений І. Вачковим (Вачков, Гринпун, Пряжников, 2007) – інтегративну казкотерапію.

Підхід Д. Соколова також є інтегративним, але в його розумінні казкотерапія – це один з видів психоаналізу, який він називає «архетипічним аналізом». На думку автора, основний терапевтичний вплив відбувається за допомогою казок, які містять елементи НЛП і містеріообразних тренінгів, сприяючих активному проживанню міфологічно значущих тем (Соколов, 2005).

Отже, інтегративна казкотерапія – це напрям практичної психології, який використовуючи метафоричні ресурси казки, дозволяє у людей розвивати самосвідомість та будувати особливі рівні взаємодії один з одним, що створює умови для становлення їх суб'єктності.

Казкотерапія нині стає популярним психокорекційним і психотерапевтичним методом, вона активно використовується психологами в роботі з дітьми та дорослими і дозволяє вирішити практично будь-які психологічні проблеми людини. Казкотерапія – це процес виховання внутрішнього світу особистості, розвитку душі, підвищення рівня усвідомле-

ності подій, придбання знань про закони життя (Зинкевич-Евстигнеева, 2006).

С. Нартова - Бочавер, вважає, що сучасна практична психологія все частіше звертається до первинної функції казки як ефективного, стихійно виниклого та використовуємого психотерапевтичного засобу. Здатність казки «лікувати» психіку через відтворення та програвання простих але глибоких архетипічних ситуацій заснована на багатослівності казкового сюжету, в якому можна виокремити декілька рівнів аналізу, приблизно відповідних психоаналітичному розгляданню людської психіки, яка складається із свідомого та несвідомого (Нартова-Бочавер, 1996).

Т. Зінкевич-Євстигнеева запропонувала систему «казкотерапевтичної корекції», яка розуміється як процес знайомства із сильними сторонами особистості, розширення поля свідомості та поведінки людини, дитини; пошук нестандартних оптимальних виходів із різних ситуацій, безумовне сприйняття дитини та взаємодію з ним за допомогою роботи з казкою (Зинкевич-Євстигнеева, 2000)

На думку авторки, в казкотерапії потрібно використовувати різні жанри: байки, легенди, билини, саги, міфи, казки, анекдоти. І. Вачков вважає, що головним засобом психологічного впливу є метафора, як основа будь-якої казки. Саме точність підібраної метафори визначає ефективність казкотерапевтичних прийомів у роботі як з дітьми, так і з дорослими (Вачков, 2011).

Позитивна психотерапія Н. Пезешкіана

передбачає, що смисл казки засвоюється свідомістю. Якщо на свідомому рівні дитина сприймає казковий, чарівний світ і проживає події не досить всерйоз, граючи, то її несвідоме «вірить» у казкові ситуації як реальні. На несвідомому рівні відбуваються зміни в поведінці, переструктуруванні цінностей, поглядів і позицій (Свенцицкий, 2000).

Розглянемо особливості казкотерапії (Киселева, 2006) :

- казка інформативна – через аналіз казки, яку створює дитина (клієнт), психолог отримує інформацію про її життя, актуальний стан, способи подолання труднощів, світоглядні позиції;

- казка екологічна – вона знаходиться не в буденній, а у драматичній реальності; як дитина, так і психолог емоційно захищені. Тим самим знижується ризик «згорання» та зростає довіра дитини до терапевтичного ефекту;

- казка не має меж – доповнюючи, змінюючи, збагачуючи казку, дитина (дорослий) долає самообмеження та доповнює, змінює, збагачує своє життя;

- казка фесрична – робота психолога стає видимою, тому що, звертаючись до казкотерапії, він може використовувати різні ляльки, костюми, музичні інструменти, художні продукти діяльності, а можливо, і психологічний ляльковий або драматичний театр;

- казка емоційна – через участь у казкотерапевтичних заняттях дитина (дорослий) накопичує позитивний емоційний заряд, зміц-

нюючи свій соціальний імунітет;

- казка є мудрою – через казку психолог має змогу передати дитині, батькам, педагогам нові способи та алгоритм виходу з проблемної ситуації;

- відсутність вікових обмежень – це означає, що казка виконує пробіли індивідуальної історії клієнта та доповнює її загальнолюдською інформацією.

Дослідники (Сухарев, 2003) виокремлюють функціональні особливості казок, а саме: казка дозволяє актуалізувати моменти особистої історії, які витісняються клієнтом; дозволяє сформувати новий погляд на ситуацію та перейти до нового рівня її усвідомлення, моделюючи більш конструктивне ставлення та поведінку; відображає внутрішній конфлікт клієнта та дає змогу міркувати про нього; казка є символічним «буфером» між клієнтом і казкотерапевтом, завдяки цьому опір клієнта нівелюється та енергія спрямовується на міркування; казка є альтернативною концепцією сприйняття неоднозначних життєвих ситуацій; казка формує віру в позитивне вирішення проблем (зазначимо, що для того, щоб це побачити, потрібно відійти від стереотипів буденної свідомості). До корекційних функцій казки відносять : психологічну підготовку до напружених емоційних ситуацій, символічну реакцію на фізіологічні та фізіологічні стреси, прийняття в символічній формі своєї фізичної активності.

Казкові сюжети, на думку послідовників К. Юнга, є своєрідними матрицями, що

відбивають головні душевні конфлікти людини, суть яких залишається незмінною протягом усієї історії людства. К. Юнг назвав їх архетипними (Зинкевич-Євстигнеева, 2006).

Тексти казок викликають інтенсивний емоційний резонанс як у дітей, так і у дорослих, що створює особливі можливості при комунікації. Одна і та ж казка по-різному впливає на кожного, і кожен знаходить в неї щось своє, актуальне для нього, спільне з його проблемами.

Образи казок звертаються одночасно до двох психічних рівнів особистості : до рівня свідомості та підсвідомості. Універсальність і єдність казкових образів знаходить відповідність у понятті архетипів, метою яких є привнесення в свідомість підсвідомого матеріалу та його трансформація при тому.

Концепція казки заснована на ідеях соціальних цінностей, носієм яких є позитивний герой. У символічній формі казка містить інформацію про соціальну роль індивіда та про його соціальну поведінку, сприяє розвитку позитивних міжособистісних взаємин, соціальних умінь та навичок поведінки, а також моральних і емоційних якостей особистості, що визначають її внутрішній світ.

Існує чимало різних класифікацій казок, але серед них казкотерапевти виокремлюють типологію, запропоновану І. Вачковим (Вачков, 2000). На думку автора, правомірний поділ усіх казок на фольклорні та авторські. При цьому в обох типах казок можна виокремити розважальні, художні, дидактичні, пси-

хологічні.

Найбільшу популярність серед практичних психологів мають дидактичні казки (метою яких є навчання та виховання), художні казки (естетичні цілі, розвиток умінь розуміти та відчувати мистецтво, насолоджуватися красою слова), психологічні казки (мета – розвиток особистісних якостей, здібностей, психокорекція, діагностика прихованих проблем особистості).

Спираючись на дослідження І. Вачкова та Т. Зинкевич-Євстигнеевої, можна розділити психологічні казки на чотири підгрупи : психокорекційні (вплив на поведінку), психотерапевтичні (допомога в життєвих проблемах), медитативні (зняття психоемоційної напруги) та розвивальні (відкриття людині багатств її психіки) (Зинкевич-Євстигнеева, 2006; Вачков, 2007).

Слід зазначити, що у випадку застосування перших двох видів казок від оповідача не вимагається професійної психологічної підготовки; використання психологічної казки має на увазі наявність спеціальної підготовки. Балансуючи на межі літературної творчості, дидактичної праці та формування мотивації слухача, психолог-казкотерапевт повинен свої найважливіші цілі бачити в іншій галузі: в галузі створення особливого казкового світу (Вачков, 2007).

Зазначимо, що казкотерапія є одним з ефективних методів роботи з дітьми. Цей метод дозволяє вирішити низку проблем, що виникають у дітей різних вікових груп, зокрема,



завдяки казкотерапії можна працювати з агресивними, невпевненими дітьми; з проблемами провини, брехні, страхів, а також з різного роду психосоматичними хворобами.

Розглянемо, який вплив здійснює казкотерапія на різних вікових періодах (Фрадинська, Лазаревська, 2015): у віці від трьох до шести років дитина вчиться думати про предмети і порівнювати їх подумки навіть тоді, коли вона їх не бачить; дитина починає створювати моделі тієї дійсності, з якою має справу. Від чотирьох до п'яти років – це вік апогею казкового мислення, казка спонукає дитину співпереживати персонажам, у результаті чого у неї з'являються нові уявлення про людей, предмети і явища навколишнього світу, новий емоційний досвід.

Підлітковий вік – це найважчий і складний з усіх дитячих вікових груп, для підлітків і дорослих емоційний аспект казкотерапії є дверима до їхнього особистісного ресурсу; занурюючись у казку, підлітки та дорослі можуть накопичити сили, відкрити нові можливості для творчої конструктивної зміни реальної ситуації, і, відкривши у собі ресурс, вони переключаються на події свого життя, трохи інакше усвідомлюють їх і приступають до соціального моделювання.

Дорослий вік – казкотерапію застосовують як форму, що дає змогу виявити і вирішити психологічні проблеми дорослих людей і сформувати творче ставлення до життя.

Учені визначили механізми впливу казок (Сухарев, 2003) :

- чарівні казки є символічним відображенням стародавніх ритуалів, найважливішим з яких для казок є ініціація. Долаючи різні труднощі, герой отримує змогу змін – переходу на іншій якісний рівень, тобто він перетворюється в дорослу людину і лише досягнення героєм іншого вигляду дарує казці щасливий фінал;

- казки описують глибинний досвід переживання емоційних кризів, характерних для людини, що розвивається. Вплив казки на несвідомому рівні включає адекватні механізми захисту Я, зокрема, адаптаційні механізми, які допомагають подолати стрес;

- казка навчас дитину продуктивно переживати страх, проектуючи його в конкретні казкові образи, що дозволяє підтримувати необхідну дистанцію відносно негативних емоцій і зберігати психічну цілісність;

- образи казки не лише проектуються на реальне життя слухача та відтворюють у метаморфічній формі моральні норми та принципи взаємин між людьми, але й включають глибинні механізми несвідомого за рахунок незвичних для розуму елементів

Використання казки в практичній роботі психолога може бути реалізовано двома шляхами: застосування готових терапевтичних і корекційних казок та складання психологами власних казок для конкретної людини з її індивідуальною проблемою (Вачков, 2011).

Особливістю роботи в системі казкотерапії є взаємодія з клієнтом на ціннісному рівні

ні. Провідні ідеї казкотерапії : усвідомлення своїх потенціалів, можливостей і цінностей власного життя; розуміння причино-наслідкових зв'язків подій і вчинків; пізнання різних стилів світовідчуття; осмислена творча взаємодія з оточуючим світом; внутрішнє відчуття сили та гармонії.

Висока ефективність казкотерапії досягається лише в тому випадку, якщо казка складається психологічно грамотно, її зміст та структура відповідають змісту проблеми дитини, а при описанні вирішення проблеми використовуються психологічні механізми терапевтичної дії.

Розглянемо докладніше особливості використання казки у роботі психолога з клієнтом (Киселева, 2006):

- використання казки як метафори – текст і образи казок викликають асоціації стосовно особистого життя клієнта, потім ці метафори обговорюються;

- малювання за мотивами казки – асоціації проявляються у малюнку та далі можливий аналіз отриманого графічного матеріалу;

- обговорення поведінки та мотив дій персонажу – це є приводом для обговорення цінностей поведінки цінностей людини, виявляє систему оцінок людини в категоріях «добре – погано»;

- програвання епізодів казки, що дає змогу людині відчувати деякі емоційно значущі ситуації;

- творча робота за мотивами казки – дописування, переписування, робота з казкою

**Висновки.** Казкотерапія – це психологічний метод впливу на особистість, який використовує казкову форму для інтеграції особистості, розвитку творчих здібностей, розширення свідомості, удосконалення взаємодії з навколишнім світом.

Казка в якості особливого психологічного інструменту, володіє важливими можливостями : вона пов'язана з могутніми ресурсами несвідомого за рахунок своєї архітипічності; вона є своєрідною енциклопедією основних людських проблем і поведінкових патернів; вона метафорична; вона здатна породжувати творчу активність людини.

Казка є однією з форм, завдяки якій відбувається соціалізація особистості в різні вікові періоди, тому що казка впливає на механізми цього процесу та сприяє адаптації до соціального середовища.

Казкотерапія є одним з ефективним методів роботи з дітьми та дорослими, які мають емоційні чи поведінкові проблеми. Цей метод дозволяє вирішити низку проблем, що виникають у дітей дошкільного, молодшого шкільного та інших вікових груп. Головна перевага казкотерапії як методу полягає в тому, що ядром будь-якої казки є метафора.

Процес казкотерапії дозволяє особистості актуалізувати та усвідомити свої проблеми, а також побачити різні шляхи їх вирішення.

Особливістю роботи в системі казкотерапії є взаємодія з клієнтом на ціннісному рівні.

Висока ефективність казкотерапії до-

сягається лише в тому випадку, якщо казка складається психологічно грамотно, її зміст і структура відповідають змісту проблеми особистості, а при описанні вирішення проблеми використовуються психологічні механізми терапевтичної дії.

**Перспективним напрямом** подальшого дослідження є вивчення ролі казкотерапії у формуванні приналежності особистості до етносу.

#### References:

- Vachkov, I. V. (2011) V poiskah osnov novogo napravleniya. Shkolnyiy psiholog. #10. S. 6 - 10.
- Vachkov, I. V., Grinpun, I. B., Pryazhnikov, N. S. (2007) Vvedenie v professiyu «psiholog» . M.: MODEK, MSPI.
- Vachkov, I. S. (2011) Skazkoterapiya : Razvitie samosoznaniya cherez psihologicheskuyu skazku. M. : Os-89, 144s.
- Golovey, L. A. (2002) Praktikum po vozrastnoy psihologii : ucheb. posobie. SPb. : Rech.
- Zinkevich - Evstigneeva, T. D. (2000) Praktikum po psihoterapii. SPB. : Rech.
- Zinkevich-Evstigneeva, T. D. (2006) Osnovy skazkoterapii. SPb : Rech.
- Kiseleva, M. V. (2006) Art-terapiya s detmi : Rukovodstvo dlya detskih psihologov, pedagogov, vrachev i spetsialistov, rabotayuschih s detmi. SPb : Rech.
- Nartova - Bochaver, S. K. (1996) Narodnaya skazka kak sredstvo stihiytsnoy skazkoterapii. M. : Prosveschenie.
- Sventsitskiy, A. L. (2000) Osnovy psihologii dlya studentov. SPb : Piter.

Sokolov, D. Yu. (2005) Skazki i skazkoterapiya. M.: Eksmo-press.

Suharev, A. V. (2003) Skazkoterapiya. Prikladnaya psihologiya, . #6. S.21-25.

Fradinska, A. P., Lazarevska, Yu. V. (2015) Kazkoterpiya yak zaslb psihokorektsiyi emotsiynoyi sferi molodshih shkolyariv. Zb. nauk. prats hmel'nitskogo Institutu sotsialnih tehnologiy UnIversitetu «Ukrayina», #10, . S. 65-68.

#### *Danyliuk Ivan*

*Doctor in Psychological Sciences, Professor, Head of the Department of Psychology, Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv (Ukraine)*

#### *Zolnikova Svitlana*

*Student of the II course of the Faculty of Psychology, Institute of Postgraduate Education, Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv (Ukraine)*

### FAIRY-TALE THERAPY AS A METHOD OF PSYCHOLOGICAL INFLUENCE ON AN INDIVIDUAL

**Abstract.** As a result of theoretical study, the article reveals the essence of fairy-tale therapy as a psychological method of influencing individuals, as an instrument of psychotherapy and correction. The main advantage of the fairy-tale therapy is that is based on fairy tales, and metaphors lay in their core. Currently, all known psychological practices use the fairy-tale method: Gestalt therapy, art therapy, psychodrama, transactional analysis, hypnotherapy, etc. A fairy tale develops an individual's self-awareness, reveals his/her potential in relations with the outside and inner world, forms his/her ability to become a creator of

own inner world as well as the outside world, that is, it defines an individual's subjectivity, which is the purpose of the fairy-tale therapy. Fairy-tales are one of the forms through which an individual's socialization takes place at different age periods.

The article presents classification of fairy tales: entertaining, artistic, didactic, and psychological. Psychological fairy tales are divided into psychological-corrective, psychotherapeutic, meditative and developmental.

The article also analyzes the features of used fairy tales, ways of their using in the practical work of psychologists, the mechanisms of their influence on children, their functions as well as the principles of work with fairy tales: mindfulness, links with the reality. We should emphasize that fairy tales fully satisfy the natural needs of primary school children: the needs for autonomy, competence, and activity. The article examines the following features of the fairy-tale therapy: informational content, sustainability, absence of boundaries, enchantment, emotionality, wisdom, absence of age restrictions. Also, the peculiarities of fairy tale using at a psychologist's work with clients are described in detail: fairy tales used as metaphors, drawings themed on fairy tales, discussion of characters' behaviour and motives, performance of episodes from fairy tales (which help perceive some emotionally significant situations), creative works themed on fairy tales.

The mechanisms of fairy tale influence on individuals are described: fairy tales describe an

individual's deep experience of emotional crises; fairy tales influence on an unconscious level and actuate adaptation mechanisms that help to overcome stress; fairy tales teach children to successfully overcome fears, which allows them to maintain their psychic integrity.

**Key words:** fairy tale, fairy-tale therapy, psychotherapy, personality, correction, method, psychological influence.

### **Данилюк Иван Васильевич**

*Доктор психологических наук, профессор, декан кафедры психологии Киевского национального университета имени Тараса Шевченко, г. Киев (Украина)*

### **Зольникова Светлана Владимировна**

*Студентка II курса факультета психологии Института последипломного образования Киевского национального университета имени Тараса Шевченко, г. Киев (Украина)*

## **СКАЗКОТЕРАПИЯ КАК МЕТОД ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ВЛИЯНИЯ НА ЛИЧНОСТЬ**

**Аннотация.** В статье в результате теоретического исследования определяется сущность сказкотерапии как психологического метода влияния на личность в качестве инструмента психотерапии, коррекции. Главное преимущество сказкотерапии как метода заключается в том, что ядром любой сказки является метафора. Отмечается, что сегодня все известные психологические практики используют метод сказкотерапии : гештальт-терапия,

психодрама, трансактний аналіз, гіпнотерапія і др. Сказка розвиває самосвідомість людини, розкриває його потенціал у взаємодіях з оточуючим світом і внутрішнім, формує його здатність стати творцем власного внутрішнього світу і зовнішнього, тобто визначає суб'єктивність особистості, що і є метою сказкотерапії. Підкреслюється, що казка є однією з форм, завдяки якій відбувається соціалізація особистості в різні вікові періоди.

У статті також аналізуються особливості застосування сказкотерапії, шляхи використання казки в практичній роботі психолога, механізми впливу казок на дітей, функції казок, а також принципи роботи з казками: усвідомленість, зв'язок з реальністю. Підкреслюється, що казка в повній мірі задовольняє природні потреби дитини молодшого шкільного віку: потреба в автономності, потреба в компетентності, потреба в активності. Розглядаються особливості сказкотерапії: інформативність, екологічність, безмежність, феєричність, емоційність, мудрість, відсутність вікових обмежень. Також докладно розглядаються особливості використання казки в роботі психолога з клієнтом: використання казки як метафори, малювання за мотивами казки, обговорення поведінки і мотивів дій персонажа, проігравання епізодів казки, що дає можливість відчути деякі емоційно значимі

ситуації, творча робота за мотивами казки.

Описуються механізми впливу казок на особистість: казки описують глибокий досвід переживання емоційних кризисів, характерних для розвиваючої людини; вплив казки на несвідомому рівні включає адаптаційні механізми, що допомагають подолати стрес; казка навчає дитину продуктивно переживати страх, що дозволяє зберігати психічну цілісність.

**Ключові слова:** казка, сказкотерапія, психотерапія, особистість, корекція, метод, психологічний вплив.

Дата отримання статті: 01.06.2019

Дата рекомендації до друку: 16.06.2019

Дата оприлюднення: 29.06.2019