ПСИХОЛОГІЯ

DOI:
УДК 159.98:615.851:82-343

Галина БАТУРИНСЬКА
практичний психолог, гештальт-терапевт, тренер навчальних програм у Школі психологічної практики, Товариство з обмеженою відповідальністю «Школа Психологічної Практики», м. Київ
ORCID: *https://orcid.org/0009-0000-2577-2267*

ІНТЕГРАТИВНИЙ ПІДХІД ДО ВИКОРИСТАННЯ АВТОРСЬКОЇ КАЗКИ У ПСИХОЛОГІЧНОМУ КОНСУЛЬТУВАННІ ТА ПСИХОТЕРАПІЇ

Резюме

Статтю присвячено теоретичному обґрунтуванню інтегративного підходу до використання авторської казки в психологічному консультуванні та психотерапії. Під авторською казкою розуміється казка, створена клієнтом у процесі психологічної роботи як метафоричне відображення його внутрішнього світу, життєвого досвіду, актуального психологічного стану та особливостей взаємодії із собою й оточенням.

Метою статті *є представлення можливостей використання авторської казки як діагностичного, прогностичного й терапевтичного інструменту психологічної роботи, а також демонстрація можливостей переходу від психологічного консультування до психотерапії на основі інтеграції різних теоретичних підходів.*

Результати. *Продемонстровано, що використання авторської казки дає змогу досліджувати внутрішній світ клієнта, особливості його життєвого сценарію, психологічні ресурси, внутрішні конфлікти та визначати напрями подальшої психологічної роботи. Показано можливість послідовного переходу від діагностичного етапу психологічного консультування до психотерапевтичної роботи через поглиблення живого терапевтичного контакту між психологом і клієнтом, що створює умови для народження психотерапевтичної казки.*

Висновки. *Показано, що інтегративний підхід розширює діагностичні, прогностичні й терапевтичні можливості використання авторської казки в психологічному консультуванні та психотерапії, забезпечує цілісне розуміння психологічної проблематики клієнта та зберігає методологічну самостійність кожного з використаних теоретичних підходів.*

Ключові слова: *авторська казка; психологічне консультування; психотерапія; інтегративний підхід; діагностична казка; психотерапевтична казка; метафора; життєвий сценарій.*

Вступ. Сучасна психологічна практика дедалі частіше звертається до використання метафори як одного з найефективніших засобів дослідження внутрішнього світу людини. На відміну від прямого опису переживань, метафора дає змогу символічно відобразити індивідуальний досвід, актуальні емоційні стани, внутрішні конфлікти, потреби та ресурси особистості (Юнг, 2022; Zinker, 1977). Саме тому вона широко використовується у психологічному консультуванні та психотерапії як інструмент, що сприяє глибшому усвідомленню переживань клієнта й розширює можливості психологічної допомоги (Erickson & Rossi, 1979).

Особливе місце серед метафоричних засобів займає авторська казка, створена самим клієнтом у процесі психологічної роботи. На відміну від готових терапевтичних казок, вона є індивідуальним символічним відображенням внутрішнього світу людини, її життєвого досвіду, особливостей сформованого життєвого сценарію, актуального психологічного стану і способів взаємодії із собою та навколишнім світом. Саме тому авторська казка відкриває широкі можливості не лише для дослідження психологічної проблематики клієнта, а й для визначення подальших напрямів психологічної роботи (Одинцова, 2023).

Теоретичні засади використання символу, метафори та казки у психологічній практиці формувалися в межах різних психологічних напрямів. Вагомий внесок у розуміння символічної природи психіки зробив Карл Густав Юнг – швейцарський психіатр, засновник аналітичної психології, який розглядав символ як природну мову несвідомого, а архетипи – як універсальні психічні структури колективного несвідомого, що знаходять своє відображення в міфах, сновидіннях і казках. Незважаючи на те, що ці концепції були сформовані Юнгом у XX столітті, їхня теоретична

значущість зберігається й сьогодні, що підтверджується появою сучасних україномовних видань його праць (Юнг, 2022; Юнг, 2023).

Подальший розвиток юнгіанські ідеї знайшли у працях Марії-Луїзи фон Франц – швейцарської психологині, представниці аналітичної психології та однієї з найближчих учениць К. Юнга, яка показала, що казкові сюжети й символічні образи відображають закономірності психічного розвитку особистості та можуть бути використані для глибшого розуміння внутрішнього світу людини (von Franz, 1996).

Важливе значення для психологічного осмислення казки мають також праці Бруно Беттельгейма – австрійсько-американського психолога, представника психодинамічного напряму, який розглядав казку як особливу форму символічного опрацювання внутрішніх конфліктів і кризових переживань (Bettelheim, 1976).

Значний внесок у розвиток терапевтичного використання метафори зробив Мілтон Еріксон – американський психіатр, засновник сучасного напряму еріксонівської психотерапії та гіпнотерапії, який широко застосовував історії, притчі та метафоричні інтервенції як спосіб активізації внутрішніх ресурсів клієнта та пошуку нових способів розв'язання психологічних труднощів (Erickson & Rossi, 1979).

Психологічне значення казки як символічної форми досвіду отримало подальший розвиток у працях Клариси Пінколи Естес – американської юнгіанської аналітикині, докторки психології, представниці аналітичної психології, яка розглядала міфи, легенди та народні казки як носії архетипічних образів і колективного психологічного досвіду. У своїй праці «Жінки, що біжать з вовками: архетип Дикої жінки у міфах та легендах» вона показала, що казкові сюжети можуть сприяти відновленню контакту людини з власною автентичністю, внутрішніми ресурсами та творчим потенціалом (Естес, 2025).

У гештальт-підході метафора розглядається не як об'єкт готового символічного тлумачення, а як феномен індивідуального переживання клієнта. Теоретичні положення Фріца Перлза – засновника гештальт-терапії, Джозефа Зінкера – одного з найвідоміших представників творчого напряму гештальт-терапії, та Гері Йонтефа – одного з провідних сучасних теоретиків гештальт-підходу, стали підґрунтям феноменологічного дослідження образів і символів, відповідно до якого психолог утримується від нав’язування власних інтерпретацій і досліджує значення метафори через особистісний досвід, асоціації та переживання самого клієнта (Perls, 1969; Zinker, 1977; Yontef, 1993).

Сучасний психодинамічний підхід також розширює можливості аналізу символічного матеріалу. Зокрема, концепція організації особистості Ненсі Мак-Вільямс – американської психоаналітикині сучасного психодинамічного напряму, дає змогу розглядати метафоричні образи як прояв особливостей особистісної організації, раннього досвіду, механізмів психологічного захисту та внутрішніх конфліктів, що відкриває додаткові можливості для побудови психодинамічних гіпотез у процесі психологічної роботи (Мак-Вільямс, 2025).

В українській психології проблематика використання казки як інструменту психологічної допомоги також отримала свій розвиток. Вагомий внесок у дослідження терапевтичного потенціалу казки, символу та метафори зробила Разіда Ткач, у працях якої висвітлено теоретичні й практичні аспекти використання казкотерапії, юнгіанського аналізу та терапевтичної метафори у психологічному консультуванні й психотерапії (Ткач, 2023; Ткач, 2025).

Мета дослідження полягає у теоретичному обґрунтуванні можливостей використання авторської казки як метафоричного матеріалу психологічної роботи та визначенні особливостей її інтегративного аналізу в межах психологічного консультування і психотерапії з урахуванням положень гештальт-підходу, аналітичної психології К. Юнга та сучасного психодинамічного підходу.

Методи дослідження. У дослідженні використано теоретичний аналіз, узагальнення та систематизацію наукових джерел для обґрунтування інтегративного підходу до використання авторської казки у психологічній практиці.

Практичну частину дослідження здійснено шляхом аналізу випадку психологічної практики із застосуванням феноменологічного аналізу переживань клієнтки, дослідження індивідуальних значень символів авторської казки та їх подальшої інтерпретації в межах гештальт-підходу, аналітичної психології К. Юнга та сучасного психодинамічного підходу (концепція організації особистості Ненсі Мак-Вільямс) відповідно до завдань психологічного консультування і психотерапії.

Результати. Для ілюстрації запропонованого інтегративного підходу наведено випадок із психологічної практики.

До психолога звернулася клієнтка, жінка 42 років зі скаргами на труднощі, пов'язані з реалізацією власного творчого потенціалу. Вона зазначила, що відчуває значний внутрішній ресурс і

потребу в самовираженні, проте не може знайти способу для його конструктивної реалізації. За словами клієнтки, вона має необхідні знання та професійні навички, однак не може перетворити їх на справу свого життя й повною мірою реалізувати себе у професійній діяльності. Вона відчуває, що здатна досягти значно більшого, проте ніби щось постійно стримує її на шляху до реалізації власних задумів. Кожна спроба проявити себе через певний час припиняється, що супроводжується сумнівами у власних можливостях та невпевненістю у собі.

Клієнтка також зазначила, що відчуває, ніби її професійний і творчий розвиток відбувається надто повільно, незважаючи на значні зусилля, яких вона докладає для досягнення своїх цілей.

З метою поглибленого дослідження особливостей внутрішнього світу клієнтки психолог запропонував їй створити авторську казку про героя, з яким вона найбільше себе ідентифікує в актуальний період свого життя. Так народилася авторська казка «Казка про злу Мачуху (закреслено) Чаклунку».

«Жила в одному королівстві дуже красива Королева. Вона була зачаклована, тому від неї віяло холодом. І їй здавалося, що всі бачать цей холод, тому вона сердилася на людей, хоча й намагалася цього не показувати.

Одного разу вона вирішила спробувати як слід розсердитися, але по-іншому. І почала шукати такий спосіб.

Спочатку вона знайшла Ключик від чаклунства. Його їй принесла Мишка. Цим ключиком вона відчинила Скриньку, яку багато разів бачила у своєму королівстві.

І сталося диво! Із Чаклунки полилася енергія. Вона почала кружляти, кружляти, здійматися вгору, а потім зупинилася й створила у своєму королівстві Криницю та Купіль, куди приходили люди зцілювати своє тіло й душу…»

Першим і важливим об’єктом психологічного аналізу, на який повинен звернути увагу психолог, є назва авторської казки. Вона має важливе діагностичне значення, оскільки нерідко відображає актуальне проблемне поле клієнта та дає змогу висунути первинні психологічні гіпотези. У наведеному випадку клієнтка спочатку назвала твір «Казка про злу Мачуху», однак згодом закреслила цю назву й замінила її на «Казка про Чаклунку». Така зміна дає підстави припустити, що образ злої Мачухи пов’язаний із частиною власної особистості, яку клієнтка не приймає або від якої прагне дистанціюватися. Водночас зміст цієї неприйнятої частини на даному етапі залишається невідомим і потребує подальшого дослідження в процесі психологічного консультування.

Першим етапом психологічної роботи стало уточнення та конкретизація клієнтського запиту. З цією метою було здійснено аналіз сюжету авторської казки і пов’язаних із ним переживань клієнтки відповідно до алгоритму психологічного консультування, що дало змогу виявити основні психологічні труднощі, які лежали в основі її запиту, та окреслити напрями подальшої психологічної роботи.

Психолог: Яке завдання стояло перед головною героїнею казки?

Клієнтка: Чаклунка хотіла перестати бути холодною й навчитися по-іншому використовувати свою злість.

Психолог: Що заважало їй досягти цього?

Клієнтка: Вона була зачаклована – від неї віяло холодом. Їй здавалося, що всі це помічають, тому вона сердилася на людей, хоча й намагалася цього не показувати.

Після цього психолог переходить від аналізу сюжету до дослідження переживань клієнтки.

Психолог: Що в цій історії про вас?

Клієнтка: Я завжди тримаю фасад. Стримую себе й не показую своїх емоцій.

Психолог: То вам, як і Чаклунці, лише здається, що люди це помічають, чи вони справді це бачать?

Клієнтка: Скоріше чують, коли я починаю говорити про те, що боюся.

Психолог: Отже, вони цього не бачать?

Клієнтка: Ні.

Психолог: А чого саме ви боїтеся?

Клієнтка: Засудження.

Психолог: За що, як вам здається, вас можуть засудити?

Клієнтка: Я навіть не знаю.

Психолог: Тоді чого саме ви боїтеся?

Клієнтка: Боюся показати себе.

Психолог: А що станеться, якщо ви покажете себе?

Клієнтка: Не знаю... *(замислюється)*. Хоча в мене є таке відчуття, що я не дотягую до якогось рівня.

Психолог: То чого ж ви насправді боїтеся?

Клієнтка: Що я нічого не знаю, нічого не можу, що я ніхто. Що не відповідаю чиїмось очікуванням.

Психолог: Що з вами зараз відбувається?

Клієнтка: Хвилююся *(показує на грудну клітку)*. Страшно…

Психолог: Як ви думаєте, я зараз вас засуджую?

Клієнтка: Ні... Ви мене уважно слухаєте. Розумом я розумію, що ви мене не засуджуєте. Але всередині все одно є відчуття, ніби мене можуть засудити... *(пауза)*.

Психолог: Якщо я вас не засуджую, то виходить, що зараз найсуворішим суддею для себе є ви самі?

Клієнтка: Мабуть... Це я себе засуджую…

Діалог дав змогу уточнити первинну психологічну гіпотезу. Відповіді клієнтки свідчать про те, що неприйнята частина її особистості пов’язана з переживанням засудження. Водночас аналіз діалогу показує, що поряд із можливістю реальної оцінки з боку інших людей у внутрішньому світі клієнтки вже існує процес самозасудження, який підтримує очікування негативного ставлення до себе. Саме дослідження цього внутрішнього процесу стало предметом подальшої консультативної роботи.

Психолог: Як Чаклунка намагається вирішити свою проблему?

Клієнтка: Вона починає шукати спосіб, знаходить Ключик, відкриває Скриньку – і вся її енергія починає проявлятися.

Психолог: Чи вдалося їй досягти бажаного?

Клієнтка: Так. Вона вже не холодна. Вона відкрила свою силу й почала допомагати людям.

Психолог: Чим завершується ця історія?

Клієнтка: Люди приходять до Криниці та Купелі, щоб зцілювати душу й тіло. Чаклунка вже використовує свою силу на благо інших.

Психолог: Якби потрібно було одним реченням сказати, про що ця казка, що б ви відповіли?

Клієнтка: Ця казка про те, як головна героїня вчиться проявляти себе в житті. Про те, як, зустрівшись зі своїм страхом, вона відкриває власні внутрішні ресурси й починає реалізовувати свої здібності.

Психолог: Чого вчить ваша казка? Яка її мораль?

Клієнтка: Мораль казки полягає в тому, що лише зустрівшись зі своїми страхами, людина може знайти себе – відкрити власні внутрішні ресурси та почати реалізовувати їх у житті.

У процесі психологічного консультування було виявлено основні психологічні труднощі клієнтки, пов’язані із зупинкою реалізації власного творчого потенціалу внаслідок невпевненості в собі, в основі якої лежали страх самопрояву та очікування негативної оцінки з боку інших людей. Водночас було уточнено первинний запит клієнтки, який полягав у прагненні знайти себе – відкрити власні внутрішні ресурси й почати реалізовувати свій творчий потенціал, попри страх негативної оцінки з боку інших людей.

Одним із важливих результатів першого етапу психологічного консультування стало усвідомлення клієнткою того, що очікування негативної оцінки існує переважно в її внутрішньому світі й не завжди відповідає реальному досвіду контакту з іншими людьми. Це створило умови для поступового розмежування власних проєкцій, очікувань і реального зворотного зв'язку, який вона отримала у взаємодії з психологом.

Водночас аналіз казкового сюжету показав, що головна героїня не перебуває у стані безпорадності: вона активно шукає вихід із ситуації, знаходить спосіб подолання труднощів і досягає поставленої мети. Це свідчить про наявність у клієнтки значного внутрішнього ресурсу, збереженого потенціалу до змін та готовності до особистісного розвитку.

Після завершення аналізу сюжету та пов’язаних із ним переживань клієнтки психолог переходить до другого етапу роботи – дослідження символів, образів та їхнього індивідуального значення для клієнтки. На цьому етапі увага зосереджується не на розвитку сюжету, а на особистісному змісті, який клієнтка вкладає в кожний символ авторської казки.

Виходячи з положення про те, що авторська казка відображає внутрішній світ людини мовою символів (Одинцова, 2023; Магдисюк, Федоренко & Замелюк, 2019), психолог послідовно з’ясовує індивідуальне значення кожного образу та його зв'язок із переживаннями, внутрішніми конфліктами

й особистісним досвідом клієнтки. Це дає змогу глибше зрозуміти особливості її внутрішнього світу й визначити подальші напрями психотерапевтичної роботи.

Психолог просить клієнтку визначити головних і другорядних героїв казки та охарактеризувати кожного з них, спираючись на власні асоціації.

Психолог: Якщо подивитися на героїв казки, хто з них головний, а хто другорядний?

Клієнтка: Головні герої казки – це Чаклунка, Скринька та Мишка. Другорядні – це Ключ, Криниця, Купіль.

Психолог: Опишіть кожного героя казки. Хто він для вас і яку функцію виконує у казці?

Клієнтка: Чаклунка – сильна, могутня, лякаюча, зла. Виконує захисну функцію.

Скринька – це місце, де зберігаються велика сила, знання, почуття, сміливість – тобто життя. Вона виконує пасивну функцію, тобто просто є.

Мишка – маленька, боягузлива. Дуже активна.

Психолог: Якщо кожен герой – це частина вас, то ким є Чаклунка?

Клієнтка: Це мій фасад.

Психолог: А Скринька?

Клієнтка: Це енергія і жива частина мене. Там усе є, але я цим не користуюся.

Психолог: А Мишка?

Клієнтка: Це частина мене, яка говорить, що я недостатньо хороша. Частина, яка не дає мені проявлятися й жити. Щось якось тривожно на душі стає…

Таким чином, спираючись на власні асоціації та особистісні смисли клієнтки, психолог отримує інформацію про внутрішню структуру її переживань, що дає змогу досліджувати символічний зміст казки без нав'язування готових інтерпретацій.

Психолог: Що з вами зараз відбувається?

Клієнтка: Страшно…

Психолог: Якою ви себе зараз переживаєте?

Клієнтка: Тією, хто щось робить не так.

Психолог: А що ви можете зробити не так?

Клієнтка: Не знаю, але що б я не зробила, що б я не сказала іншим, я завжди потім мучу себе думками, що могла вчинити інакше, що можна було зробити краще. І саме зараз я усвідомлюю, що з'являється сором. Я знову потрапила в те місце, про яке ми з вами говорили раніше. Я усвідомлюю, що сама себе засуджую. Я відчуваю себе якоюсь не такою – поганою.

Психолог: Чи усвідомлюєте ви зараз, чого потребуєте?

Клієнтка: Прийняття… *(очі наповнюються сльозами)*. Що я маю право бути тією, ким я є…

У цей момент стало очевидним, що актуальною потребою клієнтки є потреба в безумовному прийнятті.

Психолог: Я помічаю, що коли ви сказали ці слова, ваші очі наповнилися сльозами. Мені здається, вони дуже важливі для вас.

Клієнтка: Так… Я ніколи не дозволяла собі так думати.

Психолог: Залишимося зараз із цим переживанням. Не поспішайте. Що ви відчуваєте саме зараз, коли говорите: «Я маю право бути тією, ким я є»?

Клієнтка: Наче полегшення… Але водночас страшно.

Психолог: Страшно… Я поруч із вами. Що саме зараз викликає цей страх?

Клієнтка: Що якщо я буду собою, мене не приймуть.

Психолог: А як вам зараз бути собою тут, поруч зі мною, коли ви говорите про це?

Клієнтка: Я хвилююся… Але не відчуваю, що ви мене засуджуєте.

Психолог: Так. Я зараз чую вас і бачу. Мені не потрібно, щоб ви були іншою. Для мене важливо зрозуміти, що ви переживаєте.

Клієнтка: (мовчить, плаче) Мені дуже давно хотілося це почути… І відчути…

Подальший діалог дає змогу глибше розкрити зміст первинної гіпотези. У процесі взаємодії з психологом клієнтка усвідомила, що переживання засудження значною мірою зумовлене її власним ставленням до себе. Можна припустити, що неприйнятою є саме та частина особистості, яка засуджує, не приймає себе та формує негативне ставлення до власного «Я». Саме ця відщеплена частина особистості, що проєктується на інших, символічно представлена образом злої Мачухи, стала предметом подальшого психотерапевтичного дослідження. Водночас можна припустити, що за проявами цієї неприйнятої частини особистості приховується глибинна потреба в прийнятті себе, яка й визначила подальший напрям психотерапевтичної роботи, спрямованої на підтримку актуального переживання клієнтки та поглиблення терапевтичного контакту. Через уважне відображення її

емоційного стану, присутність і безумовне прийняття психолог створив безпечний простір, у якому вона змогла відкрито говорити про власний страх бути неприйнятою. Така організація терапевтичної взаємодії сприяла набуттю нового досвіду контакту, у якому клієнтка могла проявляти себе без необхідності відповідати зовнішнім очікуванням, приховувати власну невідповідність цим очікуванням чи постійно підтверджувати власну цінність.

У процесі роботи стало очевидним, що переживання клієнтки були пов'язані не стільки з недостатністю власних знань чи здібностей, скільки зі страхом бути викритою як недостатньо компетентна або недостатньо хороша.

Психолог: У казці ще є Ключ?

Клієнтка: Так. Це другорядний герой казки – таємничий. Його сила в тому, що він відкриває доступ до чогось дуже важливого для мене. Це те, на що я можу спиратися. Це щось чарівне, що належить тільки мені. Так стається і в житті: коли з'являється страх, я тоді починаю робити те, що хочу, тобто прислухаюся до себе і до свого тіла.

Психолог: Виходить, щоб робити те, що хочете, ви ніби використовуєте свій страх?

Клієнтка: Так. Він штовхає мене вперед.

Психолог: Я хочу звернути вашу увагу на одну річ. На початку нашої роботи ви говорили, що страх заважає вам проявляти себе і стримує вашу самореалізацію. А зараз ви говорите, що саме страх спонукає вас робити те, чого ви насправді хочете. Як ви самі пояснюєте цю різницю?

Клієнтка: (замислюється) Раніше я бачила в ньому лише перешкоду. Зараз розумію, що він з'являється тоді, коли я наближаюся до чогось по-справжньому важливого для себе.

Психолог: Тобто страх уже не лише зупиняє вас?

Клієнтка: Ні. Він ніби підказує, що я рухаюся в правильному напрямку.

Конфронтація суперечливих висловлювань клієнтки щодо ролі страху дає змогу їй усвідомити зміну його психологічного значення. Якщо на початку психологічної роботи страх переживається як чинник, що перешкоджає самореалізації, то в процесі роботи він починає усвідомлюватися як природна реакція на наближення до особистісно значущих змін і розвитку.

У цьому контексті особливого значення набуває символ Ключа, який у процесі роботи стає образом внутрішньої опори, довіри до власних переживань і здатності спиратися на себе. Поява цього символу знаменує якісну зміну в розвитку сюжету авторської казки та відображає готовність клієнтки до відкриття власних внутрішніх ресурсів.

Аналіз символу Ключа показує, що доступ до власних внутрішніх ресурсів стає можливим не через уникнення страху, а через його усвідомлення, прийняття й використання як орієнтира на шляху особистісного розвитку. Водночас зміна ставлення до страху створює умови для подальшого дослідження глибинних психологічних механізмів, що підтримують переживання клієнткою власної недостатності.

Психолог: У казці ще є Криниця і Купіль?

Клієнтка: Це місце сили, де можна відновитися. У Криниці – цілюща «жива вода», а в Купелі – лікувальна «мертва вода». Це місце, де можна зцілити душу й тіло.

Психолог: Я звернула увагу, що після того, як героїня знаходить Ключ і відкриває Скриньку, у казці з'являються Криниця і Купіль. Вона сама створює їх у своєму королівстві. Як ви це розумієте?

Клієнтка: Мені здається, що вони не можуть з'явитися самі. Їх потрібно створити.

Психолог: А що означає створити їх для себе?

Клієнтка: Це означає навчитися дбати про себе. Знати, як заліковувати свій біль і як відновлювати свої сили.

Психолог: І що тоді для вас є Купіллю?

Клієнтка: Це моя здатність зцілювати свої душевні рани, не тікати від болю, а проживати його.

Психолог: А Криниця?

Клієнтка: Це моя здатність повертатися до себе, відчувати себе живою, відновлювати свої сили й чуттєвість.

У процесі дослідження символічних образів клієнтка усвідомила, що Криниця і Купіль створюються самою героїнею як результат пройденого нею шляху після знаходження Ключа та відкриття Скриньки. Це дає змогу розглядати їх як символи нових способів психічного функціонування, які формуються у процесі психотерапії.

Купіль відображає розвиток здатності до зцілення душевного болю та відновлення внутрішньої цілісності, тоді як Криниця символізує здатність до відродження, повернення до життя, відновлення чуттєвості, життєвої енергії та контакту із собою.

Таким чином, створення цих образів у власному королівстві символізує інтеграцію нових способів самопідтримки, які поступово стають частиною внутрішнього світу клієнтки та основою її подальшого особистісного розвитку.

Наступним кроком психологічної роботи стало дослідження часової структури авторської казки.

Психолог: Де, на вашу думку, знаходиться теперішній момент казки?

Клієнтка: Після слів «І почала шукати такий спосіб».

Саме після слів «І почала шукати такий спосіб» визначається «крапка теперішнього», яка розділяє авторську казку на три часові площини.

Відповідно до визначеної «крапки теперішнього» було окреслено часову структуру авторської казки клієнтки: минуле – «темне», оскільки про Чаклунку нічого не відомо, окрім того, що вона була зачарована й сердилася; теперішнє – пошук способу виходу із ситуації, а саме пошук Ключа; майбутнє – зустріч із героями-помічниками (Мишкою), відкриття Скрині, створення у власному королівстві Криниці й Купелі та щасливе завершення історії.

Визначення теперішнього моменту казки має важливе діагностичне значення, оскільки саме «крапка теперішнього» дає змогу зрозуміти, на якому етапі внутрішніх змін перебуває клієнтка.

Для визначення подальших напрямів психологічної роботи важливо запропонувати клієнтці прислухатися до себе та відчути, чи є для неї прийнятним майбутнє, описане в авторській казці. Якщо воно викликає внутрішній відгук, казка не потребує змін. Якщо ж клієнтка відчуває внутрішній дискомфорт або неприйняття, саме ця частина казки стає предметом подальшої психотерапевтичної роботи.

Психолог: Чи хотіли б ви щось змінити у своїй казці?

Клієнтка: Ні.

Психолог: Тоді яке місце в казці для вас залишається найбільш незрозумілим?

Клієнтка: Ключ. Мені цікаво, як Мишка принесла його Чаклунці, де вони зустрілися і що між ними сталося.

Інтерес клієнтки саме до цієї частини сюжету є закономірним, адже вона розташована безпосередньо за «крапкою теперішнього». Саме цей фрагмент казки ще не має для неї зрозумілого психологічного змісту, однак відкриває можливість подальшого розвитку сюжету. Тому звернення саме до нього стає природним продовженням психологічної роботи.

Психолог: Я хочу запропонувати вам написати ще одну казку. Про цей Ключ. Хотіли б?

Клієнтка: Так.

Психолог: Як би вона могла називатися?

Клієнтка: «Казка про Мишку, яка знайшла чарівний Ключ».

Після короткої паузи клієнтка уточнила:

– Ні, її назва буде «Як Чаклунка зустріла Мишку й здобула Ключ до щастя».

Так з'являється психотерапевтична казка «Як Чаклунка зустріла Мишку й здобула Ключ до щастя», яка знаменує початок нового етапу психологічної роботи.

На відміну від авторської казки, яка виконує переважно діагностичну, прогностичну та частково терапевтичну функції, психотерапевтична казка спрямована на формування нового психологічного досвіду, інтеграцію внутрішніх ресурсів і підтримку особистісних змін клієнтки. Саме у психотерапевтичній казці створюються умови для символічного проживання нового досвіду, який сприяє поступовому формуванню нових способів взаємодії із собою, іншими людьми та власним життям.

Дискусія. Представлений клінічний випадок демонструє можливості інтегративного використання авторської казки у психологічному консультуванні та психотерапії.

Отриманий у процесі психологічної роботи матеріал дає змогу здійснити його аналіз із позицій різних теоретичних підходів, кожен із яких висвітлює окремий аспект психологічної реальності клієнтки. Послідовне застосування феноменологічного, архетипічного та психодинамічного аналізу дозволяє простежити шлях від опису актуального досвіду клієнтки до розуміння глибинних психологічних механізмів, що лежать в основі її переживань і труднощів.

Насамперед розглянемо отриманий матеріал із позицій феноменологічного підходу, який є методологічною основою гештальт-терапії (Yontef, 1993).

Феноменологічний аналіз психотерапевтичного процесу засвідчив, що труднощі клієнтки були пов'язані не лише зі страхом самореалізації, а й з особливостями організації контакту із собою, власними потребами та навколишнім світом. Попри значний творчий потенціал і прагнення до професійної реалізації, на різних етапах природного руху потреби відбувалися переривання контакту.

Аналіз психотерапевтичного процесу показав, що адаптивні механізми переривання контакту проявлялися послідовно відповідно до етапів циклу контакту (Perls, 1969; E. Polster & M. Polster, 1973). На початковому етапі були усвідомлені інтроєкти, пов'язані з необхідністю відповідати високим вимогам, бути достатньо компетентною та заслужити право на самопрояв (Perls, 1969; Yontef, 1993). Це проявлялося у висловлюваннях клієнтки: *«Я боюся, що нічого не знаю», «Я не дотягую до певного показника», «Я маю ще навчитися»*. Ці переконання сприймалися нею як беззаперечні істини і підтримували переживання власної недостатності та страх негативного оцінювання.

Подальша психологічна робота дала змогу дослідити проєкції клієнтки (Perls, 1969; Yontef, 1993). Вона очікувала, що її прояв призведе до осуду, критики або неприйняття з боку інших людей. Це знайшло відображення у висловлюваннях: *«Усі побачать, що я несправжня і некомпетентна», «Якщо я проявлю себе, мене не приймуть»*. У психотерапевтичному контакті цей феномен було досліджено через звернення до її актуального досвіду взаємодії з психологом. Запитання: *«Як Вам зараз бути собою тут, поруч зі мною?»* та *«Чи відчуваєте Ви, що я Вас засуджую?»* допомогли клієнтці співвіднести свої очікування з реальним досвідом контакту. Усвідомлення того, що очікуване засудження не відбувається, створило умови для поступового перегляду звичного способу сприйняття себе та інших людей та стало новим коригувальним емоційним досвідом.

У процесі подальшої роботи стало очевидним, що значна частина енергії, необхідної для творчої реалізації, спрямовується не назовні, а на внутрішнє стримування власної активності. Це проявляється у формі ретрофлексії (Perls, 1969; Yontef, 1993): агресія, необхідна для реалізації власних потреб, зупиняється страхом неприйняття й спрямовується на саму себе, набуваючи форми самокритики, самообмеження та відмови від реалізації власних задумів. Феноменологічно це проявлялося у висловлюваннях клієнтки: *«Я відчуваю, що можу значно більше, але ніби щось мене постійно зупиняє», «Кожного разу я починаю і через певний час припиняю», «Наче сама себе стримую»*.

Наступним етапом стало усвідомлення дефлексії (Perls, 1969; Yontef, 1993), яка проявлялася у відтермінуванні практичних дій через постійне навчання, накопичення знань, підготовку та пошук додаткової впевненості. Це підтверджувалося словами клієнтки про те, що, попри значний професійний досвід, знання й навички, вона не може зробити їх справою свого життя, а професійний розвиток відбувається надто повільно. Замість безпосереднього входження в новий досвід, вона продовжувала готуватися до нього, відкладаючи момент активного самопрояву.

Водночас психотерапевтична робота була спрямована не на усунення окремих адаптивних механізмів, а на їх феноменологічне усвідомлення та відновлення природного перебігу циклу контакту (Yontef, 1993; Zinker, 1977). Через проживання актуальної потреби в безумовному прийнятті, дослідження переживань «тут і тепер», конфронтацію суперечливих переживань, роботу із символами авторської казки та інтеграцію нового досвіду клієнтка поступово відновлювала здатність вільно контактувати зі своїми почуттями, потребами й внутрішніми ресурсами.

Таким чином, психотерапевтичний процес був спрямований не на зміну окремих механізмів переривання контакту, а на відновлення цілісного процесу контактування. Послідовне усвідомлення інтроєкції, проєкції, ретрофлексії та дефлексії відображало поступове проходження клієнткою етапів циклу контакту та відновлення вільного руху енергії до задоволення актуальної потреби. Це дозволило їй перейти від страху самопрояву до більшої довіри до власних переживань, прийняття себе та поступової реалізації власного творчого потенціалу.

Після опрацювання символічного змісту авторської казки психотерапевтична робота набуває нового спрямування. Якщо на попередньому етапі казка виконувала діагностичну й терапевтичну функції, відкриваючи доступ до внутрішніх переживань, ресурсів і конфліктів клієнтки, то на цьому етапі вона стає основою для створення нової психотерапевтичної казки. Створена психотерапевтична казка спрямована на подальше опрацювання незавершених переживань, розвиток внутрішніх психологічних ресурсів та інтеграцію нового досвіду.

Аналіз авторської казки дав змогу виявити особливості внутрішнього світу клієнтки, її життєвої позиції, характеру взаємодії з оточенням, способів використання власних ресурсів та основного внутрішнього конфлікту.

На початку казки героїня займає пасивно-адаптивну позицію: вона переживає власний стан як наслідок зовнішніх обставин і не усвідомлює можливості впливати на нього. Початок активного пошуку способу змінити ситуацію символізує перехід до суб'єктної позиції та прийняття відповідальності за власне життя. Наприкінці казки героїня вже не є жертвою обставин, а постає творцем змін, спрямовуючи власні здібності на допомогу іншим.

Особливістю взаємодії з людьми на початку казки є відстороненість, зумовлена страхом осуду й неприйняття. Подальший розвиток сюжету символічно відображає можливість переходу від ізоляції до відкритості та взаємодії, що втілено в образах Криниці та Купелі як місця, куди приходять люди для зцілення.

Картина світу також зазнає трансформації: якщо спочатку світ сприймається як небезпечний простір, у якому необхідно приховувати себе, то згодом він постає як простір реалізації, де власні здібності можуть приносити користь іншим. При цьому змінюється не сам світ, а спосіб його сприйняття героїнею.

Центральною темою казки є відкриття доступу до вже наявного внутрішнього ресурсу. Символ Скриньки відображає прихований потенціал особистості, який тривалий час залишався недоступним. Ключ символізує відкриття доступу до цього ресурсу, а створення Криниці та Купелі – становлення внутрішніх способів самопідтримки, зцілення, відновлення внутрішньої цілісності, чуттєвості та життєвої енергії.

Таким чином, аналіз авторської казки засвідчив, що основний конфлікт розгортається не між героїнею та оточенням, а всередині неї – між прагненням до самореалізації та страхом самопрояву. Водночас казка відображає не лише актуальний психологічний стан клієнтки, а й окреслює потенційний напрям її особистісних змін. Символічні образи вказують на ті завдання, які ще потребують психотерапевтичного опрацювання: перехід від ізоляції до відкритої взаємодії з іншими, від внутрішнього холоду – до відновлення чуттєвості, від страху самопрояву – до довіри собі та вільної реалізації власного потенціалу.

Саме тому створення психотерапевтичної казки спирається не на довільне продовження сюжету, а на ті символічні образи та психологічні завдання, які були виявлені під час аналізу авторської казки. Це забезпечує логічне продовження психотерапевтичної роботи, спрямованої на інтеграцію нового досвіду, розвиток внутрішніх ресурсів і формування нових способів взаємодії із собою та світом.

Архетипічний аналіз авторської казки дав змогу розглянути її символічний зміст крізь призму аналітичної психології К. Юнга та універсальних образів, представлених у міфології, фольклорі й казковій традиції (Юнг, 2022; von Franz, 1996; Естес, 2025; Таланчук & Бедрик, 2007). Відповідно до підходу К. Юнга, архетипи є універсальними структурами колективного несвідомого, які знаходять своє символічне вираження у міфах, казках, сновидіннях та образах культури. Водночас у процесі психотерапевтичної роботи ці універсальні символи набувають індивідуального значення відповідно до особистого досвіду людини.

Центральним психологічним образом казки є Чаклунка, яка відображає процес трансформації особистості. Попри те, що головна героїня від початку названа Королевою («Жила в одному королівстві дуже красива Королева.»), клієнтка сприймає її насамперед як зачакловану постать – Чаклунку, позбавлену тепла, життєвості та контакту з власним потенціалом. У символічному просторі казки Чаклунка втілює тіньові прояви архетипу королеви. У процесі розвитку сюжету героїня поступово відновлює контакт із власним потенціалом, унаслідок чого актуалізуються зрілі якості архетипу королеви – мудрість, творчість, здатність до турботи, внутрішня цілісність і готовність до творчої самореалізації.

У казковій традиції образ чаклунки є амбівалентним: він може символізувати як руйнівну силу, так і приховане знання, мудрість та можливість трансформації.

Скринька архетипічно символізує прихований скарб – внутрішній потенціал особистості, який уже існує, але ще не усвідомлений. У міфологічній та фольклорній традиції закритий предмет або сховище часто пов’язані з образом прихованого знання, таємниці або ресурсу, доступ до якого відкривається лише після проходження певного шляху чи випробування. У психологічному сенсі цей образ може розглядатися як символ невиявлених можливостей особистості.

Ключ є універсальним символом відкриття, переходу та ініціації. У казках і міфах він часто пов’язаний із можливістю отримання доступу до прихованого, переходом на новий етап розвитку або відкриттям того, що раніше було недоступним. У контексті авторської казки Ключ символізує не отримання зовнішньої допомоги, а відкриття доступу до вже наявного внутрішнього ресурсу.

Образ мишки, поширений у фольклорній традиції, пов’язаний із непомітною мудрістю, інтуїцією та здатністю знаходити приховане. У казках маленький помічник часто виконує функцію провідника, який допомагає герою побачити можливість змін там, де вона раніше залишалася непоміченою.

Криниця в міфологічній традиції символізує джерело життя, глибини несвідомого та невичерпний внутрішній ресурс. Вода в культурній символіці часто пов’язана з оновленням, життям, емоційною сферою та трансформацією.

Купіль є архетипічним образом очищення, відновлення й переходу до нового етапу розвитку. Її символічне значення пов’язане з можливістю оновлення, зцілення та повернення до внутрішньої цілісності.

Образ холоду, який у казці представлений як другорядний, неперсоніфікований символічний елемент, відображає переживання емоційного відчуження, втрату контакту із власними почуттями та психологічний захист. У символічному й архетипічному значенні холод часто пов'язується зі станом зупинки, віддалення від життєвої енергії та порушенням природного зв'язку із собою. Водночас образ королівства, який також у казці не є персоніфікованим, символізує внутрішній психологічний простір особистості – простір, у якому відбуваються внутрішні зміни, трансформація та інтеграція нового досвіду. У символічному й архетипічному значенні королівство пов’язане з процесом відновлення внутрішньої цілісності та становлення особистості як творця власного життєвого шляху (Юнг, 2022; von Franz, 1996; Естес, 2025; Таланчук & Бедрик, 2007).

З архетипічної точки зору казка відображає процес індивідуації, описаний К. Юнгом, – поступове відкриття внутрішнього потенціалу, інтеграцію різних аспектів особистості та рух до психологічної цілісності (Юнг, 2022; Юнг, 2023). Особливістю казки є відсутність боротьби із зовнішнім ворогом: трансформація відбувається не через перемогу над кимось або чимось зовнішнім, а через відкриття внутрішнього ресурсу та його подальшу реалізацію.

Водночас індивідуальні смисли, які клієнтка надала символам у процесі психотерапії, значною мірою узгоджуються з їхнім архетипічним змістом, що поглиблює розуміння динаміки її внутрішніх змін. Символічна структура казки відображає не завершений процес трансформації, а певний напрям подальшого розвитку особистості – від відкриття внутрішніх можливостей до їх інтеграції та реалізації у власному житті.

Феноменологія переживань клієнтки дає підстави висунути припущення, що в основі її труднощів лежить не дефіцит здібностей чи творчого потенціалу, а недостатньо сформоване безумовне самоприйняття. На це вказують її висловлювання: *«Я боюся, що нічого не знаю», «Я ніхто», «Я не дотягую до певного показника»*, а також переживання права *«Бути тією, ким я є»*, яке актуалізувалося у психотерапевтичному контакті.

Можна припустити, що ранній досвід клієнтки міг включати переживання дефіциту безумовного прийняття та недостатню підтримку власного самопрояву. Ймовірно, схвалення клієнтки більше пов’язувалося з її досягненнями, правильністю та відповідністю очікуванням, ніж із безумовним прийняттям її як особистості. Унаслідок цього могли сформуватися базові переконання: *«Любов потрібно заслужити», «Я маю бути достатньо хорошою», «Проявляти себе безпечно лише тоді, коли я не припускаюся помилок»*.

З позицій психології розвитку такі особливості могли формуватися на етапі становлення автономії та ініціативи (приблизно у віці від 2 до 6 років), коли дитина потребує підтримки власної активності, права бути собою, експериментувати, помилятися та залишатися прийнятою незалежно від результату.

Таким чином, можна припустити, що основним психологічним дефіцитом є недостатньо сформоване право бути собою, право на самопрояв і право реалізовувати власний потенціал без постійної необхідності підтверджувати власну цінність через досягнення. Саме цим, ймовірно, пояснюється розрив між значним внутрішнім потенціалом клієнтки та труднощами його реалізації. Отже, проблема полягає не у відсутності здібностей чи ресурсів, а у недостатній внутрішній опорі для вільного користування ними.

З позиції психодинамічної концепції Ненсі Мак-Вільямс можна висунути гіпотезу про невротичний рівень організації особистості клієнтки. На це вказують збережені здатність до рефлексії, символізації, критичне ставлення до власних переживань, адекватне тестування реальності та здатність до встановлення продуктивного психотерапевтичного контакту.

Особливості феноменології клієнтки дозволяють висунути психодинамічну гіпотезу про наявність депресивних, обсесивних та нарцистично-вразливих тенденцій у структурі її переживань.

Переживання власної недостатньої цінності, потреба заслужити прийняття, високий рівень самокритики та тенденція спрямовувати відповідальність за труднощі переважно на себе можуть розглядатися як прояви депресивної проблематики в психодинамічному розумінні.

Постійні сумніви у власній компетентності, перфекціоністичні установки, високі внутрішні стандарти, прагнення до постійного накопичення знань як умови готовності до дії та відтермінування самореалізації можуть розглядатися як прояви обсесивних тенденцій.

Водночас страх бути викритою як недостатньо компетентна, переживання себе як «недостатньо хорошої» та залежність почуття власної цінності від професійних досягнень можуть розглядатися як прояви нарцистичної вразливості, пов'язаної з нестійкістю самооцінки та потребою у зовнішньому підтвердженні власної компетентності (Мак-Вільямс, 2025).

Визначення провідної характерологічної організації потребує подальшого психодинамічного дослідження.

Представлені психодинамічні гіпотези не є діагностичними висновками, проте вони дозволяють цілісно зрозуміти психологічні механізми труднощів клієнтки та визначити основні напрями подальшої психотерапевтичної роботи. Ці напрями були пов'язані з розвитком безумовного самоприйняття, формуванням внутрішньої опори, інтеграцією вразливих частин особистості, зміцненням довіри до власних переживань і підтримкою автентичного самопрояву.

Таким чином, кожен із використаних теоретичних підходів дозволяє розглянути різні аспекти одного й того самого психологічного феномену. Їх інтеграція не суперечить методологічним засадам окремих напрямів, а забезпечує більш цілісне розуміння проблематики клієнтки та визначення подальших напрямів психотерапевтичної роботи.

Висновки. Проведений аналіз дозволяє розглядати авторську казку як ефективний метафоричний інструмент психологічного консультування та психотерапії, який відкриває доступ до внутрішнього світу клієнта, його переживань, життєвого досвіду, внутрішніх конфліктів і ресурсів. Створення та подальше дослідження авторської казки дає змогу дослідити не лише актуальний психологічний стан особистості, а й особливості функціонування клієнта у взаємодії із собою, власними потребами та навколишнім світом.

Застосування інтегративного підходу до аналізу авторської казки дозволило розглянути отриманий матеріал на різних рівнях.

Феноменологічний аналіз у межах гештальт-підходу забезпечив дослідження актуального досвіду клієнтки, особливостей організації контакту, механізмів його переривання та процесу усвідомлення власних переживань.

Архетипічний аналіз у межах аналітичної психології К. Юнга поглибив розуміння символічного змісту образів казки через зіставлення їх з універсальними архетипами та їх психологічним значенням у процесах ініціації, особистісного зростання й досягнення психологічної цілісності.

Психодинамічна концептуалізація на основі підходу Ненсі Мак-Вільямс дозволила сформулювати гіпотези щодо внутрішніх конфліктів, особливостей організації переживань та можливих механізмів, що могли сприяти формуванню виявлених психологічних труднощів.

Результати аналізу показали, що авторська казка виконує не лише діагностичну, а й прогностичну та терапевтичну функції. Вона дозволяє не тільки дослідити актуальний внутрішній стан клієнтки, а й окреслити потенційний напрям її особистісного розвитку. Виявлення внутрішніх ресурсів, представлених як явними персоніфікованими символами – Мишкою, Ключем, Скринькою, Криницею та Купіллю, так і менш очевидними неперсоніфікованими образами – холодом і королівством, дозволило побачити можливість поступового відновлення тих внутрішніх психологічних функцій, формування яких певною мірою було ускладнене в попередньому життєвому досвіді.

На етапі психологічного консультування авторська казка може використовуватися як засіб формування та уточнення запиту, дослідження актуальних переживань клієнта, виявлення внутрішніх ресурсів, конфліктів і способів взаємодії із собою та світом. Робота з авторською казкою може поглиблювати процес психологічного дослідження, створюючи передумови для психотерапевтичного опрацювання, оскільки сприяє глибшому розумінню психологічної проблематики клієнта, формуванню робочих психологічних гіпотез і визначенню напрямів подальшої психотерапевтичної роботи.

Перехід до створення психотерапевтичної казки є наступним етапом роботи, що ґрунтується не на довільному продовженні сюжету, а на символічних образах і психологічних завданнях, виявлених у процесі аналізу авторської казки. Її створення може бути спрямоване на подальше опрацювання незавершених переживань, інтеграцію нового досвіду та формування більш адаптивних способів взаємодії із собою та світом.

Таким чином, інтеграція феноменологічного, архетипічного та психодинамічного підходів розширює можливості використання авторської казки в психологічному консультуванні та психотерапії. Такий метод може бути корисним практичним психологам, психотерапевтам і консультантам, які працюють з процесами самопізнання, особистісного розвитку, пошуку внутрішніх ресурсів та подолання психологічних труднощів. Він забезпечує більш цілісне розуміння психологічної проблематики клієнта, зберігаючи методологічну самостійність кожного з використаних теоретичних підходів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

Естес, К. П. (2025). Жінки, що біжать з вовками: архетип Дикої жінки у міфах та легендах (Н. Валевська, пер.). Yakaboo Publishing.

Магдисюк, Л. І., Федоренко, Р. П., & Замелюк, М. І. (2019). Казкотерапія в психологічному консультуванні дітей та дорослих: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. III–IV рівнів акредитації. Вежа-Друк.

Мак-Вільямс, Н. (2025). Психоаналітична діагностика. Розуміння структури особистості в клінічному процесі (Д. Колодич, пер.; 2-ге вид.). Видавництво Ростислава Бурлаки.

Одинцова, Г. (2023). Можливості казкотерапії у трактуванні клієнтських казок. Арттерапія і війна: контексти і досвід практичної роботи: колективна монографія (с. 70–87). ЛьвДУВС.

Таланчук, О., & Бедрик, Ю. (ред.). (2007). 100 найвідоміших образів української міфології (2-ге вид., випр. і доп.). Київ: Автограф; Книжковий дім «Орфей».

Ткач, Р. (2023). 50 цілющих казок для дітей. Видавництво Ростислава Бурлаки.

Ткач, Р. (2025). Юнгіанське подружнє консультування (О. Сербова, передм.). Видавництво Ростислава Бурлаки.

Юнг, К. Г. (2022). Людина та її символи (Є. О. Хмара, пер.). Центр учбової літератури.

Юнґ, К. Ґ. (2023). Архетипи і колективне несвідоме (К. Котюк, пер.). Астролябія.

Bettelheim, B. (1976). The Uses of Enchantment: The Meaning and Importance of Fairy Tales. Alfred A. Knopf.

Erickson, M. H., & Rossi, E. L. (1979). Hypnotherapy: An Exploratory Casebook. Irvington Publishers.

Perls, F. S. (1969). Gestalt Therapy Verbatim. Real People Press.

Polster, E., & Polster, M. (1973). Gestalt Therapy Integrated: Contours of Theory and Practice. Brunner/Mazel.

von Franz, M.-L. (1996). The Interpretation of Fairy Tales (Rev. ed.). Shambhala Publications.

Yontef, G. M. (1993). Awareness, Dialogue and Process: Essays on Gestalt Therapy. Gestalt Journal Press.

Zinker, J. C. (1977). Creative Process in Gestalt Therapy. Brunner/Mazel.

REFERENCES

Estes, C. P. (2025). Zhinky, shcho bizhat z vovkamy: arkhetyp Dykoi zhinky u mifakh ta lehendakh [Women Who Run with the Wolves: Myths and Stories of the Wild Woman Archetype] (N. Valevska, Trans.). Yakaboo Publishing [in Ukrainian].

Mahdysiuk, L. I., Fedorenko, R. P., & Zameliuk, M. I. (2019). Kazkoterapiia v psykholohichnomu konsultuvanni ditei ta doroslykh [Fairy Tale Therapy in Psychological Counseling of Children and Adults]. Vezha-Druk [in Ukrainian].

McWilliams, N. (2025). Psykhoanalitychna diahnostyka. Rozuminnia struktury osobystosti v klinichnomu protsesi [Psychoanalytic Diagnosis: Understanding Personality Structure in the Clinical Process] (D. Kolodych, Trans., 2nd ed.). Vydavnytstvo Rostyslava Burlaky [in Ukrainian].

Odyntsova, H. (2023). Mozhlyvosti kazkoterapii u traktuvanni kliientskykh kazok [Possibilities of Fairy Tale Therapy in the Interpretation of Clients' Fairy Tales]. In Artterapiia i viina: konteksty i dosvid praktychnoi roboty [Art Therapy and War: Contexts and Practical Experience] (pp. 70–87). LvDUVS [in Ukrainian].

Talanchuk, O., & Bedryk, Y. (Eds.). (2007). 100 naivydomishikh obraziv ukrainskoi mifolohii [100 most famous images of Ukrainian mythology] (2nd ed., revised and expanded). Kyiv: Avtohraf; Knyzhkovyi dim «Orfei» [in Ukrainian].

Tkach, R. (2023). 50 tsiliushchykh kazok dlia ditei [50 Healing Fairy Tales for Children]. Vydavnytstvo Rostyslava Burlaky [in Ukrainian].

Tkach, R. (2025). Yunhianske podruzhnie konsultuvannia [Jungian Marital Counseling]. Vydavnytstvo Rostyslava Burlaky [in Ukrainian].

Yunh, K. H. (2022). Liudyna ta yii symvoly [Man and His Symbols] (Ye. O. Khmara, Trans.). Tsentr uchbovoi literatury [in Ukrainian].

Yunh, K. G. (2023). Arkhetypy i kolektyvne nesvidome [The Archetypes and the Collective Unconscious] (K. Kotiuk, Trans.). Astroliabiia [in Ukrainian].

Bettelheim, B. (1976). The Uses of Enchantment: The Meaning and Importance of Fairy Tales. Alfred A. Knopf [in English].

Erickson, M. H., & Rossi, E. L. (1979). Hypnotherapy: An Exploratory Casebook. Irvington Publishers [in English].

Perls, F. S. (1969). Gestalt Therapy Verbatim. Real People Press [in English].

Polster, E., & Polster, M. (1973). Gestalt Therapy Integrated: Contours of Theory and Practice. Brunner/Mazel [in English].

von Franz, M.-L. (1996). The Interpretation of Fairy Tales (Rev. ed.). Shambhala Publications [in English].

Yontef, G. M. (1993). Awareness, Dialogue and Process: Essays on Gestalt Therapy. Gestalt Journal Press [in English].

Zinker, J. C. (1977). Creative Process in Gestalt Therapy. Brunner/Mazel [in English].

Halyna BATURYNSKA
Practical Psychologist, Gestalt Therapist, Trainer of Educational Programs, LLC "School of Psychological Practice", Kyiv
ORCID: *https://orcid.org/0009-0000-2577-2267*

AN INTEGRATIVE APPROACH TO THE USE OF AN AUTHORIAL FAIRY TALE IN PSYCHOLOGICAL COUNSELING AND PSYCHOTHERAPY

Abstract

The article is devoted to the theoretical substantiation of an integrative approach to the use of an authorial fairy tale in psychological counseling and psychotherapy. An authorial fairy tale is understood as a fairy tale created by the client during the process of psychological work as a metaphorical representation of the client's inner world, life experience, current psychological state, and the characteristics of interaction with oneself and others.

The aim of the article *is to present the possibilities of using an authorial fairy tale as a diagnostic, prognostic, and therapeutic tool in psychological counseling and psychotherapy, as well as to demonstrate the possibilities of transitioning from psychological counseling to psychotherapy through the integration of different theoretical approaches.*

Results. *The study demonstrates that the use of an authorial fairy tale makes it possible to explore the client's inner world, the characteristics of the client's life script, psychological resources, and internal conflicts, as well as to identify directions for further psychological work. The possibility of a consistent transition from the diagnostic stage of psychological counseling to psychotherapeutic work through the deepening of authentic therapeutic contact between the psychologist and the client is demonstrated, thereby creating the conditions for the birth of a psychotherapeutic fairy tale.*

Conclusions. *It is demonstrated that the integrative approach expands the diagnostic, prognostic, and therapeutic possibilities of using an authorial fairy tale in psychological counseling and psychotherapy, provides a holistic understanding of the client's psychological issues, and preserves the methodological integrity of each of the theoretical approaches applied.*

Keywords: *authorial fairy tale; psychological counseling; psychotherapy; integrative approach; diagnostic fairy tale; psychotherapeutic fairy tale; metaphor; life script.*

Дата першого надходження статті до видання: 22.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 01.09.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 05.10.2026

DOI:
УДК 159.91:629.7

Тетяна БІЛЬКО
здобувачка третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти кафедри авіаційної психології та управління людським фактором, спеціальності С4 «Психологія», Національний університет «Київський авіаційний інститут», м. Київ
ORCID: *https://orcid.org/0009-0000-0523-8489*

ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНІ КРИТЕРІЇ ОЦІНКИ БЕЗПЕЧНОГО ПСИХОЕМОЦІЙНОГО СТАНУ АВІАЦІЙНОГО ПЕРСОНАЛУ: СУЧАСНИЙ СТАН ПРОБЛЕМИ

Резюме

Досліджено фундаментальну проблематику оцінювання психоемоційного стану фахівців авіаційної галузі, що є критичним елементом забезпечення загальної надійності авіаційних систем. Незважаючи на безпрецедентний рівень технологічного оснащення сучасних повітряних суден, безпека польотів продовжує найтіснішим чином залежати від функціонального стану людини-оператора. Наявна система медичної сертифікації залишається здебільшого консервативною: вона орієнтована на пошук та фіксацію вже наявних клінічних патологій, часто залишаючи поза увагою доклінічні, транзиторні зміни функціонального стану, спричинені втомою чи стресом. У статті детально проаналізовано еволюцію підходів міжнародних регуляторних організацій (ICAO, EASA) до визначення професійної придатності. Запропоновано розглядати психоемоційний стан не як просту відсутність психіатричних розладів, а як комплексну, динамічну характеристику надійності працівника. Обґрунтовано доцільність застосування інтегрованої концептуальної моделі оцінки, що органічно поєднує клініко-фізіологічні, когнітивні, психологічні та професійно-операційні метрики для своєчасного виявлення ризиків функціональної дезадаптації. Особливу увагу приділено перспективам впровадження об'єктивних психофізіологічних показників, цифрових технологій моніторингу та стандартизованих методів оцінювання, здатних забезпечити раннє виявлення несприятливих змін функціонального стану авіаційного персоналу. Практичне значення дослідження полягає у формуванні наукового підґрунтя для вдосконалення процедур медичної сертифікації, підвищення ефективності профілактичних заходів та мінімізації людського фактора як одного з провідних чинників ризику виникнення авіаційних подій.

Ключові слова: *авіаційний персонал, психоемоційний стан, психофізіологічні критерії, безпека польотів, авіаційна медицина, професійний стрес, людський фактор.*

Вступ. Глобальна авіаційна індустрія сьогодні перебуває у стані своєрідного технологічного парадоксу. З одного боку, впровадження високоавтоматизованих систем керування польотом, інтелектуальних алгоритмів підтримки прийняття рішень та багаторазового резервування критичних вузлів звело ймовірність відмови техніки до історичного мінімуму. З іншого боку, на тлі цієї безпрецедентної технічної надійності, людський фактор продовжує залишатися фундаментальною причиною абсолютної більшості авіаційних подій та інцидентів (Kanki et al. 2019; Martinussen & Hunter, 2018; Wickens et al., 2021; Wilson, 2002). Людина-оператор, будучи найбільш гнучким і адаптивним елементом авіаційної системи, одночасно є її найбільш вразливою ланкою. Специфіка професійної діяльності льотного складу та диспетчерів управління повітряним рухом характеризується унікальною інтерференцією стрес-факторів. Робота в умовах гіпоксії, постійні вібраційні та шумові навантаження, хронічне порушення циркадних ритмів внаслідок трансмеридіанних перельотів, депривація сну та необхідність обробляти гігантські масиви інформації в умовах жорсткого дефіциту часу створюють колосальний тиск на центральну нервову систему (Hancock & Matthews, 2019; Wickens et al., 2021; Wilson, 2002).

За таких обставин здатність фахівця діяти безпомилково визначається не лише рівнем його льотної майстерності чи знанням стандартних операційних процедур (SOP), а передусім його функціональним психоемоційним станом (Kanki et al., 2019; Martinussen & Hunter, 2018). Водночас чинна система медичної сертифікації авіаційного персоналу, регламентована стандартами Міжнародної організації цивільної авіації (ICAO) та деталізована вимогами Європейського агентства з безпеки польотів (EASA), залишається значною мірою заручницею традиційної нозологічної парадигми. Під час проходження лікарсько-льотної експертизи головним завданням авіаційного медичного експерта (AME) фактично є пошук маніфестованих соматичних або психіатричних