

УДК 159.98

Петрика Т. – ст. гр. БП-41

Тернопільський державний технічний університет імені Івана Пулюя

КАЗКОТЕРАПІЯ – УНІКАЛЬНИЙ СПОСІБ ФОРМУВАННЯ ГАРМОНІЙНИХ ВІДНОСИН У ПОДРУЖНІЙ ПАРИ

Науковий керівник: канд. псих. наук Мудрак М.А.

Казкотерапія – це психотерапевтична техніка, за допомогою якої можна зціляти душу. Вона вважається найстародавнішим методом практичної психології в людській цивілізації, але водночас одним із наймолодших методів у сучасній науковій психологічній практиці. Спочатку казкотерапія проявляла себе через усну народну творчість, а уже значно пізніше знайшла своє відображення у психологічному баченні світу К.Юнга, М.-Л. фон Франца, Б.Беттельхейма, В.Проппа та інших. Зокрема, термінологія психоаналізу ґрунтується на міфах. На сьогодні, казкотерапія активно застосовується у психодіагностичних, корекційних та розвивальних тренінгових програмах.

Однією із основних форм казкотерапії, що застосовується для дорослої аудиторії, є психотерапевтичні казки про любов. Їхня основна ідея — це віддзеркалення різноманіття взаємин між чоловіком і жінкою. Ці казки дозволяють партнерам краще зрозуміти один одного, вирішити конфліктні ситуації, змінити погляд на себе та партнера. Метою такої казкотерапії є підведення людини до усвідомлення своєї внутрішньої сутності, своєї неповторності та єдності із партнером, до відчуття гармонії із собою та навколишнім світом. У процесі казкотерапії людина навчається сприймати себе такою, якою вона є, усвідомлювати себе й інших людей, кожного, як неповторну індивідуальність.

Казкотерапія – це перш за все терапія середовищем, особливою казковою атмосферою, в якій можуть проявитися потенційні можливості особистості, може матеріалізуватись мрія; а головне, в ній з'являється відчуття захищеності та аромат таємниці. Вона сприяє об'єктивізації проблемних ситуацій, активізації ресурсів, потенціалу сімейної пари, що веде до покращення взаємоповаги та взаєморозуміння між учасниками психотерапії.

Для сімейних пар особливо важливі когнітивний та творчий аспекти казкотерапії. Аналіз казок (когнітивний аспект) дозволяє змінити або істотно збагатити погляд на звичні ситуації, ознайомитися із духовними цінностями. А драматизації казок (творчий аспект) дозволяє вивільнити творчу енергію уяви. Крім цього, у формі казки подружнім парам легше побачити проблему і легше прийняти її (не так образливо, не так боляче). Для казкового героя простіше придумати вихід із ситуації, ніж для самих себе – адже в казці все можна. До того ж всім відомо, що казки завжди добре закінчуються. Все це допомагає дорослим людям конструктивно змінювати своє життя.

Таким чином, казкотерапія є ефективним способом отримання інформації про мотиви, які спонукають партнерів до дій у складних ситуаціях, про те, що для них значить повага, любов, ненависть та сім'я. Перевагою казкотерапії є й те, що для кожної подружньої пари можна підібрати таку казку, яка відповідає змісту їхньої проблеми. І саме після детального аналізу подружжям психологічного змісту казки, психологічна картина сім'ї стає зрозумілою до дрібниць.