

УДК 159. 9: 371. 134

Олена Григорівна Стасько,
кандидатка психологічних наук,
доцентка кафедри психології,
глибинної корекції та реабілітації,
Черкаський національний університет
імені Богдана Хмельницького,
м. Черкаси, Україна
ORCID: 0000-0002-4188-5250
Lenastasko@gmail.com

Світлана Олегівна Манжара,
докторка філософії зі спеціальності
«Психологія»,
викладачка кафедри психології,
глибинної корекції та реабілітації,
Черкаський національний університет
імені Богдана Хмельницького,
м. Черкаси, Україна
ORCID: 0000-0003-1003-0900
svitlana1008@vu.cdu.edu.ua

Ірина Вікторівна Ткач,
викладач-методист,
Черкаський державний
фаховий бізнес-коледж,
м. Черкаси, Україна
ORCID: 0000-0001-7302-8467
ivtkach1909@gmail.com

ДОСЛІДЖЕННЯ ВНУТРІШНЬООСОБИСТІСНОГО КОНФЛІКТУ МЕТОДОМ ТЕРАПЕВТИЧНОЇ КАЗКИ У ТРАНЗАКЦІЙНОМУ АНАЛІЗІ

У статті розглянуто метод терапевтичної казки в контексті транзакційного аналізу та його можливості у дослідженні внутрішньоособистісних конфліктів, які формують життєвий сценарій особистості. Особливу увагу приділено процесу об'єктивації внутрішніх суперечностей психіки через символіку та метафоричні образи, що відбувається зокрема за допомогою терапевтичних казок у рамках транзакційного аналізу. Показано, що несвідоме має символічний характер і може бути розкрито опосередковано.

Ключові слова: внутрішньоособистісний конфлікт, конфлікт, внутрішні суперечності психіки, глибинні механізми психіки, транзакційний аналіз, життєвий сценарій, метод улюбленої казки, глибинна психокорекція, глибинна психологія, символізм, метафоричність казки.

Olena Stasko,
PhD in Psychology, Associate Professor,
Deep Correction and Psycho-Social
Rehabilitation Department,
Bohdan Khmelnytsky Cherkasy National
University,
Cherkasy, Ukraine
ORCID: 0000-0002-4188-5250
Lenastasko@gmail.com

Svitlana Manzhara,

Doctor of Philosophy in Psychology,
Lecturer at the Department of Psychology,
Deep Correction and Rehabilitation,
Bohdan Khmelnytskyi Cherkasy National University,
Cherkasy, Ukraine
ORCID: 0000-0003-1003-0900
svitlana1008@vu.cdu.edu.ua

Iryna Tkach,

Teacher-methodologist,
Cherkasy State Professional Business College,
Cherkasy, Ukraine
ORCID: 0000-0001-7302-8467
ivtkach1909@gmail.com

RESEARCH OF INTERNAL PERSONAL CONFLICT USING THE THERAPEUTIC FAIRY TALE METHOD IN TRANSACTIONAL ANALYSIS

The article examines the therapeutic fairy tale method in the context of transactional analysis and its possibilities in the study of internal personal conflicts that form the life scenario of an individual. Particular attention is paid to the process of objectifying internal contradictions of the psyche through symbolism and metaphorical images, which occurs in particular with the help of therapeutic fairy tales within the framework of transactional analysis. It is shown that the unconscious is symbolic in nature and can be revealed indirectly. The main purpose of the article is to highlight the methodological aspects of using fairy tales in the practice of transactional analysis, which is currently considered one of the promising areas in the field of modern depth psychology. The main emphasis is placed on the analysis of fairy tales that influenced children's experience and personality formation, as well as on the role of the processes of symbolization and metaphorization inherent in fairy tales. The connection between fairy tale plots and models of behavior in everyday life is investigated. The significance of understanding personal experiences through fairy-tale narratives and their use for forming a concept of the future is shown. It is noted that one of the key therapeutic tasks of transactional analysis is to help a person separate from past experiences through understanding the internal personal conflict that underlies their life scenario. This helps to free oneself from the influence of childhood traumatic events and opens up the opportunity for a more conscious choice of life path. It has been proven that today practical psychology requires methods focused on in-depth knowledge of the human psyche, in terms of providing it with individually unique psychological assistance in resolving its internal contradictions through awareness of the life scenario.

Keywords: internal personal conflict, conflict, internal contradictions of the psyche, deep mechanisms of the psyche, transactional analysis, life scenario, favorite fairy tale method, deep psychocorrection, deep psychology, symbolism, metaphorical nature of the fairy tale.

Психокорекційний досвід засвідчує, що в процесі надання психологічної допомоги важливим є застосування методів, які сприяють об'єктивації психологічного змісту через символічну форму. Серед таких підходів особливе місце займає казка. Ефективність використання цього прийому пояснюється тим, що несвідоме за своєю природою має символічний характер і розкривається лише опосередковано. Казкові наративи являють собою символічне відображення спектра людських взаємин, несуть у собі знання про динаміку життєвих процесів і слугують засобом для осмислення філософських аспектів буття. У психологічних дослідженнях зазвичай акцент робиться на важливості аналізу казок, які впливали на формування особистості в дитинстві, а також на їх символічному і метафоричному змісті. Особливу увагу приділяють взаємозв'язку казкових сюжетів з поведінкою у реальному житті, осмисленню пережитого досвіду та моделюванню майбутнього. Одним із ключових завдань транзакційного аналізу є сприяння особистості у відокремленні свого теперішнього життя від впливу минулих подій шляхом усвідомлення життєвого сценарію в процесі терапевтичної роботи. Це має на меті звільнення від

психологічних переживань, пов'язаних з переживаннями дитинства. У цьому контексті важливу роль відіграє використання технік транзакційного аналізу для вивчення і розуміння життєвого сценарію суб'єкта. Серед цих технік особливо вирізняється метод роботи з улюбленою казкою або казковим героєм, що займає особливе місце в терапевтичній практиці.

Метою статті є висвітлення методичних підходів до використання методу казки в рамках транзакційного аналізу, а також дослідження внутрішньоособистісного конфлікту за допомогою цього методу, який нерідко лежить в основі життєвого сценарію особистості. Згідно з теорією Е. Берна, людське життя загалом формується відповідно до певних сценаріїв, які починають закладатися ще в ранньому дитинстві. Елементи дитячого досвіду, такі як сни, фантазії, казки та розповіді можуть слугувати важливими індикаторами для розуміння і аналізу цих життєвих сценаріїв [1]. Дослідження Е. Берна свідчать, що казки здатні виконувати роль фундаменту для формування життєвого сценарію особистості. На його думку, символічна мова казок особливим чином впливає на свідомість, задаючи певні моделі поведінки і мислення. У своїй символічній структурі казки, як і фантазії, містять сценарні елементи, які дозволяють людині осмислювати свої дії й встановлювати цілі, ґрунтуючись на очікуванні винагороди за власну поведінку [1].

У транзакційному аналізі використовують низку технік, які сприяють діагностиці та розумінню життєвого сценарію особистості. Однією з таких технік є робота з улюбленою казкою або казковим героєм, що відкриває можливості для дослідження внутрішніх суперечностей психіки та виявлення життєвого сценарію суб'єкта. Процес усвідомлення життєвого сценарію базується на активації дорослого его-стану особистості, завдяки якому людина вчиться сприймати навколишній світ без викривлень. При застосуванні техніки улюбленої казки важливо забезпечити повну свободу для прояву уяви, що дозволяє максимально заглибитися у досліджуваний матеріал [3]. Психологічний аналіз у межах транзакційного аналізу не вимагає глибинних психологічних інтерпретацій. Під час роботи з клієнтом і його життєвим сценарієм психолог може визначити тип сценарію, звернути увагу на ключовий внутрішньоособистісний конфлікт та знайти йому підтвердження у відповідях клієнта. Вважається, що сам протагоніст, відповідаючи на запитання, починає усвідомлювати окремі аспекти свого сценарію та існуючі внутрішні суперечності. Терапевт також може ідентифікувати домінуючий его-стан протагоніста та з'ясувати, як він проявляється у його повсякденному житті [3].

Ідея, що дитячі переживання формують майбутнє життя дорослої людини, є ключовою не лише в транзакційному аналізі, а й у багатьох інших напрямках психології. Особливістю транзакційного аналізу є твердження, що дитина створює конкретний життєвий план, а не просто загальні уявлення про світ. Згідно з цією теорією, такий план будується за принципом театральної вистави, де визначені початок, середина і кінцівка. Під час написання цього сценарію дитина вже закладає той фінал, який стане його невід'ємною частиною [4]. Теорія в методі транзакційного аналізу стверджує, що у дорослому віці ми несвідомо реалізуємо свій життєвий сценарій через вибір певних форм поведінки, які ведуть нас до його розв'язки. Хоча батьки не можуть примусити дитину зробити конкретні рішення щодо її сценарію, вони здатні істотно впливати на цей процес. З перших днів життя дитина отримує від батьків певні послання, які формують її уявлення про саму себе, інших людей і світ у цілому. Наприклад, ці послання часто знаходять своє відображення у казках, міфах чи художніх творах, що батьки читають дитині. Згодом такі оповіді набувають особливого значення для нас і стають улюбленими. Головні герої, їхнє життя, досягнення та поведінка нерідко сприймаються як ідеали, на які ми прагнемо рівнятися. Ці образи та послання створюють основу, на якій дитина будує свої ключові рішення, що визначають її сценарій. У дорослому віці пам'ять про ранні дитячі враження часто проявляється лише через сни або

фантазії. Якщо ми не докладасемо достатньо зусиль для аналізу власного сценарію, шанси усвідомити прийняття важливих рішень з раннього дитинства значно зменшуються, навіть якщо ці рішення впливають на нашу нинішню поведінку [4]. Як приклад представляємо стенограми роботи з улюбленою казкою та казковим героєм у рамках методу транзакційного аналізу. Учаснику запропонували згадати та описати казку дитинства або її окремий епізод, провести порівняння себе з улюбленим персонажем і змінити кінцівку на таку, яка йому більше до вподоби. Для цього можна було використовувати сюжети та героїв як класичних, так і авторських казок, залишаючись у межах традиційного розвитку подій. Представляємо фрагменти стенограм роботи з вибраною казкою.

Стенограма роботи з улюбленою казкою із протагоністом С.

С.: Моя найулюбленіша казка – «Колобок». Першою вона прийшла мені на думку, бо цей персонаж дуже схожий на мене. Я вибрала Колобка завдяки його непосидючості, активності, веселощам і життєрадісності. Він нікому не підкоряється, що мені близько. Як на мене, у казці варто змінити кінець. Було б чудово, якби Колобок перехитрив лисицю, уникнув її і просто покотився далі. Я також додала б йому руки і ноги, щоб він міг зручніше рухатися. У фіналі Колобок повернувся б додому, жив би радісно і щасливо, виходив би куди завгодно й коли завгодно. Він помирився б із тваринами, які хотіли його з'їсти, і вони стали б його найкращими друзями.

П (психолог): Розкажіть, чому саме ця казка стала вашею улюбленою? Що Вас привабляло у Колобка?

С: Колобок для мене – це уособлення непосидючості, веселощів і життєрадісності. Він ні від кого не залежав і прагнув свободи.

П: Та все ж у фіналі казки його з'їли, незважаючи на його незалежність і активність. Як Ви думаєте, чому?

С: Напевно, тому що він був надто наївним і довірливим.

П: Як би Ви хотіли змінити сюжет цієї історії?

С: Я б завершила її інакше: Колобок перехитрив би лисицю, залишився живий і повернувся додому, де міг би жити так, як хоче. Окрім того, він помирився б із тими, хто раніше мав намір його з'їсти, і зробив їх своїми друзями.

П: Можливо, Ваша любов до цієї казки відображає прагнення до незалежності й свободи у житті? Чи є це схожістю між Вами та Колобком?

С: Так, однозначно. Я живу з батьками, які продовжують бачити в мені маленьку дитину і часто намагаються приймати рішення за мене. Мені бракує тієї самотійності й свободи, яку уособлює Колобок.

Науковий аналіз роботи з казкою протагоніста С.

Психологічна робота з протагоністом С. дає змогу глибше зрозуміти її особистісні характеристики та можливий вплив на формування життєвого сценарію. Робота з казковим образом С. демонструє, що для протагоніста є визначальними такі риси: прагнення до зверхності, інфантильність, непокірність, егоцентризм, активність, незалежність, хитрість, а також постійне бажання бути в центрі уваги. Ці якості відображаються в характері головного героя казки і формують її сприйняття соціальних і особистісних ролей. Авторка обрала образ колобка як символічну модель – наївної, веселої, грайливої дитини, яка залишається відірваною від реальності дорослого життя та світу поза межами сім'ї. У цьому контексті життєвий сценарій протагоніста може демонструвати неспроможність і готовність до самотійного існування, схильність до уникнення відповідальності та прагнення безтурботного проведення часу. Казковий Колобок гуляє та розважається, що є метафорою дитячої безтурботності й відсутності серйозних обов'язків. У діалозі з протагоністом стає очевидним, що ключову цінність для неї становлять дружба і довіра. Це проявляється у згадках про те, що Колобок був готовий примиритися навіть із тими

персонажами казки, які діяли проти нього. Ця деталь свідчить про прагнення до гармонії та взаєморозуміння у взаємовідносинах. Цікавою особливістю є те, що протагоніст додала б Колобку ноги та руки, аргументуючи це незручністю його безперервного котіння. Цей символічний акцент може бути інтерпретований як прояв внутрішньої потреби до самостійної опори, готовності до змін і переходу до зрілого життя. Бажання колобка «стати на ноги» перегукується з процесом дорослішання і відділення від батьківської системи підтримки.

Стенограма роботи з улюбленою казкою з протагоністом А.

А: Моя улюблена казка «Русалонька». Головна героїня закохалася в принца, і заради нього пожертвувала всім – багатством, свободою, красою. Проти волі батьків, сестр і братів вона уклала угоду зі злою чаклункою, обмінявши свій голос на можливість бути поруч із принцом як людина. Хоча їй вдалося здобути увагу принца та частини королівства, неможливість висловити свої почуття стала для неї фатальною. Принц обрав іншу, і героїня, зраджена коханням, вирішила не вбивати його для повернення до моря. У фіналі вона перетворилася на морську піну.

Кінець казки я б змінила на щасливий. У Русалоньки все б склалося добре, вони одружилися б із принцом.

П: чому саме «Русалонька» є улюбленою казкою?

А: Мене вражає здатність героїні жертвувати всім заради великого почуття.

П.: Чи бачите Ви у цьому відображення себе?

А.: Так. Так, я однолюб. Я людиною, яка готова на жертви заради кохання.

П: Але Русалонька в кінці казки перетворилася на морську піну, це якось пов'язано з Вами?

А: Я теж дуже змінилась після розлучення з коханим, замкнулась у собі, стала недовірлива.

П: Ви розумієте, що за цими стражданнями втрачаєте себе, перестаете повноцінно жити?

А: Так. Але поки нічого не можу з цим зробити.

П: Як би Ви змінили кінцівку казки?

А: Вона у мене була б без сумніву щаслива – у Русалоньки з принцом усе склалося б і вони одружилися!

Науковий аналіз роботи з казкою протагоніста А.

Аналіз роботи з казкою з протагоністом А. виявив важливі аспекти її особистісного сприйняття і життєвого сценарію. У процесі взаємодії з улюбленою історією увага зосереджувалася на таких цінностях, як свобода, краса, кохання, вірність, жертовність, а також на потребі відкрито виражати свої почуття та бути почутою оточуючими. Згідно з результатами аналізу, у життєвій сценарій А. закладена складна проблема руйнування стосунків між близькими людьми, що чітко простежується навіть у перших рядках самої казки. Неможливість стосунків між принцом і Русалонькою через їхню початкову несумісність дає підстави припустити, що А. схильна до переживання болісних емоцій від нерівності у партнерських стосунках. Це підтверджує загальні риси її життєвого сценарію. Жертовність Русалоньки, яка віддає свій голос, символізує глибоке почуття болю, пригнічення та приниження. Її головними емоціями стають відчуття непотрібності, самотності та зради, що значною мірою відображає внутрішні переживання і особистісну динаміку самої А. Таким чином, дослідження психотерапевтичної сутності казки та перспектив її використання у рамках транзакційного аналізу засвідчило її значний діагностичний потенціал, зумовлений символічним і метафоричним характером оповіді. Застосування методу улюбленої казки у контексті цього підходу дає змогу виявляти життєвий сценарій особистості, а також внутрішній конфлікт, який становить фундамент цього сценарію. Основна увага дослідників у сфері транзакційного аналізу зосереджувалася

переважно на використанні народних або авторських казок з усталеною структурою сюжету. Їм притаманна статичність характерів героїв і передбачуваність фіналу, що створює певні методологічні обмеження. Разом із тим, індивідуальна унікальність психіки суб'єкта, а також глибинно-психологічна інтерпретація та аналіз підтекстової семантики, пов'язаної зі структурними детермінантами внутрішньоособистісних конфліктів, залишаються поза основним фокусом уваги. Врахування цих аспектів становить перспективний напрям для майбутніх досліджень. Техніки транзакційного аналізу демонструють високу ефективність у діагностиці життєвого сценарію особистості та виявленні її внутрішньоособистісних конфліктів, що підкреслює їхній науково-практичний потенціал.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Берн Е. Транзакційний аналіз у психотерапії: систематичний і індивідуальний метод психіатричного лікування: пер. з англ. Київ: Bookchef, 2021. 384 с.
2. Стасько О. Г. Психологічна значущість умовних цінностей та їх вплив на формування ідеалізованого «Я» особистості: автореф. дис. ... канд. псих. наук :. 19.00.07. Київ, 2006. 20 с.
3. Стюарт Я., Джойнс В. Сучасний транзактний аналіз: пер. з англ. Київ: Bookchef, 2024. 416 с.
4. Штайнер К. Сценарії життя людей: психологія людської долі: пер. з англ. Київ: Bookchef, 2022. 352 с.
5. Яценко Т. С. Основи глибинної психокорекції: феноменологія, теорія і практика: навч. посібник. Київ: Вища школа, 2006. 382 с.

REFERENCES

1. Bern, E. (2021). *Tranzaktsiyni analiz u psykhoterapii: systematychnyi i indyvidualnyi metod psykhiatrychnoho likuvannia*: per. z anhl. Kyiv: Bookchef [in Ukrainian].
2. Stas'ko, O. H. (2006). *Psykhologichna znachushchist' umovnykh tsinnostey ta yikh vplyv na formuvannya idealizovanoho "Ya" osobystosti. Extended abstract of candidate's thesis*. Kyiv [in Ukrainian].
3. Stewart, J. & Joynes, V. (2024). *Suchasnyi tranzaktnyi analiz*: per. z anhl. Kyiv: Bookchef [in Ukrainian].
4. Steiner, K. (2022). *Stsenarii zhyttia liudei: psykhologhiia liudskoi doli*: per. z anhl. Kyiv: Bookchef [in Ukrainian].
5. Yatsenko, T. S. (2006). *Osnovy hlybynnoyi psykhokorektsiyi: fenomenolohiya, teoriya i praktyka: navch. posibnyk*. Kyiv: Vyshcha shkola [in Ukrainian].

Подано до редакції: 27.09.2025.