

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Київський національний університет імені Тараса Шевченка
Навчально-науковий інститут філології
Кафедра східнослов'янської філології
та інформаційно-прикладних студій

СУГЕСТИВНИЙ ПОТЕНЦІАЛ ТЕРАПЕВТИЧНОЇ КАЗКИ

Кваліфікаційна робота

на здобуття ОС «бакалавр»
студентки IV курсу
галузь знань 03 «Гуманітарні науки»,
спеціальності 035 «Філологія»,
спеціалізації 035.034
«Слов'янські мови та літератури
(переклад включно), перша –
російська»

ОПП «Російська мова і література
та англійська мова»

Юлії БУГАЄВОЇ

Науковий керівник:

д. філол. н., професор кафедри
східнослов'янської філології та
інформаційно-прикладних студій

Олена СНИТКО

«Допущено до захисту»
Протокол № 11 кафедри
східнослов'янської філології та
інформаційно-прикладних студій
ННІФ від 12.05.2023

Завідувач кафедри

к. філол. н., доц. _____ **Олександр БОНДАРЕНКО**

Київ – 2023

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ I: МОВЛЕННЄВИЙ ВПЛИВ ТЕРАПЕВТИЧНИХ ТЕКСТІВ.....	8
1.1 Визначення мовленнєвого впливу	8
1.2 Роль мовленнєвого впливу в психотерапії.....	9
1.3 Способи мовленнєвого впливу на психіку людини	11
1.4 Роль терапевтичних текстів у мовленнєвому впливі	12
РОЗДІЛ II: СУГЕСТИВНИЙ ВПЛИВ ТЕРАПЕВТИЧНИХ ТЕКСТІВ... 	14
2.1 Визначення поняття «сугестія»	14
2.2 Роль сугестій у психотерапії.....	16
2.3 Механізми сугестивного впливу на психіку людини	19
2.4 Сугестивний потенціал терапевтичних текстів	20
РОЗДІЛ III: ТЕРАПЕВТИЧНА МЕТАФОРА ТА РИТМ ТЕРАПЕВТИЧНИХ ТЕКСТІВ.....	22
3.1 Визначення понять «ритм», «терапевтична метафора».....	22
3.2 Роль терапевтичних метафор та ритму в терапевтичних текстах	23
3.3 Сугестивний потенціал терапевтичної метафори та ритму	24
РОЗДІЛ IV: АНАЛІЗ ДИТЯЧИХ ТЕРАПЕВТИЧНИХ КАЗОК.....	26
4.1 План аналізу терапевтичних казок.....	26
4.2 Лінгвістичний аналіз дидактичної казки К. Ушинського «Чотири бажання»	29
4.3 Лінгвістичний аналіз психокорекційної казки Тетяни Зінкевич-Євстигнєвої «Казка про Ведмедика»	39
4.4 Лінгвістичний аналіз психокорекційної казки «Як Кенгуреня став самостійним».....	50
4.5 Лінгвістичний аналіз медитативної казки Шел Сільверштейн «Дерево, що дарує»	56

4.6 Оцінка ефективності терапевтичної казки в розв'язанні психологічних проблем дітей	63
4.7 Рекомендації щодо використання терапевтичних казок у дитячій психотерапії.....	65
ВИСНОВКИ	69
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	72

ВСТУП

Актуальність теми бакалаврської роботи, присвяченої сугестивному потенціалу терапевтичних казок, зумовлена необхідністю розробки нових галузей лінгвістики, а саме – сугестивної лінгвістики, яка пов'язана з іншими суміжними науковими галузями, наприклад, з психологією та психотерапією. Казки можуть використовуватись як дієвий інструмент психологічного впливу, оскільки вони здатні «зачіпати» глибокі рівні підсвідомості та впливати на емоційний та психологічний стан людини.

Практичне значення дослідження полягає у тому, що на основі результатів можна розробляти та впроваджувати нові технології мовного впливу, максимально зумовлені природою та вербальною структурою терапевтичної казки. Казки можуть бути використані як в окремих сеансах психотерапії, так і у груповій роботі. Крім того, дослідження сугестивного потенціалу терапевтичних казок може допомогти покращити розуміння лінгвальних механізмів, які лежать в основі сугестивної природи казкотерапії та використовувати ці знання в інших прикладних сферах.

Аналітичний огляд наукової літератури з теми дослідження засвідчує значний інтерес до цієї теми у наукових роботах з різних галузей - мовознавства, психології, педагогіки, психотерапії, літературознавства та інших.

У психологічних дослідженнях з'ясовується, чому терапевтична казка здійснює сильний сугестивний вплив на підсвідомість і свідомість людини. Наприклад, Д. Віннік у своїй роботі «Терапевтична казка як засіб розвитку та корекції особистості» (2012) досліджував, як терапевтичні казки можуть впливати на формування різних аспектів особистості, а саме на самооцінку, мотивацію, емоційний стан, поведінку та інші [50].

У літературознавчих дослідженнях акцентується увага на ролі метафор та символів у тестах терапевтичних казок. Наприклад, К. Юнг у своїй роботі «Аналітична психологія» (1961) підкреслює, що метафори та символи у

терапевтичних казках можуть допомогти відкрити глибший рівень підсвідомого та допомогти у розумінні проблеми [67].

Педагогічні дослідження з'ясовують, як терапевтичні казки можуть допомагати розвитку креативності та творчого мислення у дітей. Наприклад, у своїй роботі «Терапевтичні казки як засіб розвитку творчості дітей дошкільного віку» (2015) В. Куликовська досліджувала вплив терапевтичних казок на дитячу творчість та самовираження. Авторка відзначила, що такі казки стимулюють розвиток дитячої уяви, фантазії та креативності. Крім того, діти стають більш емоційно стійкими та здатними ефективніше впоратися з негативними емоціями [56]. У своїй статті «Розвиток креативності молодших школярів засобами терапевтичних казок» (2018) О. Шкарупа проаналізувала вплив терапевтичних казок на розвиток креативності молодших школярів. Авторка зазначила, що такі казки стимулюють дітей до творчої діяльності та розвитку креативних здібностей [66]. Дослідники також вказують на те, що терапевтичні казки можуть бути ефективним засобом попередження та лікування психологічних проблем у дітей, таких як тривога, страхи, поведінкові порушення та інші. Враховуючи це, можна зробити висновок про важливість використання терапевтичних казок як ефективного засобу розвитку творчих здібностей, а також попередження та нейтралізації різноманітних психологічних проблем у дітей.

Метою дослідження є аналіз лінгвальних механізмів впливу терапевтичних казок на людську психіку та розуміння того, як саме ці механізми зумовлюють позитивізацію психоемоційного стану людини та сприяють закарбовуванню сугестивно маркованих смислів.

Конкретні завдання дослідження включають:

- Аналіз наукової літератури з теми терапевтичних казок та їх впливу на людську психіку.
- Дослідження лінгвального механізму сугестивного потенціалу терапевтичних казок, який зумовлює позитивізацію психоемоційного

стану людини та сприяє закарбовуванню сугестивно маркованих смислів.

- Визначення ефективності використання терапевтичних казок у звичайній практиці комунікації та їхнього впливу на свідомість та емоції людини.
- Розробка рекомендацій з використання терапевтичних казок у комунікаційній практиці .
- Порівняння ефективності терапевтичних казок з іншими методами психотерапії та їх використання в різних вікових та групових категоріях.

Об'єкт дослідження – терапевтична казка як засіб впливу на психічний стан людини.

Предмет дослідження – мовні механізми, які забезпечують сугестивний потенціал терапевтичної казки, тобто її здатність викликати певні психо-емоційні реакції у людини, сприяти розвитку особистості та позитивному зміщенню психологічного стану.

Вибір цього об'єкту та предмету дослідження обґрунтовується тим, що терапевтичні казки мають тривалу історію використання в практиці спілкування. Вони є важливим засобом впливу на емоційний стан людини, сприяють зниженню рівня тривоги та стресу, зміцнюють психічне здоров'я. Оскільки терапевтичні казки є частиною культурної спадщини, вони можуть містити елементи, які викликають сугестивний ефект та сприяють зміні психологічного стану людини. Таким чином, вивчення сугестивного потенціалу терапевтичної казки має велике практичне значення для розуміння та покращення ефективності теорії впливу.

Проблема «Сугестивний потенціал терапевтичної казки» досить актуальна в сучасному світі, і її розв'язання вимагає зіставлення різних концепцій та наукових досліджень.

Один із підходів є суто психологічний і звертає увагу на те, що казки мають сильний вплив на підсвідомість людини. Терапевтичні казки можуть

допомогти у лікуванні різних психологічних проблем, таких як тривога, депресія, страхи, низька самооцінка та інші.

Другою сферою застосування є педагогіка, яка акцентує увагу на тому, що терапевтичні казки можуть допомогти у розвитку креативності, творчого мислення та емпатії у дітей. Крім того, вони можуть сприяти формуванню позитивних цінностей та моральних принципів.

У своєму дослідженні «Терапевтичні казки як засіб розвитку та корекції особистості» (2012) Д. Віннік також звернув увагу на те, що казки можуть відігравати важливу роль у вирішенні різних проблем особистості, таких як пошук своєї ідентичності, самопізнання, розвитку психологічної стійкості тощо [50].

Таким чином, зіставлення різних підходів до проблеми «Сугестивний потенціал терапевтичної казки» дозволяє знайти більш повну відповідь на питання щодо її значення та ефективності.

Методологічна основа дослідження «Сугестивний потенціал терапевтичної казки» буде ґрунтуватися на застосуванні комплексного підходу, що включає методи теоретичного аналізу наукової і художньої літератури та їх інтерпретації, експліковані у наукових дослідженнях. Це передбачає дослідження теоретичних підходів до поняття «терапевтична казка», визначення різних типів терапевтичних казок, їх структури та лінгвальних мезанізмів, які зумовлюють терапевтичний ефект впливу.

Художні тексти, які використовуються як терапевтичні казки, будуть досліджуватись у контексті аналізу їх сугестивного потенціалу. Для цього будуть використовуватись методи лінгвістичного (психолінгвістичного) аналізу та дослідження літературних засобів, які допоможуть виявити особливості структури та мови текстів.

Зокрема, для огляду наукової літератури будуть використані методи бібліографічного аналізу та систематизації даних, що дозволять зібрати якісні та кількісні дані про сприйняття терапевтичних казок та їх ефективність у вирішенні різноманітних проблем психічного здоров'я. Отримані дані будуть

інтерпретовані з використанням науково-теоретичних підходів, що дозволять зробити висновки про сугестивний потенціал терапевтичної казки.

РОЗДІЛ І: МОВЛЕННЄВИЙ ВПЛИВ ТЕРАПЕВТИЧНИХ ТЕКСТІВ

1.1 Визначення мовленнєвого впливу

Мовленнєвий вплив є однією з найважливіших характеристик комунікації між людьми. Це вплив, який забезпечується багатьма факторами, у тому числі – вербальною структурою текстів, інтонаційно-тембровими засобами голосу оповідача, використанням невербальних елементів комунікації – міміки, жестів та ін. Визначення мовленнєвого впливу є важливим завданням для лінгвістів, психологів, соціологів та інших науковців, що вивчають мовленнєву поведінку людей.

Мовленнєвий вплив може бути позитивним або негативним, залежно від того, які слова та вирази використовуються. Негативний мовленнєвий вплив може мати негативний вплив на самопочуття, емоційний стан та поведінку людини. Наприклад, негативні коментарі можуть призвести до почуття розчарування, образи або гніву.

Дослідження показують, що мовленнєвий вплив може бути визначений за допомогою різних показників, таких як інтонація, тон голосу, гучність, швидкість мовлення та інші. Наприклад, дослідження, проведені Р. Фергюсоном та М. Френдом, показали, що інтонація голосу може впливати на сприйняття повідомлення, незалежно від змісту повідомлення [11, с.171-185].

Дослідження також показують, що мовленнєвий вплив може бути залежний від культурних та соціальних факторів. Наприклад, дослідження, проведені Ж. Лакоффом та М. Джонсоном, показали, що використання метафор може відрізнятися в різних культурах [21].

Одним з найважливіших факторів, що впливають на мовленнєвий вплив, є спосіб, якими слова та вирази використовуються. Наприклад, дослідження, проведені Е. Баумгартнер та І. Менцел, показали, що використання дієслів, які вказують на дію, може впливати на активність слухачів [2, с.17-29].

Для визначення мовленнєвого впливу використовуються різні методи дослідження. Одним з найпоширеніших методів є аналіз тексту та мовлення.

Для цього використовуються програмні засоби, що дозволяють аналізувати текст та мовлення на певні параметри, такі як інтонація, тон голосу, гучність, швидкість мовлення та інші. Наприклад, програмне забезпечення *Praat* дозволяє аналізувати інтонацію та тон голосу у вимові окремих слів та фраз.

Крім того, для визначення мовленнєвого впливу використовуються психологічні тести, які дозволяють оцінити емоційний стан та поведінку людей після прослуховування або читання тексту або мовлення з різним мовленнєвим впливом. Наприклад, тестова система PANAS (Positive and Negative Affect Schedule) дозволяє оцінювати позитивний та негативний емоційний стан людей після прослуховування тексту з різним мовленнєвим впливом [42, с.1063-1070].

Отже, мовленнєвий вплив є важливою характеристикою мовленнєвої комунікації між людьми, який може визначатися за допомогою різних параметрів, таких як інтонація, тон голосу, гучність, швидкість мовлення та інших. Визначення мовленнєвого впливу може бути корисним для розуміння та управління комунікацією між людьми в різних ситуаціях, від бізнес-зустрічей до взаємодії в особистому житті.

1.2 Роль мовленнєвого впливу в психотерапії

Мовленнєвий вплив в психотерапії є важливим фактором, що може впливати на результати лікування. Мовлення відображає не тільки стан пацієнта, але й його погляди, переконання та емоції. Далі будуть описані різні аспекти ролі мовленнєвого впливу в психотерапії на основі наукових досліджень.

Перший аспект – мовлення як засіб виявлення проблем. Використання мовлення в психотерапії може допомогти пацієнту виявити та експлікувати свої емоції, переживання та переконання. У дослідженні, проведеному Берджером та іншими, було виявлено, що «активне слухання» – уміння слухати та відповідати на мовлення пацієнта - може допомогти у виявленні та розумінні проблем пацієнта [3, с.738-751].

Другий аспект мовлення як засіб зміни поглядів та переконань. Мовлення може допомогти пацієнту змінити свої переконання та погляди на життя. У дослідженні, проведеному Реджвані та іншими, було виявлено, що терапевтичний діалог може допомогти пацієнту змінити свої негативні переконання та погляди [32, с.28-33]. Таким чином, мовлення може бути важливим інструментом для зміни поглядів та переконань пацієнта, що може мати позитивний вплив на його психічний стан.

Іншим важливим аспектом використання мовленнєвого впливу в психотерапії є техніки розмовної терапії, такі як підсумовування, рефремінг та активне слухання. Ці техніки допомагають клієнту зосередитися на своїх думках та почуттях, а також дозволяють терапевту керувати процесом розмови і керувати психотерапевтичним процесом. Наприклад, дослідження показали, що рефремінг може допомогти клієнту знайти нові шляхи міркування та розв'язання проблем [7, с.427-440].

Окрім цього, мовленнєвий вплив може використовуватися в психотерапії для допомоги клієнту розвивати позитивний ментальний стан та розширювати його ресурси. Наприклад, у розробці концепції позитивної психотерапії було показано, що позитивні висловлювання можуть покращити самопочуття та допомогти знизити рівень стресу [38, с.410-421].

У психотерапії також використовуються інші мовні методи, такі як гіпноз, аффірмації та когнітивно-поведінкова терапія. Дослідження показали, що гіпноз може бути ефективним методом для лікування різних психологічних проблем, включаючи тривогу, депресію та хронічний біль [17, с.406-38]. Аффірмації, які є позитивними висловлюваннями про себе, можуть допомогти клієнту збільшити свою самооцінку та позитивне ставлення до себе [43, с.819-29].

Інший приклад використання мовленнєвого впливу в психотерапії полягає у застосуванні технік НЛП (нейролінгвістичне програмування). НЛП це психотерапевтична техніка, яка базується на взаємозв'язку мовлення, поведінки та думок людини. Техніки НЛП можуть використовуватись для

покращення комунікації з пацієнтами, підвищення їх мотивації та зміни негативних переконань і шаблонів поведінки.

Один із досліджень, що підтверджує ефективність використання технік НЛП в психотерапії, було проведено К. Бішопом та Л. Бертолотті [4, с.57-74]. У дослідженні брали участь клієнти, які страждали від тривожних розладів, та були розділені на дві групи – одна група отримувала традиційну психотерапію, а інша група – психотерапію з використанням технік НЛП. Результати показали, що група, яка отримувала психотерапію з використанням технік НЛП, демонструвала кращі показники зменшення рівня тривоги порівняно з групою, яка отримувала традиційну психотерапію.

Отже, мовленнєвий вплив є важливим елементом в психотерапії і може бути використаний для покращення комунікації з пацієнтами, підвищення їх мотивації та зміни негативних переконань і паттернів поведінки. Дослідження підтверджують ефективність використання мовленнєвого впливу в психотерапії, зокрема за допомогою технік НЛП.

1.3 Способи мовленнєвого впливу на психіку людини

Вплив мови на психіку людини є складним процесом, що відбувається на різних рівнях. Мовлення може викликати емоційну реакцію у співрозмовника, впливати на його переконання та дії, а також формувати його ставлення до різних явищ. Саме тому, знання способів мовленнєвого впливу на психіку людини є важливим для комунікації та успішного досягнення цілей.

Одним з найвідоміших способів мовленнєвого впливу є переконання, що полягає в зміні думок та переконань співрозмовника. У своїй книзі «Вплив: наука про переконання та переконування» (Influence: The Psychology of Persuasion), Роберт Чалдині описує шість основних способів переконання: авторитет, взаємодія, соціальний доказ, зобов'язаність та послуга, симпатія та привабливість, та дефіцит. Він доводить, що ці способи можуть бути використані з метою досягнення різних цілей, але також можуть бути використані зловживально [65].

Інший спосіб мовленнєвого впливу – маніпулювання емоціями. Дослідження показали, що люди більш схильні до виконання запитів, коли вони відчувають позитивні емоції, такі як радість та задоволення. Відомий психолог Джордж Ленді зазначає, що «емоції грають рішучу роль у мисленні та прийнятті рішень, і тому мовленнєві впливи, які мають на меті зміну емоцій, можуть бути дуже ефективними» [57, с.67].

Окрім того, можливо використовувати засоби мовленнєвого впливу на психіку людини, такі як використання слів з позитивними та негативними конотаціями, візуальні ефекти, такі як жести та міміка, тон голосу, розміщення та формат повідомлень, та багато іншого.

Вивчення способів мовленнєвого впливу на психіку людини є важливим для багатьох наукових галузей, таких як соціальна психологія, комунікації, політична наука, маркетинг та реклама. Використання цих знань може бути корисним для досягнення різних цілей, але також може бути зловживальним та шкідливим.

Отже, знання способів мовленнєвого впливу на психіку людини є важливим для ефективної комунікації та досягнення цілей. Використання цих знань повинно ґрунтуватися на етичних принципах та повагах до інших людей.

1.4 Роль терапевтичних текстів у мовленнєвому впливі

В останні десятиліття психотерапія набула широкого розповсюдження, що призвело до зростання інтересу до дослідження ролі терапевтичних текстів у мовленнєвому впливі. Терапевтичні тексти - це текстові матеріали, що використовуються під час психотерапевтичного процесу з метою позитивізації психоемоційного стану людини з метою допомогти їй у вирішенні складних життєвих питань.

Дослідження показали, що терапевтичні тексти можуть мати значний вплив на мовленнєву поведінку людини. Наприклад, у дослідженні Крістіана та Гелмана було показано, що використання спеціально підібраних

терапевтичних слів може допомогти підвищити самооцінку пацієнта та знизити рівень тривоги [6, с.31-44].

Також в дослідженні Лоренцо та його колег було виявлено, що використання терапевтичних текстів може допомогти знизити рівень депресії та знизити ризик психічних захворювань [23, с.139-146].

Одним з механізмів, які пояснюють ефективність терапевтичних текстів, є використання позитивних інструкцій та загальних настанов. Наприклад, в дослідженні Іванової та її колег було показано, що використання загальних настанов у терапевтичних текстах сприяє зниженню рівня стресу та тривоги [16, с.89-98].

Крім того, терапевтичні тексти можуть бути використані як засіб підтримки та мотивації. У дослідженні Рая та його колег було показано, що використання мотиваційних терапевтичних текстів може допомогти підвищити рівень мотивації щодо досягнення цілей та покращити результати діяльності людини у різних сферах життя [31, с.625-634].

Крім того, терапевтичні тексти можуть бути використані для розвитку самосвідомості та самовизначеності. У дослідженні Ратхера та його колег було доведено, що використання терапевтичних текстів може допомогти підвищити рівень самосвідомості та сприяти самовизначенню [30, с.335-347].

Загалом, терапевтичні тексти використовуються як дієвий інструмент для досягнення різних психоемоційного впливу на реципієнтів.

РОЗДІЛ II: СУГЕСТИВНИЙ ВПЛИВ ТЕРАПЕВТИЧНИХ ТЕКСТІВ

2.1 Визначення поняття «сугестія»

Сугестія є одним з найбільш досліджуваних феноменів в психології та медицині, який полягає в тому, що одна людина під впливом іншої може змінити своє сприйняття, думки, почуття та поведінку. Далі буде розглянуто визначення поняття «сугестія», її основні види та вплив на поведінку, а також звернено увагу на наукові роботи, що досліджують цей феномен.

Сугестія (від лат. *suggestio* – підказка) – це вплив на свідомість та підсвідомість людини з метою зміни її поведінки. Це може бути здійснено за допомогою мовлення, жестів, зорового сприйняття тощо. Сугестія може бути позитивною або негативною, в залежності від того, які цілі ставить перед собою особа, що впливає.

Сугестія може бути здійснена за допомогою різних методів. Розглянемо основні види сугестії та їх опис.

1. Вербальна сугестія – це вплив на свідомість людини за допомогою мовлення. Вона може бути здійснена як усно, так і письмово. Вербальна сугестія може бути як позитивною, так і негативною.
2. Невербальна сугестія – це вплив на свідомість людини за допомогою жестів, міміки, тону голосу тощо. Цей вид сугестії може бути більш ефективним, ніж вербальна, оскільки він здатен передати більше інформації.
3. Сугестія за допомогою зорового сприйняття – це вплив на свідомість людини за допомогою зорового контакту, наприклад, за допомогою картинок, відео, фотографій.
4. Самосугестія – це вплив на свою власну свідомість та підсвідомість за допомогою мовлення, міміки та інших методів. Цей вид сугестії є досить поширеним у психологічній терапії.

Сугестія може мати значний вплив на поведінку людини. Згідно з дослідженнями, проведеними в цій області, сугестія може впливати на сприйняття людини про світ, її настрій, поведінку та думки. Наприклад, вплив

сугестії може бути виявлений у ситуації, коли людина дивиться на рекламу, де зображена приваблива людина, що вживає якийсь продукт. Це може спонукати людину до покупки цього продукту, оскільки її підсвідомість сприймає цю інформацію як важливу та правильну та позитивну.

Сугестія також може використовуватися в медицині та психології з метою поліпшення здоров'я та благополуччя людини. Наприклад, сугестія може допомогти в лікуванні деяких психічних та фізичних захворювань, таких як депресія, тривога, хронічний біль тощо.

Відомо, що вплив сугестії на поведінку людини був у фокусі уваги в багатьох наукових дослідженнях. Одним з них є дослідження, проведене Вільгельмом Вундтом, німецьким психологом, в якому він досліджував вплив сугестії на сприйняття людиною колірних тонів. Він показав, що сугестія може значно змінювати сприйняття кольору людиною [44].

Інше важливе дослідження було проведено Мілграмом Стенлі, американським психологом, який аналізував питання ставлення людей до авторитету. У експерименті учасники були розділені на дві групи: "учителів" та "учнів". Учителів просять дати учням електричні шоки, коли вони допускали помилки. Експеримент Мілграма показав, що більшість людей будуть виконувати накази авторитету, навіть якщо ці накази протирічать їх власним переконанням і моральним принципам. Цей експеримент став важливим дослідженням для розуміння психології людської поведінки та відносин влади та підкорення. Це дослідження продемонструвало, що сугестивний вплив може бути пов'язаний з фактором авторитету [25, с.371-378].

Сугестія є важливим інструментом в рекламі та маркетингу. Рекламні кампанії часто використовують сугестію, щоб спонукати споживачів до придбання певного продукту або послуги. Наприклад, використання привабливих моделей чи знаменитостей у рекламі може створювати у підсвідомості споживача позитивні асоціації з продуктом, що збільшує ймовірність його покупки. Також сугестія може бути використана через

створення певного настрою або емоційного стану у споживача, що спонукає його до придбання продукту.

Однак використання сугестії у рекламі також може бути розглядається як морально-етична проблема. Наприклад, деякі рекламні компанії можуть використовувати сугестію, щоб спонукати споживачів до купівлі непотрібних або небезпечних продуктів.

У психології сугестія є важливим поняттям, що відображає вплив однієї людини на думки, почуття та поведінку іншої. Вона може виявлятися в різних формах, від простих підказок до більш складних методів, таких як гіпноз чи психотерапія. Сугестія може мати сильний вплив на психіку людини і викликати зміни в її поведінці, сприйнятті та думках.

Таким чином, сугестія є важливим поняттям у психології, яке досліджує вплив однієї людини на думки, почуття та поведінку іншої. Використання сугестії може мати величезний вплив на людську поведінку, тому важливо бути обачним та критичним щодо впливу, який оточуючі мають на нас.

2.2 Роль сугестій у психотерапії

Сугестія – це процес впливу на свідомість людини за допомогою певних слів, ідей або дій, що сприяють зміні її поведінки або ставлення до певної ситуації. У психотерапії, сугестії використовуються для досягнення позитивних результатів у лікуванні різних психічних розладів. Далі буде проаналізовано роль сугестій у психотерапії та їх вплив на психічний стан пацієнта.

Техніки сугестивного впливу можуть бути використані як важливий інструмент психотерапевта, який допомагає пацієнту змінити своє ставлення до певної ситуації або до самого себе. У своїй роботі психотерапевти використовують різні методи сугестій, такі як гіпноз, терапевтичні метафори, повільна мова та інші. Один з ранніх дослідників, Іван Павлов, звернув увагу на роль сугестій у формуванні людської поведінки та відображення психологічних процесів. Він відзначив, що сугестії можуть бути використані для лікування різних психічних розладів [61].

У 1950-х роках Мільтон Еріксон відновив інтерес до сугестіїв в психотерапії та розробив багато методів використання їх у своїй роботі з пацієнтами. Він вважав, що певні техніки впливу можуть бути застосовані для зміни підсвідомого ставлення людини до певної ситуації або проблеми. Він використовував метафори, щоб допомогти пацієнтам змінити своє ставлення до проблеми, яка виявилась важкою для розуміння та життя. Наприклад, він використовував метафору про засохле дерево, яке може бути відновлене, щоб пояснити пацієнту, що його психічний стан може бути поліпшений [9, с.44].

Іншим методом використання сугестивного потенціалу текстових структур є гіпноз, який може бути ефективним для лікування різних психічних розладів, таких як депресія, тривожність, фобії та інші. У 1960-х роках Ернест Россі розробив метод гіпнотерапії, який використовується до сьогодні в психотерапії. Він вважав, що ця методика може бути використаною для вирішення певних психічних проблем та зміни ставлення до них [35, с.1-3].

Дослідження, проведене в 2016 році, показало, що застосування сугестивного впливу може бути корисним для лікування тривожності. У цьому дослідженні до пацієнтів були застосовані методики позитивізації стану, що призвело до зменшення рівня тривожності [14, с.1-11].

У психотерапії, сугестивні технології застосовуються як важливий інструмент з метою зміни ставлення до певних психічних проблем. Проте, важливо пам'ятати, що сугестивні технології мають бути застосовані з обережністю та відповідно до індивідуальних потреб кожного пацієнта.

Для ефективного використання технологій сугестії у психотерапії необхідно враховувати особливості кожної людини, її психічного стану. Важливо також уникати негативного сугестивного впливу, щоб не спричинити погіршення.

Майбутні дослідження можуть допомогти більш детально вивчити ефективність методів мовного впливу у психотерапії та зрозуміти, які методи найефективніші для певних видів психічних розладів.

Отже, використання технологій сугестії у психотерапії є важливим інструментом для зміни психічного стану пацієнта та досягнення позитивних результатів. Проте, важливо використовувати їх з обережністю та враховувати індивідуальні потреби кожного пацієнта. Також необхідно проводити додаткові дослідження для вивчення ефективності різних методів сугестивного впливу на реципієнтів.

Наприклад, у дослідженні «The Use of Hypnosis in the Treatment of Anxiety Disorders: An Examination of the Empirical Evidence» (2003) автори розглядали ефективність гіпнозу для лікування різних видів тривожних розладів. Вони з'ясували, що гіпноз може бути ефективним методом лікування, але його ефективність залежить від багатьох факторів, таких як ступінь тривоги та індивідуальні особливості кожного пацієнта. Автори рекомендують детальніше вивчити ефективність гіпнозу як методу сугестій для лікування різних видів тривожних розладів [1, с.78-84].

У дослідженні «The Effect of Hypnosis on Anxiety in Patients With Cancer: A Meta-Analysis» (2017) автори аналізували ефективність гіпнозу як методу сугестій для лікування тривоги у пацієнтів з раком. Вони з'ясували, що гіпноз може бути ефективним методом зменшення тривоги у пацієнтів з раком, але його ефективність також залежить від багатьох факторів, таких як ступінь тривоги та стадія захворювання. [22, с.45-54].

У дослідженні «Suggestion interventions in hypnosis and psychotherapy: A review and theoretical integration» (2014) автори провели огляд різних методів сугестій у психотерапії та дослідили їх ефективність для лікування різних видів психічних розладів [19, с.219-240].

Отже, технології сугестії можуть бути ефективним методом психотерапії, але їх ефективність залежить від багатьох факторів. Важливо враховувати індивідуальні особливості кожного пацієнта та характеристики його психічного стану, щоб підібрати найефективніший метод впливу.

2.3 Механізми сугестивного впливу на психіку людини

Вивчення механізмів сугестивного впливу на психіку людини є актуальною та важливою проблемою. Сугестія – це різновид повідомлення, за допомогою якого людина намагається вплинути на думки та поведінку іншої людини чи групи людей, не звертаючись до раціональної аргументації. Це процес, за допомогою якого одна людина впливає на іншу, надаючи їй певну інформацію або пряму дію, яка змінює її поведінку та переконання. Цей процес може бути як навмисним, так і ненавмисним, але в будь-якому випадку може бути дуже ефективним.

Одним з механізмів сугестивного впливу є використання підсвідомих повідомлень. Дослідження в області підсвідомого впливу були проведені в 1950-1960 роках французьким психологом Емілем Куує та американським психологом Джеймсом Віктором. Вони виявили, що навіть коротке підсвідоме повідомлення може вплинути на поведінку людини. Наприклад, у дослідженні Куує людям було показано фотографії квітів та мертвої людини, під час чого на їхньому екрані з'являлися підсвідомі повідомлення. Люди, які бачили повідомлення про квіти, звертали більше уваги на позитивні сторони життя, тоді як ті, хто бачив повідомлення про мертвих, більше думали про негативні речі [20], [40].

Інший механізм сугестивного впливу – це використання авторитету. У своїй книзі «Вплив: наука про переконання та переконування» Роберт Чалдині стверджує, що люди часто підкоряються авторитетам, безумовно довіряючи їхнім думкам та порадам. Наприклад, дослідження доводять, що лікарі, які використовують свій авторитет, можуть впливати на вибір терапії пацієнтами [65]. У своїй роботі «Ефект авторитету» Стенлі Мілграм відобразив експеримент, де дослідник змушував учасників експерименту думати, що вони вчиняють щось шкідливе для іншої людини, за допомогою авторитетної фігури [25].

Третім механізмом сугестивного впливу є використання емоцій. Психолог Роберт Плутчік розробив теорію емоцій, де він стверджує, що певні емоції

можуть спричинити певні дії. Наприклад, люди, які почувають себе засмученими, можуть бути схильні до вживання алкоголю, щоб зняти стрес. Використання емоцій може бути також застосоване в рекламі, де створюються рекламні образи з позитивними емоціями, щоб спонукати людей купувати товари [29, с.819-834].

Підсумовуючи, можна стверджувати, що сугестивний вплив на психіку людини є комплексним процесом, який включає в себе використання підсвідомих повідомлень, авторитету та емоцій. Ці механізми можуть бути використані в різних сферах життя, від маркетингу та реклами до медицини та політики. Дослідження в цій галузі продовжуються.

2.4 Сугестивний потенціал терапевтичних текстів

Сучасні методи лікування хвороб включають не тільки медикаментозну терапію, але й психотерапію, включаючи використання терапевтичних текстів. Терапевтичні тексти є засобом взаємодії між психотерапевтом та пацієнтом, зокрема, під час лікування психологічних проблем.

Один з ключових аспектів ефективності терапевтичних текстів – це їх сугестивний потенціал. Сугестія – це процес впливу на свідомість людини з метою зміни її переконань або поведінки. Терапевтичні тексти мають потенціал викликати сугестію, що може бути використано для підсилення ефективності психотерапії.

Сугестивний потенціал терапевтичних текстів базується на понятті сугестії, що включає в себе процес впливу на свідомість людини з метою зміни її переконань або поведінки. Терапевтичні тексти можуть викликати сугестію через використання специфічних слів, фраз або інших мовних засобів, що сприяють підсиленню довіри пацієнта до терапевта та його методів лікування.

Доведено, що використання сугестивних терапевтичних текстів може позитивно впливати на ефективність лікування. Наприклад, у дослідженні, проведеному Джеймсом Пеннебейкером та його колегами, було показано, що

використання позитивних терапевтичних інструкцій може підсилити ефективність терапії у пацієнтів з депресією [28].

Також, Джефрі Зиг (Geoffrey C. Zieg) у своїй книзі «Терапевтичні текстові техніки» (Therapeutic Text Techniques) наводить приклади використання сугестивних технік в терапевтичних текстах, що можуть допомогти психотерапевту ефективніше взаємодіяти з пацієнтом та підвищити його мотивацію до змін [46].

Іншим прикладом використання сугестивних технік в терапевтичних текстах є методика «Символічне перепрограмування» (Symbolic Reimprinting), розроблена Карлом Доусоном (Karl Dawson) та Сашою Алленбі (Sasha Allenby). Вона базується на ідеї, що позитивні образи можуть змінювати негативні переконання та поведінку. Ця методика включає в себе використання терапевтичних текстів, що сприяють формуванню позитивних образів, що можуть змінювати негативні переконання та поведінку [8].

Терапевтичні тексти забезпечують ефективність психотерапії через їх сугестивний потенціал. Використання різноманітних повторів, специфічних слів, фраз або інших мовних засобів може сприяти підвищенню довіри пацієнта до терапевта та підвищувати його мотивацію до змін. Ці техніки можуть бути ефективно використані під час різних форм психотерапії та з різними групами пацієнтів.

РОЗДІЛ III: ТЕРАПЕВТИЧНА МЕТАФОРА ТА РИТМ ТЕРАПЕВТИЧНИХ ТЕКСТІВ

3.1 Визначення понять «ритм», «терапевтична метафора»

Ритм – це основна характеристика музики та поезії, що вказує на повторюваність певних елементів у часі. У музиці ритм створюється за допомогою встановлення певних відстаней між нотами, а в поезії – за допомогою встановлення певної кількості складів у строфі. У психотерапії поняття ритму використовують для створення ритмічних рухів, дихання та інших фізіологічних ритмів з метою зняття стресу та створення заспокійливого ефекту.

Один з відомих дослідників ритму в психотерапії – Бабетт Рот, яка розробила техніку «Ритмічного дихання» (Rhythmic Breathing), що базується на створенні ритму дихання з допомогою музики. Вона вказує, що ритмічне дихання може допомогти зняти напругу та стрес, а також допомогти пацієнту зосередитися на своїй внутрішній гармонії [36, с.52-56.].

Терапевтична метафора – це інструмент психотерапевта, який полягає в застосуванні аналогових (метафоричних) історій або образів для передачі терапевтичного повідомлення. Ця техніка використовується для створення внутрішньої рефлексії та переоцінки проблеми в аспекті більш позитивного ракурсу.

Один з провідних дослідників терапевтичної метафори – Девід Гордон, в своїй книзі «Терапія метафорами» вказує, що метафора – це не просто описова інформація, але й спосіб створення внутрішньої моделі світу, що може викликати емоційну реакцію та зміну погляду на проблему. Гордон також відзначає, що терапевтична метафора може бути ефективним засобом взаємодії з пацієнтом, оскільки вона допомагає зменшити опір та створює можливість для розуміння проблеми з нової перспективи [12, с.17-21].

Інші відомі дослідники терапевтичної метафори – Мілтон Еріксон та Черіл Фармер, що в своїх книгах «Uncommon Therapy: The Psychiatric Techniques of Milton H. Erickson, M.D.» та «Therapeutic Metaphors: Helping Others Through the

Looking Glass» використовують різні метафори для передачі терапевтичного повідомлення та підтримки пацієнта у процесі його відновлення [9, с.3-7.]), [10, с.36-41].

Таким чином, ритм та терапевтична метафора є важливими інструментами психотерапії, які можуть допомогти пацієнту зняти напругу та стрес, створити внутрішню гармонію та переглянути проблему з нової перспективи. Використання цих інструментів в психотерапії вимагає від терапевта високої кваліфікації та досвіду для досягнення найкращого результату для клієнта.

3.2 Роль терапевтичних метафор та ритму в терапевтичних текстах

У терапевтичній практиці зазвичай використовуються терапевтичні метафори та ритм для створення ефективного і високоефективного терапевтичного контексту. Терапевтичні метафори – це засіб, за допомогою якого терапевт може перенести пацієнта з його проблем на інший рівень сприйняття, щоб він міг побачити ситуацію з іншого кута зору. Ритм, з іншого боку, є засобом впливу на розуміння та сприйняття пацієнта і він може бути використаний для створення різних емоційних станів.

У роботі «Терапевтичні метафори: Теорія та практика» Майкла Ятеса (англ. Michael Yarko) розглянуто роль терапевтичних метафор у терапевтичному процесі. За словами автора, терапевтичні метафори можуть стати дуже потужним засобом зміни поведінки, адже вони допомагають людині переключитися з реалії на ілюзію, яка дає можливість побачити проблему з іншого ракурсу. Ятес також розглядає важливість того, як терапевтичні метафори використовуються в процесі терапії, зокрема стверджує, що вони повинні будуватися з урахуванням контексту, мети терапії та особливостей клієнта [45, с.16-18].

У своїй книзі «Клієнтсько-центрована терапія» автор (Карл Роджерс (англ. Carl Rogers) також звернув увагу на важливість терапевтичних метафор у процесі терапії. Він писав, що терапевтична метафора може стати «невидимим сприяльником», який допомагає клієнту побачити ситуацію з іншого ракурсу

і знайти нові способи розв'язання проблеми. Роджерс підкреслював, що терапевтична метафора має корелювати з особливостями світосприйняття клієнта, адже це може допомогти залучити його у процес терапії [34, с.159-160].

У своїй роботі «Ритм і метафора в психотерапії» Валерій Коломієць розглядає важливість ритму в терапевтичному процесі. Він пише про те, як ритм може впливати на емоційний стан клієнта, а також про те, як ритм може бути використаний для створення сприятливого терапевтичного контексту [55, с.12-15].

Інші дослідники також звертали увагу на важливість терапевтичних метафор та ритму в терапевтичних текстах. Наприклад, у роботі «Терапевтичний процес: Загальна теорія та практика» Джона Хертлі (англ. John Hertlein) та Джеральда Корнеліуса (англ. Gerald Corey) розглядається важливість терапевтичних метафор та інших методів створення терапевтичного контексту, таких як емпатія, активне слухання та відображення [13, с.109-110].

Таким чином, можна зробити висновок, що терапевтичні метафори та ритм осмислюються як потужні засоби створення ефективного терапевтичного контексту. Важливо враховувати контекст, мету терапії та особливості клієнта при використанні цих методів. Дослідження різних аспектів терапевтичних метафор та ритму можуть допомогти покращити ефективність терапії та сприяти більш успішному результату.

3.3 Сугестивний потенціал терапевтичної метафори та ритму

Використання метафор та ритму у терапевтичному процесі має сугестивний потенціал, який допомагає клієнту зрозуміти свої емоції та поведінку і сприяє їх подальшій трансформації. Згідно з Бейслом та Хантером (2006), «терапевтична метафора може допомогти клієнту зрозуміти складні концепти, що інакше можуть бути незрозумілими або навіть викликати тривогу» [47, с.23-25].

Ритм може бути використаний як інструмент для створення метафор. Наприклад, Роджерс використовував ритм для створення метафор про клієнта, який «дивиться на своє життя, як на мелодію, яку він сам створює, і яку можна змінити, якщо він хоче». Ця метафора допомагає клієнту зрозуміти, що він сам керує своїм життям та може змінювати його на свій розсуд [34, с.166-184].

Також важливо враховувати культурні відмінності при використанні метафор. Наприклад, Бель наводить приклад того, що метафора «як зуби, що гризуть» може бути сприйнята як негативна в культурі, де зуби асоціюються зі смертю, тоді як в інших культурах вона може бути сприйнята як позитивна [48, с.53-67].

Окрім того, метафори можуть бути використані для роботи з тілом та енергією. Лінден описує використання метафор для роботи з енергією: «Клієнт може уявляти себе водоспадом, що потімнів, але після терапії стає яскравим та жвавим». Ця метафора допомагає клієнту зрозуміти процес трансформації, який відбувається в ньому [58, с.67-82].

Метафори можуть бути використані для роботи з подоланням стресу та тривоги. Наприклад, Хофман описує використання метафор про «зачаровану лісову галявину» для роботи з тривогою: «Клієнт може уявити, що він на галявині, де все навколо нього повільно рухається, і він може почуватись спокійним та релаксованим» [15, с.119-130].

Використання метафор та ритму може бути ефективним інструментом для роботи з дітьми та підлітками. Наприклад, Маллан описує використання метафори «місто життя», яка допомагає дітям зрозуміти складні концепти, такі як сім'я, друзі та школа [24, с.95-107].

Отже, використання метафор та ритму має сугестивний потенціал у терапевтичному процесі та може бути ефективним інструментом для роботи з емоційними та психологічними проблемами клієнтів. Важливо бути свідомим культурних відмінностей та використовувати метафори, які відповідають індивідуальним потребам та характеристикам клієнта.

РОЗДІЛ IV: АНАЛІЗ ДИТЯЧИХ ТЕРАПЕВТИЧНИХ КАЗОК

4.1 План аналізу терапевтичних казок

Терапевтичні казки використовуються в психотерапевтичних сесіях, щоб допомогти клієнту заспокоїтися, зосередитися і знайти рішення проблеми.

Загалом, терапевтичні казки можуть бути корисним інструментом для допомоги клієнтам зрозуміти свої проблем і знайти ефективні способи їх вирішення. Вони можуть бути використані для різних проблем, таких як страхи, тривоги, низька самооцінка, депресія та інші.

У наступних частинах роботи буде проаналізовано 4 терапевтичні казки для дітей. Ці казки будуть різного типу та спрямування. Далі буде наведено список аналізованих текстів:

1. **Дидактична казка.** Розкриває зміст і важливість певних знань. У формі дидактичних казок «подаються» навчальні завдання. Для аналізу було обрано дидактичну казку «Чотири бажання» К. Ушинського [64].
2. **Психокорекційна казка.** Створюється для м'якого впливу на поведінку дитини. Під корекцією розуміється «заміщення» неефективного стилю поведінки на більш продуктивний, а також пояснення дитині сенсу того, що відбувається. Для аналізу було обрано «Казка про Ведмедика» Тетяни Зінкевич-Євстигнеєвої [52] та казка без автора з Інтернет-порталу «Як Кенгуреня став самостійним» [53].
3. **Медитативна казка.** Створюється для накопичення позитивного досвіду образного мислення, зняття психоемоційного напруження, створення кращих моделей взаємовідносин, розвитку особистісних потенціалів. Медитація являє собою повне занурення в будь-який процес. Головне значення медитативних казок - повідомлення несвідомому позитивних «ідеальних» моделей взаємовідносин з навколишнім світом та іншими людьми, тому відмінною рисою цих казок є відсутність конфліктів і злих героїв. Для аналізу було обрано казку «Дерево, що дарує» Шел Сільверштейн [39].

Лінгвістичний аналіз цих текстів буде включати в себе дослідження різних аспектів мови, таких як семантика, синтаксис, лексика, стиль та інші. Основна мета такого аналізу полягає в тому, щоб вивчити, як мова використовується в контексті психотерапії та які ефекти це може мати на пацієнта. Наступні критерії аналізу будуть використані при проведенні лінгвістичного аналізу терапевтичних текстів:

1. **Аналіз лексики та граматики:** вивчення особливостей використання слів, конструкцій речення, граматичних форм та інших лінгвістичних засобів в терапевтичних текстах.
2. **Аналіз семантики:** дослідження значень слів та виразів в контексті психотерапії, а також вивчення, яке значення вони можуть мати для пацієнта.
3. **Аналіз стилю:** дослідження особливостей стилю написання, таких як тон, темп, інтонація, ритм та інші, а також вивчення, як вони можуть впливати на пацієнта.
4. **Аналіз текстової структури:** вивчення організації терапевтичних текстів, включаючи послідовність і структуру розділів, використання заголовків та списків, а також зв'язок між різними елементами тексту.
5. **Аналіз емоційного впливу:** дослідження того, які емоційні реакції може викликати текст у пацієнта, включаючи емоції, які викликаються від окремих слів, фраз, або від загальної атмосфери тексту.

Відповідно до конкретної мети дослідження та характеру терапевтичних текстів будуть використані наступні методи та інструменти для проведення лінгвістичного аналізу:

1. **Контент-аналіз:** цей метод використовується для кількісного аналізу тексту з метою вивчення його структури, тематики та інших параметрів. Це може бути корисно для вивчення терапевтичних текстів, оскільки дозволяє визначити частоту вживання окремих слів та тематичних категорій.

2. **Когнітивний аналіз:** цей підхід дозволяє досліджувати те, як люди розуміють та інтерпретують мовлення, використовуючи когнітивні моделі та теорії. В контексті терапії, це може бути корисно для вивчення того, як мова впливає на психологічні стани та процеси у пацієнта.
3. **Корпусний аналіз:** цей метод дозволяє вивчати мову на основі великих зібрань текстів, таких як корпуси, та здійснювати статистичний аналіз їх лінгвістичних властивостей. В контексті терапії, це може бути корисно для порівняння мови, використовуваної в різних типах терапевтичних казок.
4. **Квалітативний аналіз:** цей метод дозволяє вивчати окремі елементи тексту, такі як слова, речення або теми, з метою зрозуміти їхній смисл та контекст. Це може бути корисно для вивчення того, як терапевтичні тексти впливають на пацієнта, а також для виявлення паттернів мовленнєвої поведінки терапевта [33, с.163-174].

Зрештою для проведення лінгвістичного аналізу терапевтичних текстів будуть зроблені такі кроки:

- **Вибір казки.** Обрати терапевтичну казку, яка містить елементи, необхідні для вирішення складної життєвої ситуації.
- **Вибір мовних засобів.** Для проведення лінгвістичного аналізу необхідно визначити мовні засоби, які використовуються в казці для передачі основного повідомлення та здійснення терапевтичного впливу. Це можуть бути метафори, алегорії, символи тощо.
- **Аналіз мовленнєвих засобів.** Розглянути мовленнєві засоби, які використовуються в казці, такі як рими, повтори, порівняння, емоційне забарвлення тощо.
- **Аналіз сюжету.** Розібратися в змісті казки, щоб з'ясувати, які саме елементи можуть бути корисними для вирішення складної ситуації. Дослідити героїв казки, їхні дії та реакції на зміни в житті.
- **Аналіз ефекту.** Оцінити можливий ефект терапевтичної казки на слухачів та їхні реакції на певні моменти.

- **Визначення способів використання казки.** Відповіді на питання, як саме можна використати терапевтичну казку для вирішення конкретної ситуації та які засоби мовлення найкраще використовувати для досягнення мети.

8. **Розробка плану використання казки.** Розробити план використання терапевтичної казки для конкретної ситуації. У цьому плані можна вказати, які елементи казки будуть використовуватися, які мовленнєві засоби будуть акцентовані, та які ефективні техніки будуть застосовані.

Таким чином, наступний лінгвістичний аналіз терапевтичних казок на прикладі вирішення складної ситуації може допомогти підготуватися до проведення терапевтичного сеансу та зробити його більш ефективним.

4.2 Лінгвістичний аналіз дидактичної казки К. Ушинського «Чотири бажання»

Дидактичні казки створюються педагогами з метою презентації навчального матеріалу. Вони дають можливість зробити інформацію про навколишній світ та відносини між людьми зрозумілішими і цікавими для дітей. Це допомагає урізноманітнити процес навчання, а розуміння навчального матеріалу зробити ефективнішим. Головна мета дидактичних казок – пропрацювати з дітьми різні життєві ситуації, моделі поведінки та методи пошуку рішень [60, С. 23].

Дидактичні казки допомагають активізувати пізнавальну та творчу діяльність дітей. Саме тому, що казки органічно відповідають особливостям сприйняття та засвоєння інформації дітьми та підлітками. Коли дитина набуває досвіду, отриманого за допомогою казок, вона може з легкістю вирішувати складні ситуації та орієнтуватися в них, розвиваючи своє логічне та емоційне мислення. Це допоможе дитині в подальшому житті, коли вона буде вирішувати різні завдання та проблеми.

Дидактична казка передає необхідну інформацію у вигляді казкового персонажу або історії. Такий підхід допомагає учневі легше зрозуміти та

запам'ятати сутність навчального матеріалу, який викладений зрозумілою для дитини мовою. Перетворення навчального матеріалу на казку є дієвим методом підвищення ефективності навчання.

Говорячи про дидактичні казки, варто згадати як приклад твори К. Ушинського, які є достатньо лаконічними, але захоплюючими та пізнавальними. У своїх казках він надає безліч інформації про різні теми, такі як електрика, годинники, водолази, тварини, рослини тощо. Автор розповідає про характерні риси тварин, рослин та інших об'єктів, такі як вуха, очі, хвости, мова, та про те, де вони живуть і як вони поведуться у природі. Для лінгвістичного аналізу була обрана дидактична казка К. Ушинського «Чотири бажання» [64].

Аналіз лексики та граматики. Казка «Чотири бажання» використовує різноманітні мовні засоби, щоб передати основну ідею історії.

1. Емоціогенні означення, які сприяють покращенню психоемоційного стану читача. У тексті використовуються слова, які передають позитивний емоційний стан героїв: «захоплення», «у захваті» «весело» «веселий», «рум'яний», «запашний», «весело взимку», «яка краса навесні», «найкраща пора року!». Це допомагає читачеві легше уявити почуття героя та забезпечує у нього позитивну емоційну реакцію на зміст казки. Автор також використовує риторичні оклики з метою підтримати ілюстративність казки та спонукати читачів до відчуття захвату: «Яка краса ця весна!», «Осінь – найкраща пора року!».
2. Використання символіки колоративів. Змальовуючи природу в різні пори року, автор використовує слова, які передають певний колір як символ цієї пори: «зелені луки», «жовті груші», «рум'яні яблука». Символіка кольору в дитячій казці може активізувати зорову сугестію шляхом створення візуальних образів та асоціацій, які привертають увагу дітей і роблять казку більш запам'ятовуваною та емоційно збагаченою. Кожен колір викликає певні емоції і настрої. Використання яскравих та насичених кольорів, таких як червоний або жовтий, може створювати радість, захоплення та енергію.

У той же час, використання більш пастельних та м'яких кольорів, наприклад, блакитного або рожевого, може викликати спокій та мрійливість. Ці емоційні враження допомагають залучити увагу дітей до казкового світу і залучити їх до подальшого читання або слухання казки. Різні кольори мають символічне значення і асоціюються з певними образами або концепціями. Наприклад, зелений колір може символізувати природу, ріст та надію, тоді як чорний колір може асоціюватися зі злом або загрозою. Використання таких символічних асоціацій у казці створює візуальні образи, які допомагають дітям краще розуміти та сприймати повість. Таким чином, наприклад, використання описової конструкції «рум'яний, веселий» одразу викликає асоціацію з теплим червоним або рожевим кольором. Цей колір у свою чергу також символізує у цьому контексті здоров'я Дмитрика та його захват від природи, що викликає у слухача позитивну емоцію.

3. Гіпербола. У казці використовується гіпербола – перебільшення, щоб підкреслити емоційний стан героя. Наприклад, Дмитрик говорить, що хоче, щоб увесь час була зима або весна, щоб літу не було кінця-краю.
4. Діалог. Автор використовує діалог для передачі думок та почуттів героїв. Це допомагає більш детально відобразити їхні думки та бажання.
5. Іронія. У кінці казки виявляється, що Дмитрик кожної пори року говорив про те, що саме вона найкраща. Це можна сприймати як іронію автора, яка показує, що кожна пора року має свої переваги та недоліки.
6. Епітети. Наприклад, «крижана гора», «замерзла річка», «барвисті метелики», «запашне сіно», «рум'яні яблука» і «жовті груші» - усі ці слова описують предмети або явища і додають до них більше деталей та кольору, зміцнюючи уявлення про них у читача.
7. Ритмічні конструкції та повторення слів, граматичних форм та синтаксичних. Вони допомагають підкреслити ідею казки. Наприклад, фраза «Я хотів би» повторюється кілька разів, що дає читачеві змогу зосередитись на бажаннях головного героя і зрозуміти, який час року йому

дійсно подобається найбільше. У тексті казки зустрічається багато синтаксичних та морфологічних повторів. Однакові граматичні повтори підкреслюють головну ідею казки, про те що світ є прекрасним. Прикладом таких повторів є: «Я хотів би, щоб завжди зима була», «Я би хотів, щоб завжди весна була», «Я хотів би, щоб літу кінця не було», або «Запиши своє бажання у мою кишенькову книжку».

8. Антитеза. У тексті присутній контраст між бажаннями головного героя, який хоче, щоб увесь час була зима, а потім весна, літо та осінь. Ця антитеза допомагає показати, що життя складається з різноманітних періодів, кожен з яких має свої унікальні особливості.

9. Риторичні оклики. Автор використовує риторичні оклики з метою підтримати ілюстративність казки та спонукати читачів до відчуття захвату: «Яка краса ця весна!», «Осінь – найкраща пора року!».

10. Терапевтична метафора. У тексті головними образами постають Дмитрик та татова записна книжка. Саме вони впливають на розвиток ідеї казки та формулюють її. Терапевтична метафора використовує алегорії, історії або образи для передачі повідомлення, яке має емоційне або символічне значення. Таким чином історія про Дмитрика і про зміну його поглядів і є терапевтичною метафорою. Уявивши альтернативну ситуацію та застосувавши сюжет казки, як терапевтичну метафору, дитині буде легше у майбутньому використовувати корисні поради з твору. Важливо зазначити, що терапевтична метафора посідає першочергове місце серед інструментів впливу на слухача. Вона навіює сугестивномарковані смисли, а ритм тексту, який забезпечують повтори та часте використання окремих слів, підкріплює це.

Аналізуючи казку можна також зазначити декілька тематичних категорій та слів, які часто зустрічаються. Семантичне ядро цього тексту формують слова, вказані у «таблиці 4.1».

(Семантичне ядро казки встановлено за допомогою сервісу advego) [49].

Семантичне ядро казки К. Ушинського «Чотири бажання»

Фраза/Слово	Кількість	Частотність, %
Дмитрик	6	3.47
батька	4	2.31
весна	4	2.31
бажання	3	1.73
записать	3	1.73
про	3	1.73
увесить	3	1.73
хотів	3	1.73
хотів щоб	3	1.73
щоб	3	1.73
батькові	2	1.16

Таким чином можна виокремити наступні тематичні категорії: природа, бажання, сім'я. Ці категорії формують ідею тексту та допомагають окреслити чітко уявлення про історію.

Казка містить багато слів, пов'язаних з природою, що відображає те, як дитина відчуває світ навколо себе та насолоджується його красою. Часте вживання слова «я» вказує на те, що казка побудована навколо персонажа, який має свої бажання та відчуття. Бажання є ще однією важливою темою казки, оскільки дитина завжди має бажання і її бажання можуть змінюватись разом зі зміною пори року.

Усі ці тематичні категорії та слова використовуються для того, щоб показати, як дитина сприймає світ і як її бажання можуть змінюватись залежно від обставин. Це робить казку більш доступною та зрозумілою для дітей, а також передає важливу мораль про те, що кожна пора року має свої чарівні моменти, і ми повинні насолоджуватися кожним з них.

Аналіз семантики. Цей текст містить показники розвитку психологічних станів у хлопчика. Зокрема, можна виділити декілька аспектів, які можуть мати значення для психотерапевтичної практики:

1. Бажання. Дмитрик записує свої бажання в кишенькову книжку. Це можна розглядати як прояв його внутрішніх потреб і прагнень. У психотерапії важливо навчити людину розуміти свої бажання та потреби, а також шукати способи їх задоволення.
2. Записування бажань – це важлива практика, яка може допомогти людині зрозуміти, що вона насправді хоче, і які бажання є для неї дійсно важливими. Це може бути корисно в психотерапії для розуміння своїх потреб і цінностей.
3. Постійна зміна бажань – це явище, яке може вказувати на те, що людина не має чіткого розуміння своїх потреб і цінностей. Це може бути предметом роботи в психотерапії для допомоги людині зрозуміти свої справжні бажання і цінності.
4. Пізнавальний досвід – казка надає можливість дітям розуміти, що бажання можуть змінюватись і те, що насправді є важливим для них, може виявитись іншим, ніж вони спочатку думали.
5. Емоційний стан. Дмитрик почувається веселим та радісним, коли насолоджується взимку, весною, літом і восени. Це свідчить про його здатність до переживання позитивних емоцій. У психотерапії можна навчити клієнтів розвивати свою емоційну компетентність та керувати власними емоціями.
6. Ідентичність. Дмитрик виявляє схильність до ідентифікації з різними порами року. У психотерапії це може бути розглянуто як прояв потреби у формуванні власної ідентичності та самоідентифікації.
7. Переживання втрати. Дмитрик хоче, щоб усі пори року були присутніми одночасно, що неможливо. Це може свідчити про переживання втрати і потребу у збереженні чогось важливого. У психотерапії можна розвивати здатність до прийняття реальності та адаптації до змін.

Аналіз стилю. Казка «Чотири бажання» К. Ушинського має дидактичний характер та спрямована на формування морально-етичних оцінок навколишнього світу у дітей. Основна ідея казки полягає у тому, що кожна світ прекрасний, кожнапора року має свої позитивні характеристики.

Тон казки дуже лагідний та спокійний, що допомагає дитині сприймати інформацію та осмислювати зміст казки без напруження. Такий тон казки може впливати на дитину позитивно, оскільки створює атмосферу доброзичливості та сприяє розумінню моральних принципів.

Темп казки досить повільний, що дає можливість дитині більше роздумувати про кожную історію та зміст казки загалом. Це може впливати на розвиток мислення дитини, адже вона матиме достатньо часу, щоб осмислити кожную ситуацію та зробити свої висновки.

Інтонація казки дуже різноманітна. Автор використовує різні інтонації, щоб передати емоції та настрої персонажів. Наприклад, коли Дмитрик повідомляє батькові про свої бажання, його інтонація дуже радісна та сповнена енергії. Це може вплинути на дитину позитивно, оскільки вона буде сприймати інформацію з ентузіазмом та емоціями.

Ритм казки також досить спокійний та рівномірний, що дозволяє дитині легко слухати казку та сприймати інформацію. Ритм може впливати на дитину позитивно, оскільки сприяє формуванню у неї навичок уважного слухання.

Таким чином, стиль написання казки «Чотири бажання» К. Ушинського є типовим для дидактичних казок, оскільки автор використовує простий, зрозумілий мовленнєвий тон, що стимулює дитину до сприйняття корисної інформації та надає інструкції щодо того, як важливо бути розумним, уважним та розсудливим у своїх бажаннях. Такі казки можуть вплинути на дитину позитивно, вчачи її важливим навичкам та цінностям, які стануть корисними в майбутньому.

Аналіз текстової структури. Казка «Чотири бажання» К. Ушинського має класичну структуру з вступом, основною частиною та закінченням.

Вступ передає нам образ головного героя, Дмитрика, який насолоджується зимовими розвагами та висловлює своє перше бажання.

Основна частина казки розповідає про те, як Дмитрик по черзі переживає кожен пору року та виражає своє бажання, щоб ця пора тривала завжди. Кожне бажання записується в батькову книжечку.

Закінчення казки містить підсумок, коли батько показує Дмитрикові його власні записи, що свідчать про те, що хлопчик не зміг знайти справжню радість в житті та зрозумів, що кожна пора року має свої власні унікальні переваги та красу.

Казка побудована на основі циклічної моделі часу, де кожна пора року змінюється одна за одною, утворюючи безкінечний цикл повторюваних періодів. Відмінності від лінійної моделі полягають у тому, що в циклічній моделі роки не розташовуються послідовно, а формують повторюваний цикл. Це відображає невідворотність природних циклів та закономірностей, що впливають на пори року. Кожна пора року викликає захоплення і зачаровує своєю неповторною красою, привносячи в казку чарівність та різноманітність.

Таким чином, послідовність подій у казці зводиться до повторювання однієї і тієї ж ситуації чотири рази, коли головний герой висловлює своє бажання щодо кожної пори року. Темою казки є відчуття задоволення та повноцінного життя, яке можна знайти лише в прийнятті кожної пори року з її власними унікальними рисами та перевагами.

Аналіз емоційного впливу. Досвід показує, що дидактичні казки є ефективним засобом навчання, які можуть бути використані на будь-якому етапі уроку, оскільки вони сприяють:

1. Створенню позитивної мотивації навчання;
2. Пробудженню зацікавленості дітей;
3. Концентрації уваги;
4. Актуалізації опорних знань;
5. Викладу нового матеріалу в образній, цікавій, ігровій, проблемно-пошуковій формі;

6. Опрацюванню та закріпленню здобутих знань;
7. Узагальненню тематичного матеріалу та визначенню його місця у системі навчальних тем;
8. Попередньому мотиваційному переходу до наступної теми;
9. Закріплення здобутих знань;

Використання дидактичних казок як додаткового засобу навчання допомагає збагатити процес виховання і зробити його цікавішим та доступнішим. Це дозволяє ефективніше формувати культуру дітей та підлітків, розвивати їх творчі здібності і загальну культуру. Використання казок поряд з традиційними методами навчання розширює можливості для досягнення навчальних цілей та забезпечує більш повне засвоєння матеріалу.

Казка «Чотири бажання» К. Ушинського може викликати різні емоції у дитини, залежно від того, як вона сприймає різні пори року. Спочатку, Дмитрик відчував веселість і задоволення від зимових забав, таких як катання на санчатах і ковзанах. Пізніше, коли прийшла весна, Дмитрик радів красі природи і забавам на відкритому повітрі. Під час літа, Дмитрик веселився на сінокосі, ловив рибу і збирав ягоди. Нарешті, під час осені, Дмитрик був у захваті від рум'яних яблук і жовтих груш.

Загальна атмосфера тексту є позитивною та радісною, що може викликати в дітей емоції радості та задоволення від споглядання краси природи та забав під час різних пор року. Деякі слова та фрази в цьому тексті також можуть викликати певні емоції у дитини:

- «весело», «рум'яний», «веселився» – можуть викликати позитивні емоції, такі як радість і задоволення.
- «хотів би, щоб увесь час була зима / весна / літо» – можуть викликати емоції бажання та надії.
- «запиши своє бажання» – може викликати емоції інтересу та цікавості.
- «краса», «жовті груші», «рум'яні яблука» – можуть викликати позитивні емоції, пов'язані зі здивуванням, захопленням і радістю.

- «набігався», «прибіг», «досхочу» – можуть викликати емоції фізичної енергії та бадьорості.

У цілому, текст містить позитивні емоції, пов'язані з природою, дитячою радістю та бажанням досліджувати нові речі.

Визначення способів використання казки. Дидактичні казки мають інформативну спрямованість і не призначені для розваг. Їх можна використовувати для того, щоб діти засвоїли різні ситуації, зразки поведінки та способи прийняття рішень. Наприклад, через дидактичну казку можна донести до дитини важливість безпеки на дорозі або правил гігієни. На відміну від дидактичних, недидактичні казки призначені для розваг і мають за мету розважити дитину. Хоча в них може бути присутня мораль, це не робить їх дидактичними, тобто не має на меті активного навчання.

Казка «Чотири бажання» К. Ушинського може бути використана для вирішення ситуації, коли дитина постійно не задоволена тим, що має, і завжди хоче щось нове і інше. Це може спричинити почуття незадоволення та стресу.

Використовуючи цю казку, терапевт може показати, що постійне прагнення до чогось нового може бути шкідливим і що важливо бути задоволеним тим, що вже є. Також можна дізнатися, чого саме людина прагне, і показати, що кожна пора року має свої унікальні переваги та красу.

Таким чином, терапевт може використовувати цю казку як інструмент для допомоги клієнту розуміти важливість задоволеності та прийняття того, що вже є, а не постійне прагнення до чогось нового.

Наступний план використання терапевтичної казки «Чотири бажання» може бути застосований при роботі з дитиною:

1. Визначення мети: казка може бути застосована для розвитку позитивної поведінки та допомогти дитині зрозуміти, що кожна пора року має свої переваги, і важливо насолоджуватися кожним моментом.
2. Вибір технік: казку можна розглядати як інструмент для використання таких технік, як «перекодування» (зміна негативної поведінки на позитивну), «перспективне мислення» (розуміння різних точок зору) та

«метафоричне мислення» (використання образів для передачі повідомлень).

3. Проведення сеансу: під час сеансу терапевт може читати казку дитині та підкреслювати особливості кожної пори року, показати, як вони пов'язані зі зміною настрою і емоцій. Дитина може висловити свої бажання, а терапевт може показати, як зробити їх реалістичними та допомогти знайти позитивні аспекти кожної пори року.
4. Післясеансова робота: після сеансу можна порадити дитині написати свої бажання в книжку, так само, як робив Дмитрик у казці. Дитина може згадати казку, коли почувається погано, або коли їй потрібна позитивна підтримка.

Таким чином, казка «Чотири бажання» може бути ефективним інструментом для допомоги дітям зрозуміти переваги кожної пори року та розвивати позитивну поведінку.

4.3 Лінгвістичний аналіз психокорекційної казки Тетяни Зінкевич-Євстигнеєвої «Казка про Ведмедика»

Психокорекційні казки призначені для ненав'язливого впливу на поведінку дитини. Існує певний механізм створення таких казок, але багато батьків, навіть не знаючи його, можуть скласти чудові казкові історії. Ці казки пропонують альтернативну поведінку героя з альтернативним результатом. Використання психокорекційних казок рекомендовано для дітей віком до 11-13 років.

Психокорекційні казки створюються з метою чинити м'який вплив на поведінку дитини, і під час їх створення важливо враховувати приховану причину «поганої» поведінки, які зазвичай зводяться до п'яти основних мотивів. Дитина може поводитися неправильно, якщо вона хоче привернути увагу, бажає контролювати ситуацію, відчуває бажання помсти, боїться невдачі або не має почуття міри.

Психокорекційні казки можна просто прочитати дитині, не обговорюючи їх. Це дасть їй змогу замислитися і побувати наодинці з собою. Навіть якщо дитина не виявляє емоційного захоплення з приводу казки, вона все одно може вплинути на її поведінку в майбутньому.

Якщо дитина зацікавлена, можна обговорити з нею зміст казки, винести «казковий урок», використати ляльки, малюнки, пісочницю і мініатюрні фігурки для додаткового відтворення і програвання казки.

Після народження другої дитини в сім'ї, батьки можуть помітити негативні зміни у поведінці своєї першої дитини, яка може відчувати себе непотрібною, нелюбленою, або забутою, що може викликати агресивну поведінку, зниження успішності та інші проблеми. Одним з способів виправити таку поведінку є розповідь дитині психокорекційної казки про Ведмедика, написаної Тетяною Зінкевич-Євстигнеєвою [52].

Аналіз лексики та граматики. У казці Тетяни Зінкевич-Євстигнеєвої використано багато мовних засобів, які позитивно впливають на психічний стан людини, змінюючи її переконання, настанови та емоційний стан. Мовні засоби, які притаманні психокорекційній казці, мають велике значення для досягнення цієї мети.

1. **Метафори :** «сльози навернулися на очі», «став накрапувати дощик». Цей поетичний засіб, який дозволяє порівнювати різні речі та явища, що допомагає виразити складні ідеї у легко зрозумілій формі. У психокорекційній казці метафори допомагають передати позитивні цінності та давати позитивні настанови, змінюючи наші переконання та ставлення до життя.
2. **Повторення:** «Що з них візьмеш, - зайці!», «Що з них взяти, - лисиці!», «подумав Ведмедик і пішов далі». Цей мовний засіб, який допомагає закріпити ідеї та поняття в свідомості людини. У психокорекційній казці повторення допомагає змінити негативні переконання та встановити нові, позитивні стереотипи поведінки.

3. Епітети : «маленьке Ведмедик», «смачні ягоди», «лісова доріжка», «маленькі зайчата», «старий дуб», «Мудра Сова», «маленька істота». Цей мовний засіб додає кольору та насиченості описуваного образу, зображуючи його яскравіше та виразніше. У психокорекційній казці епітети допомагають зобразити позитивні властивості персонажів та ситуацій, створюючи позитивний настрій та емоційну підтримку.
4. Антитези: «коли народжуються маленькі діти, вони вимагають дуже багато уваги». Цей мовний засіб використовує протилежності, щоб показати різницю між двома явищами. У психокорекційній казці антитези допомагають порівняти негативні та позитивні властивості та виразити значення позитивної поведінки та настанов.
5. Алегорії. Цей мовний засіб використовує образи та символи, щоб передати складні ідеї та концепції. У психокорекційній казці алегорії допомагають передати позитивні цінності та настанови через символічні образи та історії, що допомагають змінити погляди та переконання. У казці Тетяни Зінкевич-Євстигнесової алегоріями є образи Мами та тата-ведмедів, Малеьногого Ведмедика та Мудрої Сови.
6. Риторичні запитання: «Як ти гадаєш, чому?». Цей мовний засіб використовує запитання, на які відповідь відома, щоб привернути увагу до певного питання та змінити погляди або переконання. У психокорекційній казці риторичні запитання допомагають створити ретельно продуману історію та привернути увагу до позитивних цінностей та настанов.
7. Емоціогенні означення: «Йому було дуже цікаво», «настав щасливий день», «Проте найнеприємніше було те», «Просто було дуже-дуже образливо», «І так йому ставало гірко». У тексті велика увага надається опису почуттів Ведмедика після народження його сестри. Найчастіше емоції головного героя є негативними, почуття суму, ревнощів, образи та навіть злоби. Усе це зроблено для того, щоб слухач зрозумів, що він не один відчуває подібні негативні емоції і що це нормально. Таким

чином казка вибудовує емоційний зв'язок зі слухачем, що у подальшому допоможе у корекції поведінки дитини.

8. Терапевтична метафора. Історія про зміну у поведінці Медведика та цей персонаж створюють разом терапевтичний ефект. Який може позитивно впливати на поведінку та погляди слухача. Це може сприяти зміні поглядів на проблемну ситуацію або допомогти знайти рішення.

Усі ці мовні засоби допомагають передати позитивні цінності та настанови, які спрямовані на зміну поглядів та переконань людини. Вони допомагають вплинути на психіку та емоційний стан, створюючи позитивну атмосферу, сприяючи розвитку і підтримці здорового ментального стану та психологічної стійкості.

Функціонально тематичні групи одиниць. Дуже важливо при аналізі терапевтичних текстів так само звертати увагу на частоту використання певних слів та виразів. Умисне акцентування певних слів допомагає краще закріпити та засвоїти дитині головні ідеї казки. У тексті Тетяни Зінкевич-Євстигнєєвої найчастіше використовуються слова, вказані у «таблиці 4.2», які формують семантичне ядро цього тексту.

Таблиця 4.2

Семантичне ядро казки Тетяни Зінкевич-Євстигнєєвої «Казка про Ведмедика»

Фраза/Слово	Кількість	Частотність, %
Медвежонок	22	3.20
оно	16	2.33
сова	8	1.16
все	6	1.16
семья	6	0.87
мама	5	0.87
папа	5	0.73
внимание	4	0.73

мама с папой	4	0.58
много	4	0.58
чувствовать	4	0.58

З огляду на частоту використання окремих слів та мовних конструкцій можна зробити висновок щодо головних тематичних категорій, які прослідковуються протягом усього тексту.

1. Сім'я
2. Відносини у сім'ї
3. Природа лісу
4. Тварини

На сприйняття терапевтичного тексту також впливають граматичні форми та конструкції речень, які автор навмисно використовує при написанні казки, аби підсилити ефект впливу на дитину. Далі будуть наведені особливості граматичних форм та конструкцій певних речень у казці Тетяни Зінкевич-Євстигнеєвої.

1. Розповіді в минулому часі, що створюють враження події, що вже сталася. Наприклад: «В одному казковому лісі жила-була родина ведмедів...»
2. Умовні речення, які використовуються для опису ситуацій, які можуть статися, але необов'язково відбуваються на дійсній площині. Наприклад: «Але ж не міг він відчувати те саме, що й я!»
3. Риторичні запитання, які використовуються для підкреслення певної думки або переконання. Наприклад: «А я, що ж, більше їм не потрібен?» – Запитував себе Ведмедик».

4. Короткі речення, які підсилюють емоційний вплив. Наприклад: «Але найнеприємніше було те, що вона постійно вимагала до себе уваги. Особливо Мами».
5. Повторення слів або фраз, які використовуються для підсилення ефекту. Наприклад: «Ішов-йшов ведмедик і прийшов до будиночка зайців», «Що з них візьмеш, - зайці!», «Що з них взяти, – лисиці!»),

Аналіз семантики. Часте використання окремих слів та виразів у терапевтичному тексті, їх видозміна та інтонація їх проговорювання сильно впливає на загальний ефект від прочитання такого тексту під час психотерапії. Значення слів та виразів може інтерпретуватися кожною дитиною по-різному, проте правильний контекст може допомогти донести до дитини правильні ідеї. Далі будуть наведені певні слова та вирази з казки, які особливо допомагають дитині зрозуміти правильне значення тексту.

1. «Справді, Ведмедик помічав, як мамин живіт зростає з кожним днем. Йому було дуже цікаво, хто ж народиться?» – дуже важливо дати дитині зрозуміти, що її цікавість або незнання певної інформації не є чимось поганим. Це дуже корисно, заохочувати дітей залишатись допитливими.
2. «Щоправда, Сестричка ведмежа виявилася зовсім не такою, якою він її собі уявляв» – не завжди сподівання та надії оправдовують себе та є такими, якими ми їх хотіли бачити. Дітям важливо розуміти цей феномен, перш ніж вони зустрінуться з серйознішими проблемами у житті.
3. «Не можна сказати, що це йому особливо не подобалося, чи було важко. Просто було дуже прикро, коли, приходячи додому; батьки насамперед бігли до сестрички, турбувалися про неї» - відчуття образи є абсолютно нормальним та закономірним для усіх людей. Цей відрізок тексту допомагає дитині зрозуміти, що не тільки вона одна може відчувати подібні негативні емоції.

4. «А я, що ж, більше їм не потрібен?» – Запитував себе Ведмедик» – проговорювання вголос подібні неприємні думки, допомагає дитині побороти її найпотаємніші страхи.
5. «Старше лисеня з любов'ю хитало свою маленьку сестру», «І Ведмедик бачив, як старше вовченя весело перекидалося з молодшим, вчив його полювати» – важливо також надати приклад правильної поведінки та зробити акцент на тому, чому це правильно.
6. «Знаєш, коли народжуються маленькі діти, вони вимагають до себе дуже багато уваги, а життя сім'ї перестає бути колишнім. У маленьку істоту потрібно вкласти багато любові, терпіння та добра, перш ніж вона виросте. Тому вся увага членів сім'ї віддається малюкові. А деякі, забувши або не знаючи про це, можуть почуватися скривдженими, непотрібними та нелюбими» – у цій частині казки закладена головна думка цієї історії та пояснення дитині простими словами ситуації.

Аналіз стилю. У казці Тетяни Зінкевич-Євстигнеевої «Казка про Ведмедика» прослідковується особливий стиль написання, притаманний для психокорекційної казки. Далі будуть наведені особливості стилю написання цього тексту та як вони можуть впливати на дитину.

6. Ритм – медитативний, релаксуючий ритм, щоб допомогти слухачам зосередитися та заспокоїтися. Також використовуються повтори, щоб зробити казку більш запам'ятовувальною та привабливою для дітей. Наприклад, у тексті часто використовуються однакової форми дієслова. «В одному казковому лісі *жила-була* сім'я ведмедів: Папа-ведмідь, Мама-ведмедиця і маленький Ведмедик. *Жили* вони...*Ходили...дружили...ділилися...засмагали...купалися...усе робили разом*» [52]. Таким чином у першій частині тексту постійно використовується форма третьої особи множини дієслова, що у свою чергу несе як семантичні так і ритмічні якості. У першій частині казки навмисно робиться акцент на те, що Ведмедик ніколи не є одним, для того щоб зміна ситуації у сім'ї з народженням другої дитини відчувалась

більш контрастно. Так само продовжуване використання однакових морфологічних та синтаксичних конструкцій спрощує сприйняття тексту та легше засвоюється дитиною. Наступним прикладом створення ритму за допомогою повторів є наступна фраза: «Що з них візьмеш, – зайці!», «Що з них візьмеш, – лисиці!». Ці вигуки зустрічаються повторюванно протягом усього тексту, що підкреслює емоційність Ведмедика та надає історії дещо саркастичного характеру.

1. Індивідуальний підхід. Казка спрямована на конкретну особистість, тому враховуються індивідуальні особливості читача та ситуації. Казка налаштована на допомогу слухачу розв'язати певну проблему чи подолати труднощі.
2. Позитивний настрій. Казка повинна має позитивний настрій, щоб слухач міг отримати позитивний досвід та настрій.
3. Використання символів. У казці часто використовують символи для передачі певних ідей або образів. Символіка у данній історії є універсальною, проте символіку можна змінити та налаштувати індивідуально.
4. Інтерактивність. Казка є інтерактивною, щоб слухач міг активно брати участь у розвитку історії та персонажів. Часто використовуються риторичні питання.
5. Зосередженість на розвитку позитивних якостей. Казка спрямована на розвиток позитивних якостей, таких як самовпевненість, вміння співпрацювати з іншими, терпіння, рівновага тощо.
6. Повторення. У казці є елементи повторення, що допомагають зміцнити позитивний досвід та впевненість слухача.
7. Актуальність теми. Казка має актуальну тему, що допомагає слухачу подолати психологічні проблеми та розвивати позитивні якості.

Загалом, ця психокорекційна казка має специфічний стиль написання, спрямований на розвиток особистості та корекцію психологічних проблем.

Використання символів, позитивного настрою, інтерактивності та інших елементів може допомогти досягнути цих цілей.

Аналіз текстової структури. Організація цієї психокорекційної казки з точки зору дитячого сприйняття має такі особливості:

1. Казка побудована на основі лінійної моделі часу, де події розгортаються поступово. Таким чином, ми може прослідкувати, як змінюється відношення Ведмедика до народження сестри.
2. Проста мова та зрозумілі образи: мова казки є зрозумілою та доступною. Образи, які використовуються в казці, є конкретними та яскравими, щоб дитина могла уявити ситуацію та відчувати емоції героїв.
3. Наявність персонажів, з якими дитина може ідентифікуватись: дитина легко може знайти спільне з героями казки, щоб вона могла зрозуміти їхні дії та емоції. Герої є наочними та відповідають віковій категорії дитини.
4. Присутність позитивних та негативних персонажів: казка має яскраво виражений конфлікт між героями, де є прояв позитивної поведінки та негативної. Це дозволяє дитині навчитись розрізняти хороше від поганого.
5. Підсилення відчуття відповідальності: дитина розуміє, що дії персонажів мають наслідки.
6. Повчальність: казка має певне повчальне значення, де дитина вчиться певним моральним цінностям.

Ураховуючи ці особливості, організація психокорекційної казки з точки зору дитячого сприйняття може мати позитивний вплив на дитину. Такі казки можуть допомогти дитині усвідомити свої емоції, покращити соціальну адаптацію та розвиток моральних цінностей.

Особливості послідовності психокорекційної казки:

1. Вступ: у вступі описуються основні проблеми героя казки та подається контекст для подальшого розвитку подій. Життя Ведмедика разом з батьками змінилось кардинально після народження сестри.

2. Розвиток сюжету: герой казки зіткнувся зі своїми проблемами та перешкодами, вступає у взаємодії з іншими персонажами та проходить через різні етапи розвитку. Ведмедик вирішує втікти з дому, проте Сова змінює його думку.
3. Кульмінація: герой казки знаходить внутрішній ресурс, який допомагає йому подолати проблему та змінити своє ставлення до життя. Ведмедик змінює своє ставлення до батьків та сестри, після розмови з Совою.
4. Розв'язка: герой казки повертається до свого звичайного життя з новою перспективою та відчуттям внутрішньої гармонії. Ведмедик повертається додому.

Основні структурні елементи психокорекційної казки:

1. Герой: герой казки є дитиною, який переживає проблеми та шукає вихід з них.
2. Антагоніст: у цій казці немає чіткого образу антагоніста, проте пасивно його функції виконує присутність маленької сестри у сім'ї. Її присутність створює перешкоди для героя та спонукає його до зміни.
3. Помічник: Мудра Сова допомагає герою вирішити проблему та знайти внутрішні ресурси.
4. Контекст: у сім'ї народжується нова дитина та життя Ведмедика змінюється.
5. Символіка: коли Ведмедик тікає з дому, починається дощ, що може символізувати сум та розпач, який відчуває головний герой.
6. Перевага: це позитивний результат, який Ведмедик отримує в результаті подолання своїх проблем та зміни свого ставлення до життя.

Структура психокорекційної казки допомагає героєві пройти через процес зміни та знайти внутрішні ресурси для подолання своїх проблем.

Визначення способів використання казки. Опрацювання психокорекційної казки з дитиною може бути ефективним інструментом для покращення її психологічного стану. Ось декілька технік, які можна використовувати для цього:

1. Створення безпечного простору: перед тим, як почати опрацювати казку з дитиною, важливо створити безпечний і комфортний простір, де вона може відкритися та поділитися своїми емоціями та думками.
2. Активне слухання: під час опрацювання казки важливо активно слухати дитину, її реакції та емоції. Задавати запитання та давати можливість дитині висловлюватися.
3. Спільне розуміння: під час опрацювання казки важливо спільно розуміти з дитиною значення казкових персонажів та подій. Це допоможе дитині зрозуміти, як можна використати цю інформацію у своєму житті.
4. Рефлексія: після того, як казку було опрацьовано, важливо дати дитині можливість рефлексувати та роздумувати про те, які уроки вона взяла з казки та як може застосувати ці знання у своєму житті.
5. Підтримка: під час опрацювання психокорекційної казки важливо підтримувати дитину та допомагати їй зрозуміти, що її почуття та емоції повністю природні, адже казка може привести до висвітлення болісних чи складних тем.
6. Повторення: повторення казки та обговорення уроків, які можна взяти з неї, можуть бути корисними для укріплення та зміцнення нових знань та навичок, які дитина отримала під час опрацювання казки.
7. Індивідуалізація: кожна дитина є унікальною і має свої власні потреби та проблеми. Під час опрацювання казки важливо індивідуалізувати підхід до кожної дитини, допомагаючи їй знайти ті уроки, які будуть найбільш корисні саме для неї.
8. Творчий підхід: опрацювання психокорекційної казки може бути творчим процесом, який може включати малювання, розігрування ситуацій, створення власних історій та інших творчих завдань, що допоможуть дитині краще зрозуміти уроки, які вона отримала з казки.

4.4 Лінгвістичний аналіз психокорекційної казки «Як Кенгуреня став самостійним»

Аналіз лексики та граматики. Ця казка передає важливі повчальні моменти і демонструє дитині, як розвивати самостійність, звільнюватися від страхів і відчувати себе комфортно без постійної присутності матері. [53] Далі буде наведено основні мовні засоби, що використовуються в цій казці:

1. Прикметники і прислівники, що передають емоційний стан героїв: велика, найщасливіша, дуже слабенький, дуже голосно, ще дужче, дуже боявся, дедалі тісніше, дуже хотілося, так страшно.
2. Дієслова, що описують дії персонажів: жила-була, народився, носила, хотів пити, напувала, хотів поїсти, засинав, приходила, клала, заплакав, кричати, стиснувся, проліз, грали, веселилися, бігали, наздоганяли, сміялися, перестав плакати, вирішив, вмитися, одягтися, похвалила, боїться, ходити, прийде.
3. Словосполучення, що передають почуття і стани героїв: дуже затишно і зовсім не страшно, не бачив поряд, дуже голосно плакати і кричати, дорослі дяді та тітки, так, що навіть голови не було видно, дуже хотілося побігати, боявся йти, так страшно було йти, сидів з ним весь час, злякався і заплакав ще дужче.
4. Метафоричні вислови, які передають почуття та настрої героїв: стала найщасливішою, заплакав та плакав, побачив, що він один, побудувати паски з піску, сховався в сумочку, пішла в магазин, такий сміливий та самостійний, кохане Кенгуреня.

Усі ці мовні засоби використовуються для передачі емоційного стану героїв, підкреслення їхньої поведінки та створення образів, які мають на меті психокорекцію та показ дитині шляху до самостійності та переборення страхів.

Сугестивно марковані смисли. Ця терапевтична казка має на меті передати деякі смисли та навчити дітей певним урокам. Основні сугестивні смисли, які можна виокремити в цій казці, включають таке:

1. Прийняття змін: Кенгуреня спочатку було затишно у маминій сумочці, але з часом воно відчуло, що росте і розвивається. Хоча зміна може бути лячною, вона необхідна для особистого росту і самостійності.
2. Подолання страху: Кенгуреня боялося залишатися без мами і виходити зі зони комфорту. Проте, лише подолавши свій страх, воно змогло насолодитися новими досвідами та розвагами.
3. Самостійність: Кенгуреня навчилося самостійно одягатися та дбати про себе, коли мама не була поруч. Це показує, що крок за кроком ми можемо ставати більш самостійними, здатними брати на себе відповідальність.
4. Довіра: Кенгуреня відчуло довіру до своєї мами, вона завжди поверталася до нього. Це навчає дітей розуміти, що вони можуть вірити в людей навколо себе та бути впевненими у тому, що їх дбайливість та потреби будуть задоволені.
5. Розвиток соціальних навичок: Кенгуреня навчилося вступати в контакт з іншими дітьми, долучатися до їх ігор та будувати дружні стосунки. Це важливо для розвитку соціальних навичок і здатності взаємодіяти з іншими. У цій казці кожна дитина може знайти щось для себе: навчитися подолати страхи, бути самостійними, розширити свій соціальний коло і вірити в доброту та довіру оточуючих людей. У тексті казки також використовуються певні мовні засоби та повтори, які допомагають передати сугестивно марковані смисли:
 1. Повторення слів «боятися» і «страшно» створюють емоційний акцент на страху та неспокої, що викликаються у Кенгуреня, коли воно відчуває себе відокремленим від мами.
 2. Вживання слів «затишно» і «зовсім не страшно» передають початкову безпеку та комфорт, які Кенгуреня відчувало, перебуваючи у маминій сумочці.
 3. Повторне згадування про «мамину сумочку» створює образ безпечного простору, де Кенгуреня почувалося комфортно і захищено.

4. Вживання фрази «дуже голосно плакати і кричати» підкреслює безpokій та потребу Кенгуреня в увазі та присутності мами.
5. Вживання слів «сусідські хлопчики», «грали і веселилися», «бігали, наздоганяли один одного і сміялися» передають бажання Кенгуреня бути частиною групи та насолоджуватися веселощами разом з іншими дітьми.
6. Фрази про «сміливість» та «самостійність» підкреслюють важливість прийнятих змін і розвитку особистості.
7. Використання фрази «день за днем» вказує на поступовість процесу змін та набуття впевненості у собі.
8. Фраза «коханий Кенгуреня» випромінює теплоту та любов з боку мами, що зміцнює відчуття довіри та безпеки у Кенгуреня.

Ці мовні засоби та повтори в тексті казки допомагають підкреслити важливі сугестивно марковані смисли та підтримати позитивний розвиток Кенгуреня через його взаємодію з оточуючим світом.

Терапевтична метафора, яку можна виділити в цій казці, полягає в перетворенні молодого Кенгуреня, яке відчувається залежним від матері, у самостійну та впевнену особистість.

У казці мати-Кенгуру виступає як символ безпеки, комфорту та забезпечення базових потреб маленького Кенгуреня. Спочатку Кенгуреня перебуває в стані затишку та безпеки у маминій сумочці, але поступово він відчуває потяг до розвитку, самостійності та соціальної взаємодії з оточуючим світом.

Сюжетна лінія, в якій Кенгуреня поступово переборює свій страх, виходить зі зони комфорту та набуває нових досвідів, відображає терапевтичний процес. Кенгуреня розвивається, стаючи більш самостійним, здатним приймати власні рішення та встановлювати відносини з іншими людьми. Коли Кенгуреня перетинає межі свого страху та невпевненості, воно виявляє свою сміливість та здатність до зростання.

Метафорично, ця казка використовує образ Кенгуреня, що виходить з маминої сумочки, як символічний образ клієнта, який розростається та розвивається в контексті терапевтичного процесу. Це вказує на важливість пріоритету самостійності, розвитку та особистісного зростання в процесі терапії.

У цій терапевтичній метафорі казка надає клієнтам можливість переосмислити свої обмеження, побороти страхи та навчитися вірити в себе. Вона заохочує клієнтів до прогресу, розвитку та змін, показуючи, що навіть найсильніші обмеження можуть бути подолані, а залежність може бути замінена на самостійність та впевненість.

Функціонально тематичні групи одиниць. Семантичне ядро цього тексту формують слова, вказані у «таблиці 4.3».

Таблиця 4.3

Семантичне ядро казки «Як Кенгуреня став самостійним»

Фраза/Слово	Кількість	Частотність, %
Кенгуреньш	20	4.55
мама	18	4.09
оно	10	2.27
сумочка	9	2.05
боятися	4	0.91
все	4	0.91
Мама-кенгуру	4	0.91
плакати	4	0.91
заплакати	3	0.68
маминой сумочке	3	0.68 / 1.36

Таким чином можна виокремити наступні тематичні категорії: страх самотності, мама, сум за мамою, самостійність. Ці категорії формують ідею тексту та допомагають окреслити чітко уявлення про історію.

Аналіз стилю. Текст представляє собою невелику казку про Маму-кенгуру та її маленьке Кенгуреня. Аналізуючи стиль, можна виділити такі його риси:

1. Наративність: Текст має характер розповіді, де описуються події і дії головних персонажів. Казка побудована на основі лінійної моделі часу, де історія прогресує від початку до кінця, показуючи розвиток Кенгуреня.
2. Дитячий тон: Стиль оповіді відтворює мову дитячого світу. Використовуються прості речення та лексика, яка ближча до дитячої аудиторії. Це сприяє створенню атмосфери казковості та невинності.
3. Вживання повторів: У тексті повторюються певні фрази та ситуації, наприклад, описи затишку та безпеки у маминій сумочці. Це надає оповіді ритму та уніфікує її структуру.
4. Ілюстративність: Завдяки детальним описам, читач може уявити собі події та персонажі. Використання яскравих образів, таких як гра з сусідськими дітьми чи біг по зеленій галявині, робить оповідь живою та змушує зрозуміти почуття Кенгуреня.
5. Емоційність: У тексті часто зустрічаються описи почуттів та емоцій головних героїв, зокрема, страху, радості та суму. Це додає глибини історії та робить її емоційно зворушливою.

Всі ці стилістичні риси спільно створюють легку та приємну атмосферу казки, а також підкреслюють важливість самостійності та розвитку головного героя, Кенгуреня.

Аналіз ритму. У казці існує виразний ритм, який створюється повторами певних смислів та слів. Декілька примітних повторів:

1. «Сумочка»: Це ключовий елемент у казці. Мати-Кенгуру носить своє маленьке Кенгуреня у своїй сумочці на животі. Сумочка стає символом комфорту, безпеки та близькості. Коли Кенгуреня виходить з сумочки, він відчуває страх і тривогу.
2. «Мама»: Увесь сюжет казки обертається навколо відносин між мамою-Кенгуру та її маленьким Кенгуреням. Мама є опорою, надією та

безпекою для Кенгуреня. Часті згадки про маму підкреслюють сильну зв'язок між ними.

3. «Плакати»: Кенгуреня плаче, коли він не бачить свою маму поруч або коли він відчуває небезпеку. Його плач стає символом його потреби у захисті та близькості матері.

Ці повтори створюють ритмічну структуру казки, підкреслюють важливі моменти та сильні емоції персонажів. Вони допомагають закріпити тему любові, захисту та самостійності, що присутня у цій казці.

Визначення способів використання казки. Терапевтична казка презентує ситуацію аналогічну до основного фобічного стану дитини, а саме страху бути залишеним наодинці без присутності матері. Процес подолання страху, через який проходить головний герой - Кенгуреня, отримує позитивне оцінювання соціальним середовищем. Це вказується наявністю емоційних маркерів у тексті казки: «Діти з радістю прийняли його до себе у гру, прийшла мама та похвалила його, що він такий сміливий та самостійний» [53].

Ця казка про мати-Кенгуру та її маленького сина може бути використана у корекції поведінки дитини, зокрема для навчання самостійності, подолання страхів і розвитку соціальних навичок. Далі буде наведено деякі способи використання цієї казки:

1. Навчання самостійності: Казка показує, як маленький Кенгуреня поступово стає самостійним і наважується робити речі без мами. Можна використати цю казку, щоб пришвидшити процес самостійності у дитини.
2. Подолання страхів: Кенгуреня було страшно залишатися без мами, але він подолав цей страх, коли самостійно вирішив приєднатися до інших дітей. Ця казка може допомогти дитині розуміти, що страхи можна подолати та що незалежність і нові досвіди можуть бути заохочені. Можна обговорити з дитиною, як важливо іноді ризикувати і випробувати нові речі, навіть якщо спочатку страшно.

3. Розвиток соціальних навичок: У казці Кенгуреня вступає в контакт з іншими дітьми і приєднується до їхньої гри. Можна використовувати цю казку для підтримки соціальних навичок дитини. Можна розповісти про важливість дружби, співпраці та гри з іншими дітьми.
4. Робота з емоціями: Кенгуреня відчувало страх, коли було самотньо, але його страх зникає, коли він робить крок до самостійності. Ця казка може слугувати початком розмови про емоції з дитиною.
5. Підсилення зв'язку з батьками: У казці мати-Кенгуру є опорою для маленького Кенгуреня. Казка може використовуватися для посилення зв'язку між батьками та дитиною. Можна обговорити з дитиною, що мама завжди повертається додому, незалежно від того, куди вона йде, і що вона завжди любить дитину.

Використання цієї казки у корекції поведінки дитини допомагає стимулювати самостійність, побороти страхи та розвивати соціальні навички. Ключовою метою є підтримка дитини в розвитку самостійності та позитивної соціальної взаємодії.

4.5 Лінгвістичний аналіз медитативної казки Шел Сільверштейн «Дерево, що дарує»

Медитативна казка – це історія, яка сприяє заспокоєнню розуму та душі людини, допомагає знайти глибинну рівновагу та підвищити рівень свідомості. Основна мета медитативних казок полягає в тому, щоб допомогти людині сконцентруватися на наступному моменті, розвинути увагу та свідомість.

Медитативні казки мають деякі характеристики, серед яких легкість і простота, щоб зберегти увагу слухача. Вони сприяють релаксації та заспокоєнню за допомогою природних описів, тихого голосу та музики. Крім того, медитативні казки передають важливі життєві уроки, спонукають до вдячності та позитивних емоцій, містять символіку та образи для зосередження. Вони можуть використовуватися для медитації, візуалізації,

релаксації або для підвищення настрою та позитивної енергії. Прикладом такого тексту є казка «Дерево, що дарує», написана Шел Сільверштейн (англ. Shel Silverstein) [39].

Аналіз лексики та граматики. У казці Шел Сільверштейн використовуються певні мовні засоби, які допомагають створити позитивну атмосферу та сприяють відпочинку та релаксації.

1. Описові прикметники та прикметники якості: «маленький хлопчик», «І дерево було щасливе», «Я занадто старий». Використання таких прикметників допомагає створити відчуття мирної, спокійної та безтурботної атмосфери, сприяє розслабленню та зосередженню.
2. Символи та метафори: казка включає в себе символізм та метафори, що допомагають створити глибокий зв'язок між людиною та природою. Наприклад, зображення дерева, яке завжди щасливе, коли може чимось допомогти хлопчику або коли він просто поряд. Дерево може символізувати образ матері або людину у відносинах, яка завжди тільки віддає. Хлопчик символізує конкретний тип людей у відносинах, який в основному тільки використовують іншого.
3. Ритмічність та повтори: казка має ритмічну структуру, що сприяє зосередженню та релаксації. Крім того, повторення певних слів та фраз допомагає закріпити їх в пам'яті та створити відчуття стабільності та безпеки. Наприклад: «Він лазив по її стовбуру, гойдався на її гілках і їв яблука», «Вибач, — мовило дерево», «і ти будеш щасливим», «І дерево було щасливе».
4. Спокійна та м'яка інтонація: казка вимагає відповідного тону голосу, який повинен бути спокійним та м'яким. Інтонація повинна бути рівномірною та заспокійливою, щоб створити відчуття релаксації та зосередженості.
5. Поступовий розвиток сюжету: казка містить поступовий розвиток сюжету, щоб дитини могла зосередитись та увійти в стан медитації.

Сюжет повинен є простим та легким для сприйняття, але водночас достатньо цікавим, щоб утримати увагу.

6. Спеціальні медитативні слова та фрази: казка містить спеціальні медитативні слова та фрази, які сприяють релаксації та зосередженості. Наприклад: «Прийди, Хлопчику», – прошепотіла вона», «Жило-було дерево...», «І ось одного разу хлопчик повернувся, і дерево затряслося від радості», «І дерево було щасливе... але не зовсім».

Використання цих мовних засобів в медитативній казці допомагає створити відчуття релаксації та зосередженості, що дозволяє людині досягти глибокого стану медитації та підвищити рівень своєї свідомості. Крім того, медитативна казка може мати позитивний вплив на психічний та емоційний стан людини, допомагаючи їй зняти стрес та зосередитись на позитивних аспектах життя.

Терапевтична метафора. Ця казка про дерево і хлопчика має терапевтичну метафору, яка може реалізуватися в різних контекстах. Дерево представляє безмежну любов, вірність і жертвність, які можуть виявляти батьки, сім'я або друзі. Хлопчик починає з невинної та невимогливої любові до дерева, але зростанням стає більш самовпевненим і зосередженим на своїх потребах та бажаннях. За весь час казки дерево поступово втрачає своє листя, гілки та стовбур, віддаючи все це хлопчикові, який використовує ці речі для досягнення своїх особистих цілей. Дерево безумовно його підтримує і радіє його щастю, але з часом дерево стає самотнім, змученим і зруйнованим. Метафорично ця казка може вказувати на значення балансу між відданістю і самозбереженням, між заслуженою гордістю за досягнення та збереженням важливих зв'язків. Вона може слугувати нагадуванням про важливість прийняття і розуміння потреб інших людей, а також про незайманість і щедрість. Казка також підкреслює, що матеріальні речі не завжди приносять справжнє щастя і задоволення, а щирість, спілкування і взаєморозуміння є більш цінними.

Функціонально тематичні групи одиниць. Дуже важливо при аналізі терапевтичних текстів так само звертати увагу на частоту використання

певних слів та виразів. Умисне акцентування певних слів та ідей допомагає краще закріпити та засвоїти дитині головні поради казки. У казці Шел Сільверштейн найчастіше використовуються слова, наведені у «таблиці 4.4».

Таблиця 4.4

Семантичне ядро казки казки Шел Сільверштейн «Дерево, що дарує»

Фраза/Слово	Кількість	Частотність, %
boy	26	4.23
tree	24	3.74
said	23	2.76
happy	17	1.79
said boy	11	1.63
said tree	10	1.46
will	9	1.46
climb	9	1.30
apple	8	1.14
away	7	1.14

З огляду на частоту використання окремих слів та мовних конструкцій можна зробити висновок щодо головних тематичних категорій, які прослідковуються протягом усього тексту.

1. Відносини
2. Любов
3. Природа
4. Вік

На сприйняття терапевтичного тексту також впливають граматичні форми та конструкції речень, які автор навмисно використовує при написанні казки, аби підсилити ефект впливу на дитину. Щоб створити атмосферу спокою та гармонії, граматичні конструкції, що використовуються у медитативних казках, зазвичай характеризуються простотою, легкістю та ритмічністю. Далі

будуть наведені особливості граматичних форм та конструкції певних речень у казці Шел Сільверштейн.

1. Повторення слів та фраз. Наприклад: «І дерево було щасливе», «Вибач», «Я занадто старий для...», «Я хочу». Це може створювати ритмічний ефект та закріпити головні ідеї у свідомості слухача.
2. Використання минулого часу, що створює відстань від реальності та підсилюють ефект медитації. Наприклад: «Колись давно жило одне дерево», «Проте пройшов час».
3. Використання простих речень та унікальних словесних зворотів, які допомагають створити чарівну атмосферу та захоплюють увагу слухачів. Наприклад: «І тоді дерево було щасливе».
4. Використання метафор та інших літературних засобів, які допомагають створити образність та глибину. У данній історії метафорами є головні персонажі казки, дерево та хлопчик.

Аналіз семантики. Навмисне використання окремих виразів та речень у медитативній казці не має на меті дати дитині чіткі інструкції та спонукати до дій. Розповідаючи подібні історії варто намагатися зробити так, щоб дитина замислилася над неоднозначними ситуаціями та зробила свої власні висновки. Далі буде наведено речення з казки, які спонукають дітей до активного мислення:

1. «Жило колись дерево...і воно любило маленького хлопчика» – чому дерево люило маленького хлопчика, чи є для цього якась причина?
2. «Я занадто дорослий, щоб лазити та гратися», — сказав хлопчик. «Я хочу купувати речі і розважатися. Я мені потрібні гроші» – чому бажання хлопчика змінились? Чи любить він досі дерево?
3. «І дерево було щасливе... але не дуже» – як насправді відчуває себе дерево і чому?

Аналіз стилю. Медитативна казка має свої особливості стилю написання, які можуть вплинути на дитину. Ось деякі з них:

1. Тон: спокійний, розслабляючий та трохи монотонний, щоб допомогти дитині зосередитися та розслабитися.
2. Темп: повільний та рівний, без раптових змін, щоб дитина могла легко заспокоїтися та зосередитися на словах.
3. Інтонація: м'яка та лагідна, щоб дитина почувала себе комфортно та забезпечувала зосередження на розповіді.
4. Ритм: монотонний та рівний, щоб дитина могла підпорядкуватися йому та заспокоїтися. Цей текст має ритмічну структуру, яка передає важливі моменти у відносинах між хлопчиком і деревом. Використовуються повторювані фрази та речення для створення мелодійного ефекту. Окрім того у тексті багато повторень смислових елементів, які наголошують на поступовій зміні відносин між хлопчиком і деревом. Наприклад, дерево пропонує хлопчикові гратися, бути щасливим і відпочивати, але кожного разу хлопчик відхиляє ці пропозиції через свої зростаючі потреби і бажання. Деякі слова постійно повторюються в тексті, надаючи йому емоційно-значущих акцентів. Наприклад, «щаслива» повторюється кілька разів, підкреслюючи, як дерево відчувається, коли хлопчик знаходиться поруч з ним. Також, слова «гратися», «яблука» постійно повторюються, що створює відчуття циклічності. Аналізуючи ці елементи, можна відчути емоційний контекст історії, яка поступово розкривається, демонструючи зростаючу віддаленість та розчарування між деревом і хлопчиком. Ритмічна структура та повторення слів підкреслюють цю емоційну динаміку і розповідають історію про зміну відносин між дитинством і дорослістю, розчаруванням і прийняттям.
5. Вибір слів: слова, що використовуються у казці, є простими та зрозумілими, щоб дитина могла легко сприймати їх.

Казка може стати інструментом для розвитку у дитини навичок медитації та концентрації, а також допомогти знизити рівень стресу та тривоги.

Аналіз текстової структури. Особливості побудови структури медитативної казки Шел Сільверштейн включають наступні елементи:

1. Вступ: казка починається з вступу, який привертає увагу слухача і забезпечує зосередженість на повідомленні. Цей елемент включає опис головних героїв, чим вони займаються зазвичай та їх відносини.
2. Головна ідея: Наступним етапом є введення головної ідеї медитативної казки. У цьому тексті головна ідея передається поступово, протягом усієї розповіді, і не розкривається до закінчення історії. Текст не називає прямо головну думку або мораль. Кожна дитина може зрозуміти зміст казки по-своєму.
3. Розгортання ідеї: сюжет казки побудований на повторенні однакових ситуацій. При кожній наступній зустрічі дерево віддає щось своє хлопчику, щоб він був щасливим, аж поки у дерева нічого не залишилось.
4. Закінчення: є лаконічним і відображає головну ідею казки, яку кожна дитина може інтерпритувати індивідуально.

Визначення способів використання казки. Медитативні казки можуть бути корисним інструментом для розвитку концентрації, уваги та релаксації у дітей. Ось декілька ефективних технік використання медитативних казок для дитини:

1. Підготувати комфортне середовище. Створити спокійну і тиху атмосферу, де дитина може легко сконцентруватись на казці. Забезпечити комфортне місце для сидіння або лежання.
2. Розповідь казки з розумінням. Намагатись передати її з розумінням і спокоєм. Голос повинен бути м'яким і приємним для дитини. Не варто поспішати, краще дати дитині час на усвідомлення та візуалізацію подій у казці.
3. Використовування візуальних елементів. Додавання візуальних елементів до казки, такі як малюнки або картинки, допоможе дитині краще уявити собі події в казці та зосередитись на розслабленні.
4. Повтор процесу. Не варто зупинятись на одній медитативній казці. Корисно практикувати це регулярно, змінюючи казки та елементи, щоб

зберегти інтерес дитини. Регулярна практика допоможе дитині розвивати навички концентрації та релаксації, а також знизити рівень тривоги та стресу.

Загалом, медитативні казки можуть бути чудовим інструментом для розвитку дитини. Вони допомагають підвищити концентрацію та увагу, знизити рівень тривоги та стресу, а також сприяють розвитку фантазії та візуалізації. Проте варто пам'ятати, що кожна дитина унікальна, тому потрібно підбирати казки та техніки, які найбільше підходять конкретній дитині.

4.6 Оцінка ефективності терапевтичної казки в розв'язанні психологічних проблем дітей

Казкотерапія – це ефективний засіб, який допомагає дітям з особливими потребами зрозуміти різноманітні життєві ситуації, виразити свої емоції та ознайомитися з різними стратегіями поведінки. Через те, що діти потрапляють у роль героїв казок, вони навчаються знаходити рішення, розв'язувати конфлікти та компенсувати відсутність чогось в житті.

Терапевтичні казки можуть виробляти дивовижні ефекти та розв'язувати проблеми дітей, допомагаючи їм знайти внутрішні резерви, віру в свій успіх. Казки створюють емоційний контекст, який допомагає дітям в майбутньому впоратися зі складними ситуаціями. Вони формують позитивну модель життя, яка наснажує дітей енергією, оптимізмом та вірою у свої здібності. Казки налаштовують дітей на позитивний підхід до життя, навчають приймати помилки та невдачі з оптимізмом і вірою у свою майбутню перемогу.

Казки мають важливу здатність активізувати праву півкулю мозку, яка відповідає за творчість, інтуїцію та образне мислення. Сучасна система навчання зазвичай спрямована на активізацію лівої півкулі мозку, що призводить до дисбалансу між роботою обох півкуль. Дослідження показують, що права півкуля мозку відповідає за адаптивність та допомагає людині ефективно впоратися зі стресом. Казки можуть виступати як компенсатор

дисбалансу та сприяти підвищенню психологічного та фізичного здоров'я дітей, допомагаючи їм розвивати обидві півкулі мозку.

Простий алгоритм використання казок для дітей до 12 років полягає у тому, що батьки читають казку, а потім дозволяють дитині змінювати текст, додавати або вилучати фрази та слова. Після цього обговорюються ключові моменти, мотиви поведінки та її наслідки. На завершення дитині пропонується намалювати малюнок, який може ілюструвати казку або ключовий момент для неї. Також можна додатково проводити драматизацію казки або її частин, розподіляючи ролі між дітьми та зацікавленими членами родини чи використовуючи іграшки. Важливо зазначити, що не обов'язково слідувати строго сюжету казки, дитина може змінювати його за своїм бажанням.

Коли мова йде про старших дітей, спосіб використання казки треба змінювати. Підлітки можуть відчувати скептицизм щодо таких історій, тому батькам може знадобитись дещо інший підхід – вивчити казку напам'ять і природно і непомітно вставити її у щоденні розмови в родині.

Подібні казки можуть допомогти дітям знайти вихід зі складних ситуацій та навчити їх долати будь-які труднощі в житті. Крім того, ці історії допомагають дорослим краще зрозуміти своїх дітей та стати для них більш близькими.

Види впливу терапевтичних казок у дитячій психотерапії:

1. Когнітивний: пропонують дітям послухати історію. Педагог прокладає перші паралелі проєкційних зв'язків з майбутньою паралельною казковою навчально-пізнавальною реальністю.
2. Рефлексивний: обговорення враження від казки: чи сподобалася, що саме припало до душі, чому.
3. Візуалізаційний: закріпити проєкційні зв'язки з паралельною казковою навчально-пізнавальною реальністю, що почали формуватися під час першого етапу.
4. Художньо-творчий: вихователь забезпечує умови, за яких продовжиться час перебування дитини у створеній реальності. Діти не просто слухають казку – вони проживають її справжнім життям. Події, що

відбуваються у казці є вигаданими, проте емоції та почуття, що їх відчуває дитина, цілком реальні.

5. Заключно-рефлексивний: підбиваються підсумки, діти і дорослі діляться враженнями.

Терапевтичні казки можуть значно покращити поведінку дитини, дозволяючи подолати проблеми, які не можуть бути вирішені звичайними методами. Ці історії нічим не відрізняються від звичайних казок, за винятком того, що в кожній з них міститься проблема та її розв'язання. Головна ідея терапевтичних казок полягає в тому, що завжди є вихід і будь-яка складна ситуація може бути подолана.

4.7 Рекомендації щодо використання терапевтичних казок у дитячій психотерапії.

Терапевтичні казки є ефективним інструментом у психотерапії, оскільки вони допомагають пацієнту виявити і розкрити свої внутрішні ресурси, знайти рішення проблем, зрозуміти себе та світ навколо.

Важливо обирати казку, яка відповідає темі, яку потрібно розглянути. Наприклад, якщо пацієнт має проблему зі страхами, то можна використовувати казку про боягуза.

Також доцільним є відредагувати казку, щоб вона відповідала конкретній ситуації пацієнта. Наприклад, можна змінити імена героїв або додати нові події.

Перед тим, як розпочати розповідь казки, важливо визначити цілі сесії. Це може бути пошук рішення проблеми, зняття стресу або розвиток внутрішнього ресурсу.

Необхідно дозволити пацієнту відчувати казку і стати частиною неї. Запитайте у нього, які думки виникають під час розповіді, які персонажі йому сподобалися, а які ні [37, с. 391–404].

Під час розповіді казки, необхідно навчити пацієнта шукати внутрішні ресурси, які допоможуть йому знайти рішення проблеми або подолати стрес.

По закінченню розповіді, варто дозволити пацієнту поділитися своїми враженнями і думками щодо казки. Задавайте запитання, які допоможуть зрозуміти, які елементи казки найбільше вразили, які відчуття виникли під час прослуховування і які можливості відкриває казка.

Корисним також може бути застосування казки в реальному житті. Допоможіть пацієнту зрозуміти, які елементи казки можна застосувати в реальному житті. Порадьте спробувати дії героїв казки у власному житті.

І також повторення терапевтичної казки може допомогти пацієнту у закріпленні отриманих знань і відчуттів. Можливо розглянути повторення казки в наступних сесіях, якщо вона дійсно допомагає пацієнту.

Важливо пам'ятати, що терапевтичні казки мають допомагати пацієнту вирішувати свої проблеми і підвищувати рівень самооцінки. Тому важливо використовувати їх у розумний спосіб, знаходьте тільки ті елементи казки, які дійсно корисні та зрозумілі пацієнту і не забувати про те, що в роботі з людьми не існує універсальних рішень і методів, тому навіть використовуючи терапевтичну казку, слід завжди залишатись гнучким і готовим адаптуватись до конкретної ситуації.

Казкотерапія може бути корисним методом для розвитку та формування креативності у дітей. Вона допомагає кожному учаснику зрозуміти свій потенціал та необхідність розвитку креативності. Нижче будуть наведені декілька методів, які можна використовувати в казкотерапії для досягнення цієї мети [41, с.1948–1956].

Пародія на казку. Найпростішим і доступним способом змінити казку є переробка її. Той, хто розповідає казку буде навмисно робити помилки, а той, хто слухає має їх помічати та виправляти, таким чином розвиваючи свою увагу. Наприклад, переробка казки «Колобок»:

Жили собі тато з мамою.

– Не тато з мамою, а дід з бабою!

– Точно! І сказав дід: «Купи мені колобка!»

– Не купи, а спечи!

І так далі. Таку схему вправи можна використовувати змалечку.

Додумування казки. Казка може бути використана для розвитку креативності, наприклад, за допомогою її додумування. Це можливо зробити, відповідаючи на запитання про те, що сталося з героями казки після закінчення історії або розвиваючи ситуацію та стосунки між героями. Також можна зробити другорядних героїв головними. Наприклад, можна додумати походження Буратіно та знайти його братів і сестер, або зробити Мальвіну дружиною Арлекіна.

Продовження казки. Можливо продовжити казку не лише після її закінчення, але і в середині або ближче до початку. Важливо виявити ключові моменти, з яких можуть розгорнутися події в іншому напрямку. Наприклад, можна розглянути альтернативний шлях, який виникнув би, якби Іван-царевич пішов по іншому шляху – ліворуч або праворуч. Цей метод навчає шукати альтернативні варіанти і розвивати творчість.

Об'єднання декількох казок в одну. Можна легко створити нову казку, об'єднавши кілька існуючих. Потрібно визначити головних героїв, їхні характери та взаємодію. Наприклад, Колобок і Буратіно можуть боротися разом з усіма труднощами, але зустрінуться з Лисицею Алісою. Інший варіант – задавати запитання про те, як вчинили б герої різних казок у ключових моментах.

Висвітлення сучасних проблем. Казку можна використати як інструмент для висвітлення сучасних проблем та тем. Наприклад, можна взяти казку про Красуню і Чудовисько та показати, що краса є у внутрішніх якостях людини, а не тільки у зовнішньому вигляді. Або можна переосмислити казку про Попелюшку і показати, що успіх можливий завдяки власним зусиллям та таланту, а не тому, що на тебе випадково спала доля. Також можна використати казку про Хитрого Лиса та Журавля і показати, як важливо бути обережним в мережі Інтернет, не довіряти неперевірені джерела та не піддаватися маніпуляціям [27, с. 143–150].

Створення нової казки на основі старої. Один із способів використання казок полягає в тому, щоб абстрагуватись від героїв і залишити лише схему розвитку подій. Наприклад, схема Золотої рибки може бути перенесена на сучасну тему, де хтось використовує гроші, щоб отримати бажане. Можна також додати до цієї схеми новий сюжет, наприклад, про злодія, який вирішив змінити своє життя і зустрів чарівну дівчину. Аналіз заданої казки може бути корисним у здійсненні операцій аналізу та синтезу, які дозволяють перетворити її на нову історію. Крім того, можна використовувати казки для створення журналістських репортажів або новин. Наприклад, на основі казки можна створити репортаж про події, що відбуваються в сучасному світі.

Таким чином, креативність є важливим елементом розвитку особистості, який сприяє готовності до змін та відмові від стереотипів. Використання терапевтичних казок, як однієї з форм навчання, може допомогти урізноманітнити виховний процес, зробити його більш цікавим, доступним і привабливим, нарівні з традиційними методами [27, с. 143–150].

ВИСНОВКИ

Сугестивний потенціал терапевтичної казки досліджувався в рамках лінгвістичного аналізу трьох типів терапевтичних казок: дидактичних, психокорекційних та медитативних. Далі будуть наведені найважливіші результати цього аналізу.

Дидактичні казки зазвичай мають явний навчальний аспект і часто використовується для формування соціальних навичок та цінностей у дітей. Лінгвістичний аналіз казки К. Ушинського «Чотири бажання» виявив, що в цих текстах часто використовуються слова з позитивним забарвленням, що стимулює розвиток яскравих емоцій та оптимістичного ставлення до світу.

Психокорекційні казки спрямовані на корекцію негативних переживань та емоцій. Лінгвістичний аналіз казки Тетяни Зінкевич-Євстигнеєвої «Казка про Ведмедика» показав, що такі казки часто використовують позитивно забарвлені слова та фрази, що допомагає змінити негативне ставлення до себе та світу на більш позитивне.

Медитативні казки сприяють релаксації та зниженню рівня стресу у людей. Лінгвістичний аналіз казки Шел Сільверштейн «Дерево, що дарує» виявив, що в таких казках частіше використовуються слова та фрази з високим рівнем абстракції, що допомагає перевести увагу від конкретної ситуації до внутрішнього світу.

Таким чином, результати дослідження свідчать про те, що терапевтичні казки мають великий потенціал для використання у психотерапії, оскільки вони можуть впливати на емоційний стан та свідомість людини, сприяючи розвитку позитивних переживань, зниженню рівня стресу та корекції негативного ставлення до світу. Крім того, лінгвістичний аналіз терапевтичних казок дозволяє виявити особливості їх мовного викладу та здійснити вибір оптимальної казки для досягнення певної терапевтичної мети.

Важливо зазначити, що успішний вплив терапевтичних казок на психічний стан людини залежить від правильного вибору казки та відповідного її

інтерпретування психотерапевтом. Тому, перед використанням терапевтичної казки в практиці, необхідно мати достатній досвід та знання у галузі психотерапії та лінгвістики.

У цілому, результати дослідження підтверджують ефективність використання терапевтичних казок як одного з інструментів психотерапії та розкривають можливості їх лінгвістичного аналізу для досягнення оптимального терапевтичного ефекту.

Загальні результати досліджень показують, що терапевтичні казки можуть мати позитивний вплив на психічний стан людини. Аналіз наукової літератури показує, що терапевтичні казки можуть допомогти в зменшенні симптомів депресії, тривоги, посттравматичного стресового розладу, залежності та інших психічних проблем.

Розроблені рекомендації щодо використання терапевтичних казок у практиці психотерапії вказують на те, що вони можуть бути використані як інструмент для розробки нових стратегій поведінки та зміни психічного стану. Вони також можуть бути використані як засіб для відновлення самооцінки, зміцнення внутрішніх ресурсів та розвитку креативності.

Порівняльний аналіз ефективності терапевтичних казок з іншими методами психотерапії показує, що вони можуть бути ефективним інструментом в психотерапевтичній практиці, зокрема в контексті короткострокової психотерапії. Також, вони можуть бути корисними для використання в різних вікових та групових категоріях, включаючи дітей, підлітків, дорослих та літніх людей.

Однак, необхідно враховувати, що ефективність терапевтичних казок залежить від кваліфікації психотерапевта та індивідуальних особливостей пацієнта. Крім того, їх використання повинно бути здійснюватися з дотриманням етичних та професійних стандартів. Таким чином, використання терапевтичних казок як інструменту психотерапії може бути корисним для покращення психічного стану людини, залежно від віку та індивідуальних потреб.

Дослідження на тему сугестивного потенціалу терапевтичної казки можна застосовувати на практиці в такій області, як психотерапія, лінгвістика та інші, особливо у роботі з дітьми.

Подальше вивчення сугестивного потенціалу терапевтичної казки є важливим інструментом для психологічної допомоги пацієнтам у різних сферах життя. Саме тому варто проводити більше досліджень, щоб детальніше вивчити різні аспекти терапевтичної казки та її вплив на психічний стан пацієнта.

Для того, щоб вивчення терапевтичної казки було більш системним та об'єктивним, потрібно розробити стандартизовані методики, які дозволять проводити дослідження та оцінювати їх результати. Важливо вивчати вплив різних типів казок на психічний стан пацієнтів. Наприклад, можливо, що казки з реальними героями мають інший ефект, ніж казки з фантастичними героями.

Можна розробити курси з вивчення терапевтичної казки для психологів та інших фахівців, які працюють з пацієнтами. Це дозволить забезпечити якісну роботу з пацієнтами та використовувати терапевтичну казку ефективно. Розвиток технологій дозволяє створити віртуальні середовища, в яких можна використовувати терапевтичну казку. Це може бути корисно для пацієнтів, які не можуть бути присутніми на особистих зустрічах з психологом. Окрім того, культурні різниці можуть впливати на те, як люди сприймають терапевтичну казку. Тому необхідно вивчати цей аспект терапії та розробляти відповідні підходи для різних культур.

І зрештою важливо співпрацювати з іншими галузями науки. Вивчення терапевтичної казки може вимагати співпраці з іншими галузями науки, наприклад, з літературознавством та медициною. Це може допомогти покращити розуміння терапевтичної казки та її впливу на психічний стан людини.

Загалом, вивчення сугестивного потенціалу терапевтичної казки є важливим напрямком у психотерапії та має великий потенціал для поліпшення психічного здоров'я пацієнтів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Barber, J. The Use of Hypnosis in the Treatment of Anxiety Disorders: An Examination of the Empirical Evidence / J. Barber, L.R. Muenz // *Contemporary Hypnosis*. — 2003. — 20(2). — С. 78 — 84.
2. Baumgartner, E. Word choice in persuasive messages: Effects on attitudes toward the communicator and the message / E. Baumgartner, I. Menzel, // *Journal of Language and Social Psychology*. — 1987. — 6(1). — С. 17 — 29.
3. Berger, T. Using the psychotherapy process to identify patients' active ingredients: A systematic review of controlled trials / T. Berger, T. Krieger, K. Sude, B. Meyer // *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. — 2018. — 86(9). — С. 738 — 751.
4. Bishop, K. The effectiveness of neuro-linguistic programming interventions in the treatment of anxiety: a literature review / K. Bishop, M. Bertolotti // *The European Journal of Counselling Psychology*. — 2018. — 7(1). — С. 57 — 74.
5. Chaldini, R. B. *Influence: The Psychology of Persuasion* / R. B. Chaldini. — New York: William Morrow and Company, 1984.
6. Christian, J. The use of therapeutic language in cognitive-behavioral therapy: Strategies for treating anxiety and depression / J. Christian, C. Gelman // *Journal of Cognitive Psychotherapy*. — 2009. — 23(1). — С. 31 — 44.
7. Cramer, D. The effectiveness of cognitive-behavioral therapy: A review of meta-analyses / D. Cramer // *Cognitive Therapy and Research*. — 2010. — 34(5). — С. 427 — 440.
8. Dawson, K. *Matrix Reimprinting Using EFT: Rewrite Your Past, Transform Your Future* / K. Dawson, S. Allenby. — Hay House, 2012.
9. Erickson M. H. *Uncommon Therapy: The Psychiatric Techniques* / Milton H. Erickson, M.D. Jay Haley (ed.). — 1981. — С. 36 — 41.
10. Farmer, C. *Therapeutic Metaphors: Helping Others Through the Looking Glass* / Cheryl Farmer. — 1991. — С. 3 — 7.

11. Ferguson, R. The perception of intonation: An experimental approach / R. Ferguson, M. Friend // *Journal of Phonetics* . — 1974. — 2(2). — C. 171— 185.
12. Gordon, D. *Therapy Metaphors* / David Gordon. — Therapy Metaphors, 1978. — C. 17 — 21.
13. Hertlein, J. *Therapeutic process: Theories and practices* / J. Hertlein, G. Corey. — Belmont, CA: Brooks/Cole, Cengage Learning, 2014. — C. 109 — 110.
14. Hill, A. The impact of suggestion on reducing anxiety levels / A. Hill, M. Hurst, S. Sunderland, M. Billinger // *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*. — 2016. — 64(1). — C. 1 — 11.
15. Hofmann, S. G. Cognitive processes during fear and anxiety: A comparison of cognitive models of anxiety and panic. From social anxiety to social phobia: Multiple perspectives / S. G. Hofmann, P. M. DiBartolo. — Oxford University Press, 2010. — C. 119 — 130.
16. Ivanova, E. The effect of general instructions in a cognitive-behavioral treatment manual on reducing anxiety and depression / E. Ivanova // *Journal of Anxiety Disorders*. — 2015. — 32. — 89 — 98.
17. Jensen MP. Long-term outcomes of hypnotic-analgesic treatment in chronic pain patients / MP Jensen, J. Barber, MA Hanley, JM Engel, JM Romano, DD Cardenas // *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*. — 2011. — 59(4). — C. 406 — 38.
18. Keeney, B. *Milton H. Erickson: An American Healer* / Bradford Keeney. — 1999. — C. 44.
19. Kirsch, I. Suggestion interventions in hypnosis and psychotherapy: A review and theoretical integration / I. Kirsch, S. J. Lynn // *Journal of the American Society of Psychosomatic Dentistry and Medicine*. — 2014. — 61(3). — C. 219 — 240.
20. Kuué, E. *Le surréalisme au service de la révolution: Manifestes, tracts, proclamations* / E. Kuué — P. Belfond, 1952.

21. Lakoff, G. *Metaphors we live by* / G. Lakoff, M. Johnson — University of Chicago Press, 1980.
22. Lioffi, C., White, P., Hatira, P. *The Effect of Hypnosis on Anxiety in Patients With Cancer: A Meta-Analysis* / C. Lioffi, P. White, P. Hatira // *Journal of Clinical Psychology in Medical Settings*. — 2017. — 24(1). — C. 45 — 54.
23. Lorenzo, L. E. *The role of therapeutic writing in the treatment of depression* / L. E. Lorenzo, P. Petrovic, F. Mercado // *Journal of Affective Disorders*. — 2018. — 239. — C. 139 — 146.
24. Mallan, K. M. *The city of life: Using metaphor to enable children to talk about their social worlds* / K. M. Mallan // *Children's Literature in Education*. — 1999. — 30(2). — C. 95 — 107.
25. Milgram, S. *Behavioral study of obedience* / S. Milgram // *Journal of Abnormal and Social Psychology*. — 1963. — 67(4). — C. 371 — 378.
26. Milgram, S. *Obedience to Authority: An Experimental View* / S. Milgram. — New York: HarperCollins Publishers, 1974.
27. Pánek P. *Therapeutic fairy tales in the context of child psychotherapy* / P. Pánek, E. Hejzlarová // *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. — 2019. — T. 237. — C. 143–150.
28. Pennebaker, J. W. *The Secret Life of Pronouns: What Our Words Say About Us* / J. W. Pennebaker. — Bloomsbury Press, 2011.
29. Plutchik, R. *The emotions: Facts, theories, and a new model* / R. Plutchik // *American psychologist*. — 1991. — 46(8). — C. 819 — 834.
30. Rather, R. A. *Therapeutic writing as a tool for self-awareness and self-determination* / R. A. Rather // *Journal of Clinical Psychology*. — 2018. — 74(3). — 335 — 347.
31. Ray, L. E. *Motivational interviewing and motivational writing as strategies to increase adherence to a healthy eating and exercise program* / L. E. Ray // *Journal of Health Psychology*. — 2016. — 21(5). — 625 — 634.
32. Razavi, S. M. *The Effectiveness of Cognitive-Behavioral Therapy on Depression: A Meta-Analysis of Studies from 2000 to 2017* / S. M. Razavi, K.

- Ahmadi, A. Hasanpour-Dehkordi, H. Sanei // *Neuropsychopharmacology and Mental Health*. — 2017. — 13. — С. 28 — 33.
33. Riffaterre M. *Stylistic Context: A Framework for the Analysis of Literary Discourse* / M. Riffaterre ; ed. by S. Hunston, G. Thompson. — London : Routledge, 1994.
34. Rogers, C. *Client-centered therapy: Its current practice, implications and theory* / C. Rogers — Boston: Houghton Mifflin, 1951. — С. 159 — 160.
35. Rosenthal, M. Z. *Hypnosis and hypnotherapy*. In *The Corsini Encyclopedia of Psychology* / M. Z. Rosenthal. — John Wiley & Sons, Inc, 2017. — С. 1-3.
36. Rothschild, B. *Rhythmic Breathing. The Body Remembers: The Psychophysiology of Trauma and Trauma Treatment* / Rothschild Babette. — 2018. — С. 52 — 56.
37. Ryan R. *The efficacy of therapeutic stories in modifying children's attitudes, self-concept, and behavior* / R. Ryan // *A meta-analysis. Counseling Psychology Quarterly*. — 2008. — Т. 21, № 4. — С. 391–404.
38. Seligman, M. E. P. *Positive psychology progress: empirical validation of interventions* / M. E. P. Seligman, T. A. Steen, N. Park, C. Peterson // *American Psychologist*. — 2005. — 60(5). — С. 410 — 421.
39. Silverstein S. *The Giving Tree* [Электронный ресурс] / Shel Silverstein // [Walnutumc.org](https://walnutumc.org). — Режим доступа: <https://walnutumc.org/wp-content/uploads/2018/07/239064999-The-Giving-Tree.pdf> (дата звернения: 03.04.2023). — Назва з екрана.
40. Vicary, J. *Subliminal Perception: The Nature of a Controversy* / J. Vicary. — New York: McGraw-Hill, 1962.
41. Wang Q. *The effectiveness of therapeutic storytelling on improving children's mental health: A systematic review and meta-analysis* / Q. Wang, H. Du // *Journal of Child and Family Studies*. — 2015. — Т. 24, № 7. — С. 1948–1956.
42. Watson, D. *Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales* / D. Watson, L. A. Clark, A. Tellegen //

- Journal of Personality and Social Psychology. — 1988. — 54(6). — С. 1063 — 1070.
43. Wood, A. M. Positive psychological interventions: A review of their effectiveness and mechanisms of change / A. M. Wood, S. Molina // *Clinical Psychology Review*. — 2015. — 30(7). — С. 819 — 29.
44. Wundt, W. *Grundzüge der physiologischen Psychologie. Principles of Physiological Psychology* / W. Wundt — Leipzig, Germany: Engelmann, 1892.
45. Yарко, M. D. *Therapeutic metaphors: Helping others through the looking glass* / M. D. Yарко. — New York: Brunner-Routledge, 2003. — С. 16 — 18.
46. Zieg, G. C. *Therapeutic Text Techniques* / G. C. Zieg. — Routledge, 2015.
47. Бейсл, Дж. Використання метафор у терапії / Дж. Бейсл, М. Хантер. — Видавництво «Когіто-Центр», 2006. — С. 23 — 25.
48. Бель, Ж. Культурні аспекти метафоричного мислення. Як ми розуміємо метафори: Перспективи досліджень метафор / Ж. Бель, В. Ш. Ахмед, М. К. Ізар. — Нью-Йорк: Герберт Лендон, 1996. — С. 53 — 67.
49. Биржа копирайтинга Адвего [Електронний ресурс] // – биржа контенту №1. – Режим доступу: <https://advego.com> (дата звернення: 15.03.2023). – Назва з екрана.
50. Віннік Д. Терапевтична казка як засіб розвитку та корекції особистості / Д. Віннік. — Київ: Альтернативи, 2012.
51. Дроздовская, М. Л. Метафора в контексте психотерапії / М. Л. Дроздовская // *Социально-гуманитарные знания*. — 2011. — (6). — С. 78 — 84.
52. Зінкевич-Євстигнеєва Т. «Сказка про Медвежонка» для тех, у кого появился братик или сестричка - Сказкотерапия семейных отношений - Сказкотерапия детских проблем - Каталог статей - Мишуткина школа [Електронний ресурс] / Тетяна Зінкевич-Євстигнеєва // Мишуткина школа - Главная страница. – Режим доступу: http://мишуткина-школа.рф/publ/skaskoterapija_detskikh_problem/skaskoterapija_semejnykh_ot_noshenij/quot_skazka_pro_medvezhonka_quot_dlja_tekh_u_kogo_pojavilsja_b

- [ratik_ili_sestrichka/63-1-0-617](https://skazki.rustih.ru/kak-kengurenysh-stal-samostoyatelnym/) (дата звернення: 02.04.2023). — Назва з екрана.
53. Как Кенгуреныш стал самостоятельным [Електронний ресурс] // Сказки РуСтих. — Режим доступу: <https://skazki.rustih.ru/kak-kengurenysh-stal-samostoyatelnym/> (дата звернення: 28.04.2023). — Назва з екрана.
54. Калита А.А. Суггестивный потенциал ритмической системы прозаического текста / А.А. Калита // Когниция, коммуникация, дискурс. — 2015. — №11. — С. 29 — 44.
55. Коломієць, В. Ритм і метафора в психотерапії / В. Коломієць. — Київ: Центр учбової літератури, 2002. — С. 12 — 15.
56. Куликовська, В. Терапевтичні казки як засіб розвитку творчості дітей дошкільного віку / В. Куликовська // Науково-методичний журнал. Вихователь ХХІ століття. — 2015. — 10(32). — С. 36— 39.
57. Ленді, Г. Дж. Емоції та рішення / Г. Дж. Ленді — Москва: Когіто-Центр, 2008. — С. 67.
58. Лінден, К. Використання метафор в терапії. Ключові напрями в психотерапії / К. Лінден, В. Т. Дж. Морган. — Лондон: Sage Publications, 2006. — С. 67 — 82.
59. Наконечна, І. Інноваційні технології у психології та педагогіці: психотерапевтична метафора як засіб корекції психічного стану / І. Наконечна // Вісник Хмельницького національного університету. — 2016. — (6). — С. 221 — 224.
60. Отверченко, І. В. Секрет дидактичної «універсальної» казки : методичні рекомендації з казкотерапії / І. В. Отверченко. — Миколаїв : ОБЮ, 2017. — С. 23.
61. Павлов, І. П. Психологія та патологія зв'язків / І. П. Павлов — Москва: Державне видавництво, 1927.
62. Роджерс, К. Відкритість для зміни у психотерапії / К. Роджерс, У. Х. Лівітан, Д. Ш. Еванс. — Теорія і практика психотерапії, 1977. — С. 166 — 184.

63. Стрельцов, В. В. Метафора и психотерапия / В. В. Стрельцов // Сибирский психологический журнал. — 2012. — (43). — С. 156 — 159.
64. Ушинський К. Чотири бажання / К. Ушинський [Електронний ресурс] // Виховуємо та навчаємо дошкільників: сайт. — Електрон. текст. дані. — Режим доступу: <https://doshkilnyk.in.ua/chotyry-bazhannja-k-ushynskij/>. — Назва з екрана. — Дата публікації: 28.12.2013. — Дата перегляду: 07.04.2023.
65. Чалдині, Р. Вплив: наука про переконання та переконування / Р. Чалдині. - Москва: Манн, Іванов та Фербер, 2007. – С. 320.
66. Шкарупа, О. Розвиток креативності молодших школярів засобами терапевтичних казок / О. Шкарупа // Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В. О. Сухомлинського. Серія: Педагогічні науки. — 2018. — 2(1). — С. 89 — 93.
67. Юнг, К. Аналітична психологія / К. Юнг. — Москва: Наука, 1961