

Актуальні проблеми психології

УДК 159

І.В. Сингаївська

*кандидат психологічних наук, доцент,
директор ННІ психології,*

ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК»

К.О. Даренська

магістр за спеціальністю «Психологія»,

ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК»

Особенности терапевтической работы з посттравматическими проблемами методом сказкотерапии

У статті обґрунтовано актуальність сказкотерапії як методу діагностичного та корекційного вирішення психологічних проблем у контексті посттравматики. Узагальнено різні стилі сказкотерапії з вирішення проблем посттравматичного характеру. Надані авторські психокорекційні казки, які можуть бути використані для вирішення даної проблематики.

Ключові слова: *посттравматичний стрес, сказкотерапія, криза, стрес, діагностика, корекція, психологічна допомога.*

И.В. Сингаевская

*кандидат психологических наук, доцент,
директор УНИ психологии,*

ВУЗ «Университет экономики и права «КРОК»

К.А. Даренская

магистр по специальности «Психология»,

ВУЗ «Университет экономики и права «КРОК»

Обенности терапевтической работы с посттравматическими проблемами методом сказкотерапии

В статье обоснована актуальность сказкотерапии как метода диагностического и коррекционного решения психологических проблем в контексте посттравматики. Обобщено разные стили сказкотерапии по решению проблем посттравматического характера. Представлены авторские психокоррекционные сказки, которые могут быть использованы для решения данной проблематики.

Ключевые слова: *посттравматический стресс, сказкотерапия, кризис, стресс, диагностика, коррекция, психологическая помощь.*

I. Syngaivska
*PhD (Psychological sciences), Associate Professor,
Director of Academic and Scientific Institute of Psychology,
«KROK» University*

K. Darenska
*Master of Psychology,
«KROK» University*

The peculiarities of therapeutic work with post-traumatic problems by means of fairy tale therapy method application

The article under review substantiates the topicality of fairy tale therapy as a method of psychological problems diagnostic and correctional solution in the context of post-traumatism. Thus, it generalizes fairy tale therapy different styles as regards post-traumatic problems solution. The article offers uniquely designed psychocorrective fairy tales, which can be used for these issues solution.

Key words: *post-traumatic stress, fairy tale therapy, crisis, stress, diagnostics, correction, psychological aid.*

Постановка проблеми

Посттравматичний стрес змушує людину повернутися в попередній досвід певної події, яка виявилася занадто травматичною для її психіки. Це може бути як страх, так і відчуття провини, смутку, незахищеності, тривоги. Стрес може жити з людиною все життя, якщо його коріння знаходиться глибоко в дитинстві. А може з короткострокового перетворитися в тривалий травматичний період, коли всі думки і дії безпосередньо пов'язані зі спогадами стресової події. Усвідомлення того, що відбувається на даний момент, може бути розмитим або закритим для сприйняття людиною реальної ситуації на даний час. Людина в кризі потребує психологічної допомоги, підтримки, розуміння та надії стати знову психологічно здоровою.

Суть авторської психокорекційної казки полягає в тому, що вона є метафоричним «м'яким натяком» для несвідомого людини на знаходження ресурсу для виходу з травми. Відображення реальної ситуації, подолання проблеми і, нарешті, «зростання вгору» є потужною трансформацією людини до усвідомлення і прийняття проблеми, а також до розуміння і знаходження виходу з травмуючого стану.

Аналіз останніх досліджень і публікацій

Джерелами концепції казкотерапії стали роботи А. С. Виготського, Д. Б. Елькони́на, дослідження і досвід Б. Бетельхейма, терапія історіями

Р. Гарднера, роботи Е. Фромма, Е. Берна, ідеї К.-Г. Юнга і М.-Л. фон Франц, позитивна терапія притчами та історіями Н. Пезешкяна, дослідження дитячої субкультури М. Осоріна, роботи В. Проппа, ідеї Е. Романової, психотерапевтичні казки й ідеї А. Гнезділова, досвід А. Захарова, а також розробки Т. Д. Зінкевич-Євстигнєєвої.

Не вирішені раніше частини загальної проблеми

Аналіз наукової літератури показав, що є багато арт-терапевтичних методик для подання проблем посттравматичного характеру, але в науковій літературі, в тому числі психологічній, недостатньо практичного матеріалу, присвяченого подоланню посттравматичних проблем методом казкотерапії. На даному етапі констатуємо відсутність примірників авторських казок з цієї проблеми у науковому просторі.

Формулювання цілей статті

Цілі статті – здійснити психологічний аналіз алгоритму складання авторської казки. Відстежити, як казка впливає на несвідоме людини та відзеркалює його у реальному житті, а також є поштовхом для розв'язання психологічних проблем.

Виклад основного матеріалу

Казкотерапія – це метод психотерапії, призначений для корекції душевного стану як здорової людини, так і людини з психологічними проблемами.

Казкотерапія призначена для того, щоб людина змогла побачити в героєві казки своє відображення, прожити історію разом з ним і знайти вихід через свого «пораненого цілителя». Казкотерапія дозволяє досягти ефекту метаморфози, а також послати нашому несвідомому «чарівний лист», у котрий психолог може вплести екологічні навіювання, використовуючи м'які техніки НЛП.

Казкотерапія вже використовується в людській практиці з давніх-давен. Можна виділити чотири етапи в розвитку казкотерапії.

Перший етап казкотерапії – усна народна творчість. Її початок загублений у глибині століть, але процес усної творчості триває й донині. До народної творчості належать притчі, казки, байки, метафори, міфи, які завжди передавалися з покоління в покоління, несучи багатовікову мудрість народу.

Другий етап казкотерапії – збирання та дослідження казок і міфів. Їх дослідження в психологічному, глибинному аспекті пов'язане з іменами К.-Г. Юнга, М.-Л. фон Франц, Б. Бетельхейма, В. Проппа та інших. Варто зазначити, що і термінологія психоаналізу заснована на міфах, які несуть прихований сенс.

Третій етап – психотехнічний. Сучасні практичні підходи застосовують казку з метою психодіагностики і корекції особистості. Людина пише казку сама, дотримуючись певного алгоритму, після чого обговорює її з психологом. До таких казок можна віднести роботи казкотерапевта

Р. М. Ткач – «Казка про життя і смерть» та «Повернення душі» [6].

Четвертий етап – інтеграційний, в якому казка є оригінальним методом, що поєднує в собі різні психологічні погляди і методи в загальній гуманістичній парадигмі. У побудові терапевтичної казки можна використовувати метафоричні асоціативні карти (МАК), наприклад, МАК «Скрина з минулого», зміст яких складає художнє зображення травми. Людині іноді дуже важко озвучити проблему, яка мучить її роками, а показати – набагато легше. Дослідженню казок присвятили себе Т. Д. Зінкевич-Євстигнеєва, С. А. Черняєва, А. В. Гнєзділов та інші [1; 2; 3].

Віра в чудеса живе всередині нашої душі, як її потенційна здатність. Тому дуже важливо створити такі умови для психологічної та психотерапевтичної роботи, в яких ця здатність проявляється, посилюється і допомагає людині долати те, що заважає їй вирішити власну хронічну психологічну травму. Цей аспект став основним у створенні концепції казкотерапії. Бо казкотерапія – це процес перенесення казкових змістів у реальність, тобто усвідомлення взаємозв'язку сенсу казкової ситуації і казкових подій з реальним життям і поведінкою людини в реальних обставинах, об'єктивізація проблемних ситуацій [5].

Принципи казкотерапевтичної психодіагностики, корекції і розвитку близькі до принципів гуманістичної, позитивної терапії:

1) Під психодіагностикою за допомогою «казкових» прийомів розуміється проєктивна діагностика, що описує як цілісну картину особистості, так і окремі її проблемні й потенційні елементи.

2) Під казкотерапевтичною корекцією розуміється систематичне посилення потенціалу та творчих здібностей людини, за рахунок якого відбувається подолання проблемних елементів.

3) Казкотерапевтична корекція виключає директивну зміну негативних форм поведінки. Замість цього пропонується принцип «розширення спектру альтерна-

тивних реакцій». Тобто людині в казковій формі пропонується безліч моделей поведінки в різних ситуаціях і надається можливість програти, «прожити» якнайбільше цих моделей. Досвід показує, що чим більший у людини арсенал можливих рішень, моделей поведінки, тим краще вона адаптована до умов навколишнього світу і тим більше у неї ресурсу впоратися з травмою.

Останнім часом до методу казкотерапії тяжіє все більше фахівців: психологів, психотерапевтів, психіатрів, педагогів, вихователів, дефектологів.

Колективом Інституту казкотерапії отримані відомості про нові сфери застосування методу. Казкотерапію застосовують не лише у дитячих дошкільних установах і школах, а й у центрах реабілітації інвалідів, воїнів АТО, виправних установах (для «важких» підлітків), у вищих навчальних закладах. Унікальну казкотерапевтичну роботу з онкологічними хворими та іншими складними пацієнтами проводить Андрій Володимирович Гнезділов, який для терапевтичної мети створив домашній театр «Комтемук».

Казкотерапія тісно пов'язана з арттерапією (терапія мистецтвом) і ігровою терапією, з гештальт-терапією, психосинтезом, тілесною терапією, психоаналізом. Шляхи розвитку казкотерапії припускають включення кращих елементів різних психологічних розробок.

У казкотерапевтичному процесі на даний момент використовується п'ять видів казок:

- художні (авторські, народні);
- дидактичні (навчальні);
- психотерапевтичні (казки, притчі, біблійні історії);
- психокорекційні (казки, історії);
- медитативні.

Загальна схема корекційної роботи така:

1) Психолог-консультант чи психотерапевт слухає історію клієнта, звертаючи увагу на його настрій, характер, уподобання, ідеали, орієнтири, стосунки з близькими, з соціумом, спогади про дитинство та інше. Чим більше психолог дізнається

про клієнта, тим точніше він зможе асоціативно підібрати образ героя чи персонажа терапевтичної казки, який буде віддзеркалювати проблему клієнта.

2) Якщо казку пише сам клієнт, за заданим алгоритмом, то для психолога вона є діагностичною. Психолог може включитися в роботу, використовуючи психосоматичні коуч-питання для достовірності або спростування наявної гіпотези про характер травми.

3) У казці повинна спостерігатися динаміка подій, від знака «мінус» до знака «плюс», а також позитивний «хепі енд». Для закріплення ефекту, можна вплітати м'які позитивні навіювання.

4) Психолог повинен бути готовим до того, що клієнт поставиться до казки скептично, скаже: «Це не про мене», розплачеться, щиро здивується тощо, будь-яка реакція клієнта в цьому випадку є нормальною. Незважаючи на стійкий захист, несвідоме вловить сигнал, який так довго ігнорує.

5) Психолог повинен бути готовим до того, що може знадобитися серія казок, де автором може виступати клієнт. Казка буде носити проєктивний характер, де клієнт з радістю буде розповідати про головного героя, а в переносному сенсі про себе.

6) Проживаючи сюжет казки, усвідомлюючи труднощі героя, співпереживаючи йому, спостерігаючи динаміку проходження труднощів, знаходження ресурсу, прийняття підтримки і допомоги від інших, відчуваючи емоції полегшення в фіналі казки, клієнт сам «витає» себе з проблеми або знецінює її значущість.

7) «Хепі енд» – механізм поштовху для змін, проживання травматичної історії очима клієнта по-іншому. Якщо зміг герой казки, то чому не зможе клієнт.

Для закріплюючого ефекту казки можна доповнювати ритуалом або методикою, для того щоб включилися всі почуття людини: моторика, візуалізація тощо.

Казки конструюються відповідно до актуальної ситуації і подаються в межах різних прийомів: аналіз, розповідання, твір, переписування, малювання, поста-

новка казок в пісочниці, робота з картами і багато іншого [4; 7].

Приклад авторських терапевтичних казок (автор Даренська Крістіна):

Казка «Золота дівчинка» (запит – дитячі травми).

У давні могутні часи в центрі землі в невеликому місті жила-була незвичайна дівчинка, а саме золота. У неї були золоті кучері і золотиста шкіра, яка виблискувала на сонці.

Поки Золота дівчинка була маленькою, вона купалася у любові, увазі, але з часом вона стала розуміти, що не схожа на інших. Коли Золота дівчинка подорослішала і пішла в школу, ситуація не змінилася. Однокласники кривдили дівчинку, подружки швидко втрачали до неї інтерес, а іноді навіть використовували в корисливих цілях. Золота дівчинка була мудрою, відразу ж робила висновки і гордо перебувала на самоті. Батьки Золоту дівчинку не розуміли і не звертали на неї уваги.

Час минав, Золота Дівчинка дорослішала, і її життя було зовсім не солодким. Затяжна зима познайомила Золоту дівчинку з холодом і горем. Золота дівчинка спочатку звинувачувала себе у всіх негараздах, а з часом стала плисти за течією труднощів, нерозуміння, самотності й відсутності любові з боку матері.

У Золотій дівчинки почали з'являтися комплекси, страхи, їй почали снитися страшні сни. Розраду Золота дівчинка знаходила лише в своїх мріях, ними вона жила. Золота дівчинка завжди бережно ставилася до природи, любила тварин, і Всесвіт вирішив їй допомогти. Він звернувся до Золотої дівчинки і сказав, що вона вже досить доросла і може самостійно вирішити свої проблеми й складні життєві ситуації. Всесвіт подарував Золотій дівчинці Скриньку Пандори і сказав, щоб та наповнила її своїми бідами, переживанням, горем, болем, образами, страхами, комплексами. І коли Скринька Пандори буде наповнена, Всесвіт повернеться за нею.

Йшов час, і Золота Дівчинка старанно наповнювала скриньку дитячими образами, нічними кошмарами, безпричинними

страхами, невпевненістю в своїх силах, комплексами, нестерпним болем. І коли Скринька Пандори була наповнена, Золота дівчинка звернулася до Всесвіту, і той миттєво з'явився. Він закрив Скриньку Пандори і забрав її назавжди з собою. Всесвіт сказав, що тепер Золота дівчинка вільна від своїх страхів, і що він готовий виконати будь-яке її бажання. Золота дівчинка побажала бути такою ж, як і всі. Всесвіт подумав і відповів: «Добре, Золота дівчинка, ти будеш така ж, як і всі, але твоя душа залишиться золотою, з усіма її гарними якостями».

З тих пір Золота дівчинка давно подорослішала, змінилася, стала впевненою в собі, перестала відчувати безпричинний страх, навчилася довіряти собі, Всесвіту, у неї з'явилася внутрішня впевненість у своїх силах, впевненість у тому, що вона може допомогти іншим. Тепер вона пишається своєю особливістю і несхожістю з іншими, адже у неї є те, що для когось зовсім недоступно: мудрість і золота добра душа.

Казка «Балерина в ніжно-рожевих пуантах» (запит – панічні атаки).

В одному дуже милому місті Мюнхені на центральній вулиці на стіні театру красувалася яскрава афіша, де в проміннях прожекторів, на великій сцені, кружляла тендітна, але впевнена в собі балерина. Її ніжно-рожеві пуанти, немов нічні метелики, пурхали в напівтемряві.

У житті сюжет афіші виглядав дещо інакше. Балерина не була в собі впевнена, вона часто відчувала напади тривоги і кожен раз, коли виходила на сцену до глядачів, довго збиралася, налаштовувалася, турбувалася, але все ж робила свою роботу добре.

Сьогодні знову вивісили афішу нової прем'єри, й у балерини з'явилися нові страхи і дикі напади тривоги. Спочатку балерина налаштовувала своє дихання, щоб якось заспокоїтися, потім думала про щось приємне, потім знову і знову прокручувала в голові всі поради друзів, рідних, психотерапевта, але тривога й паніка не втікали. Балерина звикла жити в тако-

му режимі, переживати за все на світі: за прем'єру, за дітей, за чоловіка, за своє майбутнє. Їй потрібно було все контролювати, і тільки тоді вона трохи заспокоювалася.

Через постійний контроль її думки завжди були чимось зайняті, навіть у момент репетиції вона думала про все на світі. У неї була головна роль, і їй доводилося брати себе в руки, адже від неї залежав успіх прем'єри. На сцені заграла музика, з'явилося світло, потім густий дим, і вона – прима балерина. Сьогодні від її рухів у повітрі перехоплювало дух, у залі було чути щедри оплески. Вона навіть на мить забула про все на світі, але раптом опустилася завіса, і всі страхи, немов подаровані оплески, посипалися на неї зверху. Балерина біжить у гримерку, шукає заспокійливе, не знаходить його, намагається рівно дихати, але це їй не допомагає. Стрес зі смаком страху наростає, здається, що вона втратить зараз свідомість, і раптом її хтось бере за плече. Це була її подруга-режисер.

Вона обняла перелякану балерину, запитала, що з нею відбувається, вислухала і ніжним, впевненим голосом промовила: «Моя мила подруго, ти найталановитіша балерина, з якою мені доводилося працювати. Ти добра мама, вірна дружина. Ти щаслива людина, тобі потрібно тільки всього-на-всього навчитися довіряти світові, вірити в себе, не чекати від Всесвіту стусана. Ти повинна знати, що всього доброго, що у тебе є в житті, ти заслужила. І ніхто не може у тебе нічого забрати, тому що ти давно доросла, самостійна і впевнена в собі жінка».

Балерина посміхнулася, заспокоїлася, витерла мокрі блакитні очі, розпустила світле волосся, відчинила високі двері і зробила крок у тихе й спокійне життя, без страху і тривоги. В її серце було стільки любові та гармонії, що місця для паніки там просто не було!

З тих пір впевнена балерина з афіші в ніжно-рожевих пуантах зовсім схожа на балерину з реального життя. Вона спокійна, легка на підйом, їй багато в чому допомагає її сім'я. Контроль, страх і паніка залишилися в минулому, немов стара афі-

ша, поверх котрої наклеїли нову історію з барвистим сюжетом.

P.S .: Через наші травми народжується талант. Потрібно просто його не плутати зі страхом і тривогою, які немов туман ховають його від нашої душі.

Казка: «Квиток на потяг до Країни Мрій» (запит – посттравматичний стрес, депресія).

Ця історія, немов дежавю, спливає в моїй пам'яті. Вона є певним символом, який несе в собі цілюще світло крізь густу темряву.

В одному звичайнісінькому місті, на звичайнісінькій вулиці, в самому звичайному будинку жила-була незвичайна дівчина Аннабелла. З ранніх років їй довелося стати не тільки дорослою, але й самостійною. Аннабелла завжди прагнула до хорошого життя і старанно працювала над собою й своєю зовнішністю. Напевно тому подруги їй заздрили. В глибині душі Аннабелла була самотньою. Вона, що б то не було, вирішила стати щасливою – і їй це вдалося. Любов і безпеку подарував їй чоловік.

Одного разу в Аннабеллі прокинулася авантюристка, і вона купила квиток на потяг до Країни Мрій. І ось вона вже стоїть на пероні в медово-бежевому пальті й чекає свій потяг. Він прийшов вчасно, Аннабелла зробила крок у вагон і розташувалася на видному місці біля вікна. Потяг рушив. Проїхавши кілька миль, Аннабелла звернула увагу, що всі пасажири виглядали якось сумно, спантеличено. Вона подумала про те, що їй тут не комфортно, і навіть хотіла зійти, але потім передумала. Потяг рухався до Країни Мрій і робив заплановані зупинки.

На одній із зупинок, яка називалася «Мета», в поїзд сіла бабуся. Вона була якоюсь розгубленою, переляканою, здавалося, що вона ніби щось втратила. Аннабеллі захотілося її заспокоїти, вона підійшла до старенької, обняла її і стала розповідати про себе, про свою сім'ю, про свої плани, про своє хобі, про свою кудлату собаку, про красивий сад. І тоді бабуся заспокоїлася і навіть посміхнулася.

Раптом потяг знову зупинився, це була зупинка «Віра». В поїзд увійшла маленька дівчинка, вона плакала. Аннабелла запитала у дівчинки, чому та одна і чому вона плаче? Дівчинка відповіла, що загубилася і не знає, де її мама. Аннабелла взяла міцно дівчинку за руку, і вони пішли шукати маму дівчинки по вагонах. Ні на секунду Аннабелла не випускала руку дівчинки зі своєї руки і повторювала, що мама обов'язково знайдеться, потрібно тільки в це дуже-дуже вірити і дуже-дуже цього хотіти. Дівчинка витерла сльози, заспокоїлася і раптом побачила свою маму, яка теж її шукала. Аннабелла була щаслива за дівчинку.

Тільки Аннабелла сіла на своє місце, як у вагон на зупинці «Образ» зайшов похмурий чоловік, якому все навколо не подобалося. Аннабелла підійшла до чоловіка, дала йому повітряну кульку і сказала, що кожен раз, коли йому щось не сподобається, він може дмухнути в кульку. Це позбавить його і оточуючих від емоційної напруги. Через 10 хвилин чоловік підійшов до Аннабелли з надутою кулькою і сказав, що в ній немає більше місця для його невдоволення. Аннабелла взяла з рук чоловіка кульку і випустила її у вікно, потім дістала з сумочки нову повітряну кульку і вручила її похмурому чоловікові. Той не очікував такого повороту і посміхнувся. Він оцінив гумор Аннабелли.

Перед кінцевою зупинкою до Країни Мрій була ще одна зупинка, яка називалася «Підтримка». На цій зупинці у вагон зайшла молода пара, хлопець з дівчиною чомусь не розмовляли. Аннабелла запитала у дівчини, чому вона не розмовляє зі своїм хлопцем, на що та відповіла, що вона ображена на свого хлопця, бо він думає тільки про себе. Тоді Аннабелла запитала у хлопця, чому він не розмовляє зі своєю дівчиною, на що він відповів, що його дівчина егоїстка і зосереджена тільки на собі і своїх потребах. Наближалася кінцева зупинка, Аннабелла дістала зі своєї сумочки аркуші паперу й ручки і попросила хлопця написати на аркуші паперу якості, за які він полюбив свою дівчину, а дівчину по-

просила написати ті якості, за які вона любила свого хлопця. Потім вона обміняла листи з відповідями і вручила їх кожному. Від вмісту на аркуші паперу в очах молодій пари заблищали сльози і вони поцілувалися. Аннабелла видихнула, вона собою пишалася, вона стільки зробила, стільком допомогла, багато чого зрозуміла, багато переоцінила.

Після довгого відпочинку в Країні Мрій Аннабелла поверталася додому зовсім іншою людиною. У неї немов вирости крила за спиною. Вона знала, чого хоче, вона вірила в себе, вона була вільна від старих образ, від страху, від тривоги, від болю. Вона помолодшала на 10 років і зрозуміла, що шалено скучила за своїм коханим чоловіком. І поспішила до себе додому, в своє щасливе життя.

P.S. Іноді потяг може бути довжиною з життя й у кожного потяга свій маршрут, і чим раніше ми в ньому наведемо лад, тим швидше зрозуміємо, на якій зупинці нам виходити.

Підсумовуючи, можна сказати, що фахівець-казкотерапевт повинен бути добре підготовлений, щоб уміти писати різні види психологічних казок, уміти писати метафори під проблему клієнта, володіти майстерністю інтерпретації діагностичних казок, працювати з різними видами карток, відчувати клієнта, мати емпатичні здібності.

Висновки

Використовуючи різні прийоми казкотерапії, можна допомогти кожній людині прожити багато травмуючих ситуацій, з аналогами яких вона може зіткнутися в житті, і значно розширити її світосприйняття і способи взаємодії зі світом та іншими людьми.

Казка виступає засобом зустрічі її слухача чи читача з самим собою, бо метафора, що лежить в основі казки, є не тільки «чарівним дзеркалом» реального світу, але і його власного, прихованого, ще не усвідомленого внутрішнього світу.

Націленість казкотерапії на вирішення посттравматичної проблеми людини обумовлена сутністю казок, які забезпечують

контакт із самим собою і контакт з проблемою. Казкова метафора в силу притаманних їй особливих властивостей виявляється способом побудови розуміння себе, своєї проблеми, способом вирішення цієї проблеми. У казці відсутні прямо висловлені рекомендації щодо засвоєння необхідних моделей поведінки і реагування, нових

знань про себе. Терапія відбувається непомітно, м'яко для несвідомого.

Для подальшого дослідження проблеми використання терапевтичної казки в психологічному консультуванні з метою вирішення посттравматичних проблем ми плануємо здійснити експеримент, включивши до вибірки людей різної статі, віку, роду занять.

Література

1. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Путь к волшебству. Теория и практика сказкотерапии. – СПб.: Златоуст, 1998. – 352 с.
2. Защирина О. В. Сказка в гостях у психологии. Психологические техники: сказкотерапия. – М.: Гуманит. изд. ВЛАДОС, 2003. – 123 с.
3. Соколов Д. Ю. Сказки и сказкотерапия. – М.: Эксмо-пресс, 2005. – 224 с.
4. Кудзилов Д. Б., Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Психодиагностика через рисунок в сказкотерапии. – СПб.: Речь, 2003. – 146 с.
5. Чех Е. В. Я сегодня злюсь. Расскажи мне сказку. – СПб.: Речь, 2009. – 144 с.
6. Ткач Р. М. Сказкотерапия детских проблем. – СПб.: Речь, 2008. – 118 с.
7. Сингаївська І. В., Ткач В. В., Ткач Р. М. Методи юнґіанського аналізу в розв'язанні внутрішнього конфлікту особистості (на прикладі роботи з пошуком сенсу життя) / Правничий вісник Університету «КРОК». – К.: Вищий навчальний заклад «Університет економіки та права «КРОК». – Вип. 24. – 2016. – С. 229-234.