

SECTION 9. LANGUAGE AND COMMUNICATION MEDIA

DOI <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-664-5-1>

FAIRYTALE THERAPY AS A FORM OF RESISTANCE TO PSYCHOLOGICAL BURNOUT (ON THE EXAMPLE OF THE PROJECT "TALES OF THE WORLD: CULTURE OUT OF TIME" V.I. VERNADSKIY TAURIDA NATIONAL UNIVERSITY)

КАЗКОТЕРАПІЯ ЯК ФОРМА ПРОТИСТОЯННЯ ПСИХОЛОГІЧНОМУ ВИГОРАННЮ (НА ПРИКЛАДІ ПРОЄКТУ «КАЗКИ СВІТУ: КУЛЬТУРА ПОЗА ЧАСОМ» ТАВРІЙСЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ ІМЕНІ В. І. ВЕРНАДСЬКОГО)

Dosenko A. K.

*Candidate of Sciences in Social
Communications, Associate Professor,
Head of the Department of Journalism,
V.I. Vernadskiy Taurida
National University
Kyiv, Ukraine*

Досенко А. К.

*кандидат наук із соціальних
комунікацій, доцент,
завідувач кафедри журналістики,
Таврійський національний
університет імені В. І Вернадського
м. Київ, Україна*

Yuldasheva L. P.

*Candidate of Philological Sciences,
Associate Professor,
Associate Professor at the Department
of Slavic and Romance-Germanic
Philology,
V.I. Vernadskiy Taurida National
University
Kyiv, Ukraine*

Юлдашева Л. П.

*кандидат філологічних наук, доцент,
доцент кафедри слов'янської
та романо-германської філології,
Таврійський національний
університет імені В. І Вернадського
м. Київ, Україна*

У часи повномасштабного вторгнення виникає критична необхідність шукати внутрішню силу та можливість триматися за позитивне. Моральне виснаження – це стан коли немає бажання робити нічого, це стан який приводить до депресії, а часом і суїциду. За дослідженнями кампаїі Gradus (спираючись на пубікацію РБК-Україна)

91 % українською молоді відчувають високий або дуже високий рівень стресу. «Для порівняння, у Великій Британії про такий стан повідомили лише 27% респондентів, у Німеччині – 52%, а в інших європейських країнах – 42–48%» [4].

Тож, не дивним, що освітній осередок (університет або інша освітня установа) стають місцем де молоді люди шукають шляхи відновлення енергії, життєвої сили відволікаючись від реалій війни, занурившись в навчання, беруть участь у творчих проєктах чи практичних заходах тощо. Таврійський національний університет імені В.І. Вернадського не став винятком. На кафедрі журналістики, що належить до структурного підрозділу Навчально-наукового інституту філології та журналістики, викладачі разом із зацікавленими здобувачами почали розробляти та проваджувати проєкт «Казки світу: культура поза часом» під керівництвом завідувачки кафедри журналістики Анжеліки Досенко та доцентки кафедри слов'янської та романо-германської філології Юлдашевої Людмили націлений на психологічний баланс та віднаходження внутрішньої рівноваги через казкотерапію. «Казкотерапія – метод у психології, заснований на використанні образів і символів під час психологічного аналізу внутрішніх конфліктів і зовнішніх реакцій людини» [3, с. 144]. На думку Л. Магдисьок, Федоренко Р, Замелюк М. «...казкотерапія є найбільш інтегральним методом арт-терапії, природно включаючи практично всі інші напрямки – малюнок і живопис, роботу з маскою і гримом, драматизацію, музико-, бібліо-, лялько-, танцювально-рухову терапію тощо.» [2, с. 77]. Василевська О. зазначає : «Казкотерапія – виховна система, мета якої – передавання життєвого досвіду, спосіб взаємодії із внутрішнім «Я», терапія особливою казковою обставкою» [1, с.147].

Варто наголосити, що в галузі соціальних комунікацій цей метод теж знайшов свою нішу: адже саме цей метод сприяє моделюванню складних життєвих перепетій (наприклад внутрішня сила протистояння війні), допомагає вишукувати шляхи роз'язання внутрішніх конфліктів (яких у молоді зараз багато в силу вікового становлення та постійних стресів). Зайвим буде наголосувати на тому, що саме через стрес, залякування та агресивні наративи країна-агресор вербує молодь України для диверсій; наводить хібні наративи високого заробітку, безкарності (буцім-то в мережі нікого не знаходять і можна робити все що завгодно); вдаються до шантажу тощо. Тому дуже важливим є механізм напрацювання не тільки зовнішнього протистояння окупантам, але і внутрішньому. Тому проєкт «Казки світу: культура поза часом» має на меті не тільки поповнити внутрішній баланс під час роботи над казками, але й у контексті протистояння агресорові –

зміцнення національної ідентичності та культурного суверенітету через утвердження цінностей, культурну дипломатію та психологічну реабілітацію (за потреби).

Варто виокремити основні зони перетину взаємозв'язку між казкотерапією та соціальними комунікаціями:

По-перше, це розвиток навичок взаємодії, що для комунікаційника (журналіста). Саме під час зустрічей учасники проекту навчаються слухати і чути один одного обговорюючи сюжети, а це не тільки розвиває навички колективної взаємодії, але й виховує майбутнього журналіста як повноцінного члена команди, а не «самотнього вовка». По-друге, це шлях до соціалізації. Казки є інструментом передачі пам'яті і надважливих подій. Ми знаємо багато прикладів коли країна-агресор всілякими методами намагалась знищити українську усну народну творчість; знищила кобзарів які виступали унікальними носіями народної мудрості та історії тощо. Тому робота з контентом казок є в нашому проекті є важливою, адже наша задача допомогти здобувачам освіти адаптуватися до реальності не розгубивши моральних цінностей. По-третє, стимуляція до комунікативних активностей. Робота з казковими сюжетами допомагає журналістам розвивати навички грамотної побудови тексту, дотримання граматичних структур української мови (а це є проблема для покоління веб 2.0) і, звичайно, це розвиток зв'язного мовлення. По-четверте, формування емоційного інтелекту здобувачів вищої освіти. Казкотерапія допомагає аналізувати причинно-наслідкові зв'язки у сюжетах. Це сприяє посиленню навичок майбутнього журналіста у роботі з емоційним фоном – контроль та самовладання. Це, у майбутньому, сприятиме потужною базою для виконання професійного обов'язку журналіста. По-п'яте, побудова поведінкових стратегій майбутніх журналістів. Як треба поводитися, на чому варто акцентувати увагу тощо.

Доцільним є виокремлення трьох основних аспектів казкотерапії під час роботи з майбутніми журналістами:

– *Сторітелінг*. Як навичка у XXI столітті для майбутнього журналіста є незамінним, тому критично необхідно впроваджувати розвиток подібних умінь задіюючи творчі завдання на профільних дисциплінах, під час проходження практики та кафедральних проектах.

– *Творче самовираження*. Це дає змогу здобувачам вищої освіти проявляти себе: свої навички, бажання працювати з певними соціальними проблемами та темами.

– *Медійні формати та створення власних платформ*. Методи казкотерапії (наприклад робота над соціально-гострими питаннями, символіка, емоційний фон тощо) можуть бути адаптовані для створення якісного журналістського контенту : авторські матеріали, інтерв'ю,

огляд тощо, що будуть розмішені студентами на власній мікроплатформах, блогах, подкастах або інших варіантах;

– *Психологічна стійкість*. Робота з контентом казок допомагає знизити рівень стресу, розвивати емоційний інтелект (що є фундаментом для дотримання професійної етики у майбутньому), уміти працювати і тримати емоційний фон.

Отже, на сьогоднішній день у Таврійському національному університеті імені В.І.Вернаського проєкт казкотерапії може використовуватися не тільки як творчий проєкт, але й з урахуванням міждисциплінарних зв'язків, адже на кафедрі журналістики вивчаються методи впливу тексту на цільову аудиторію споживачів контенту. Зокрема це може бути використано як приклад для вивчення рівня впливу тексту на читача під час вивчення психології мас та комунікацій. Тут можуть бути задіяні такі освітні компоненти як «Медіапсихологія», «Вступ до фаху», «Комунікаційні технології», «Сторітелінг» тощо. Зокрема, психологічні аспекти соціальних комунікацій, комунікаційні технології, медіаграмотність, питання пропаганди у текстах медіа країни-агресора на тимчасово окупованих територіях України простежуються в працях мінімум двох викладачів кафедри – А. Досенко та Г. Юксель. Тому, впровадження творчого проєкту «Казки світу: культура поза часом» є можливим і навіть, вдалим.

Література:

1. Василевська, О. І. Казкотерапія у контексті здійснення психологічного супроводу в закладах освіти. *Актуальні питання сучасної психології* : збірник наукових праць / [за ред: Кузікової С. Б., Щербакової І. М.]. Суми : Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2, 2025. С. 200–205.

2. Магдисяк Л. І. Технології казкотерапії у практиці психологічного консультування дітей та дорослих : навч. посіб. / Людмила Іванівна Магдисяк, Раїса Петрівна Федоренко, Марія Іванівна Замелюк. Луцьк : Вежа-Друк, 2024. 216 с.

3. Шестопал І. А. Казкотерапія як ефективний метод роботи психотерапевта з дітьми. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія»* : науковий журнал. Острого : Вид-во НаУОА, січень 2020. № 10. С. 143–147.

4. Стрес як норма: 91% молоді в Україні перебуває на межі емоційного вигорання. РБК-Україна. URL: <https://www.rbc.ua/rus/news/stres-k-norma-91-molodi-ukrayini-perebuvaе-1770746465.html> – назва з екрану