

МІНІСТЕРСТВО КУЛЬТУРИ ТА ІНФОРМАЦІЙНОЇ ПОЛІТИКИ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ МИСТЕЦТВ
ІМЕНІ І. П. КОТЛЯРЕВСЬКОГО
КАФЕДРА МАЙСТЕРНОСТІ АКТОРА ТА РЕЖИСУРИ ДРАМАТИЧНОГО
ТЕАТРУ
**КАЗКОТЕРАПІЯ В УКРАЇНСЬКОМУ ТЕАТРАЛЬНОМУ МИСТЕЦТВІ
ВОЄННОЇ ДОБИ**

Кваліфікаційна робота на здобуття ОР «Магістр»
за спеціальністю 026 «Сценічне мистецтво»

Виконала:

Здобувачка вищої освіти

за ОПП Сценічне мистецтво

Ганна Дерев'янка

Науковий керівник: доктор філософії

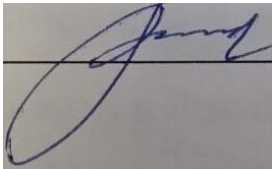
Стьопіна Алевтина Юріївна

Рецензент: доктор філософії

Кривошеєва Ольга Володимирівна

Допущено до захисту:

в.о. завідувача кафедри



ПЕТРЕНКО Л. В.

«9» грудня 2025 р.

Харків, 2025

ЗМІСТ

ВСТУП	РОЗДІЛ	1
8	ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ	
81.1.	Огляд джерельної бази та наукових підходів до вивчення казкотерапії	
81.2.	Теоретичні основи дитячого театру та психотерапевтичного впливу мистецтва	13
1.3.	Методи психологічної допомоги дітям засобами театру і казкотерапії	20
2	РОЗДІЛ	2
29	КАЗКОТЕРАПІЯ В УКРАЇНСЬКОМУ ТЕАТРАЛЬНОМУ МИСТЕЦТВІ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ	29
2.1.	Приклади театральних проєктів, спрямованих на підтримку дітей у воєнний час	29
2.2.	Особливості акторських технік і прийомів у дитячому театрі на тлі воєнного стану в Україні	35
3	РОЗДІЛ	3
46	ПРАКТИЧНА РОБОТА НАД КАЗКОЮ ДЖЕЙМСА МЕТЬЮ БАРРІ «ПІТЕР ПЕН»	47
3.1.	Обґрунтування вибору казки, інтерпретація образу Пітера Пена як символу захисту дитинства	47
3.2.	Опис тренінгів для дітей 6-11 років із використанням методів казкотерапії, творчих щоденників і театральних ігор	50
50	ВИСНОВКИ	
59	СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	

ВСТУП

Актуальність дослідження.

Актуальність теми дослідження зумовлена складною соціально-психологічною ситуацією в Україні, спричиненою повномасштабною військовою агресією. Діти, які переживають травматичний досвід війни, потребують ефективних методів психологічної підтримки та реабілітації. Казкотерапія як метод арттерапевтичної роботи набуває особливого значення в умовах воєнної дії, оскільки дозволяє дітям опрацьовувати складні емоції через символічні образи та метафори, зберігаючи при цьому необхідну психологічну дистанцію від травматичного досвіду.

Українське театральне мистецтво воєнної доби активно включає казкотерапевтичні практики у свою роботу, створюючи унікальні форми підтримки дітей через поєднання традиційних казкових наративів з сучасними терапевтичними підходами. Театральна форма додає до казкотерапії тілесний, колективний та естетичний виміри, що сприяє більш глибокій інтеграції травматичного досвіду. Однак комплексне наукове осмислення цього феномену залишається недостатнім, що визначає необхідність спеціального дослідження казкотерапії в контексті українського театального мистецтва воєнної доби.

Проблема використання казкотерапевтичних методів у театральній практиці під час війни охоплює кілька взаємопов'язаних аспектів. З одного боку, існує потреба в теоретичному обґрунтуванні специфіки казкотерапії як театального методу роботи з дітьми в умовах воєнного часу. З іншого боку, необхідно проаналізувати конкретні практики українських театральних колективів, які використовують казкотерапевтичні підходи для підтримки дітей, що пережили травматичний досвід війни. Третій аспект стосується виявлення терапевтичного потенціалу різних форм театального мистецтва, від документального театру до лялькової вистави, у контексті роботи з дитячою травмою.

Звернення до казкотерапії в театральному мистецтві відповідає глибокій потребі українського суспільства в культурних інструментах подолання колективної та індивідуальної травми. Казка як універсальна форма людського досвіду, що містить архетипні образи боротьби, перемоги та відновлення, виявляється особливо актуальною в ситуації воєнного конфлікту. Театральна інтерпретація казкових сюжетів створює можливість для символічного проживання складних емоцій, трансформації болю в творчість, страху в мужність.

Мета дослідження полягає у комплексному аналізі казкотерапії як методу психологічної підтримки дітей в українському театральному мистецтві воєнної доби, виявленні специфіки використання казкових наративів у театральній практиці та визначенні терапевтичного потенціалу різних форм театального мистецтва у роботі з дитячою травмою воєнного часу.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати теоретичні основи казкотерапії як методу психологічної роботи з дітьми та визначити її специфіку в умовах воєнного часу.
2. Дослідити історію та розвиток казкотерапевтичних практик в українському театральному мистецтві.
3. Виявити основні форми і методи використання казкотерапії в сучасному українському театрі воєнної доби.
4. Проаналізувати конкретні театральні проєкти, спрямовані на підтримку дітей через казкотерапевтичні практики.
5. Визначити психологічні механізми впливу театальної казкотерапії на дітей, які пережили травматичний досвід війни.
6. Узагальнити досвід використання різних театральних форм у казкотерапевтичній роботі з дітьми воєнного часу.

Об'єкт дослідження - казкотерапія як метод психологічної підтримки дітей в умовах воєнного часу.

Предмет дослідження - специфіка використання казкотерапевтичних методів в українському театральному мистецтві воєнної доби.

Методи дослідження. Визначаються специфікою теми та поставленими завданнями. У роботі використано комплекс методів, що дозволяють всебічно дослідити феномен казкотерапії в театральному мистецтві. Теоретичні методи включають аналіз наукової літератури з психології, педагогіки, театрознавства та культурології, синтез різних підходів до розуміння казкотерапії, систематизацію теоретичних положень про терапевтичний потенціал театального мистецтва. Емпіричні методи охоплюють аналіз конкретних театральних проєктів та вистав, що використовують казкотерапевтичні підходи, вивчення документальних матеріалів про театральні ініціативи воєнного часу, аналіз відгуків учасників та спостерігачів театральних проєктів. Компаративний метод застосовується для порівняння різних форм театальної казкотерапії, зіставлення українського досвіду з міжнародними практиками підтримки дітей у зонах конфлікту. Герменевтичний метод використовується для інтерпретації символічних значень казкових образів та їх трансформації в театральному контексті.

Теоретична значущість. Полягає у розширенні наукового розуміння казкотерапії як міждисциплінарного феномену, що поєднує психологічні, педагогічні та мистецькі аспекти. Дослідження вносить вклад у теорію арттерапії, обґрунтовуючи специфіку театальної форми казкотерапії та її переваги в роботі з дитячою травмою. Робота розвиває теоретичні уявлення про механізми психологічного впливу казкових наративів через театральне мистецтво, про роль архетипних образів у процесі психологічної реабілітації. Дослідження також сприяє розвитку театрознавства, визначаючи соціальну та терапевтичну функції театального мистецтва в умовах воєнного часу.

Практична значущість. Визначається можливістю використання його результатів у роботі психологів, педагогів, соціальних працівників та театральних практиків, які працюють з дітьми, що пережили травматичний досвід війни. Узагальнений досвід українських театральних проєктів може слугувати основою для створення нових програм психологічної підтримки дітей через театральне мистецтво. Результати дослідження можуть бути

використані при розробці методичних рекомендацій з організації казкотерапевтичних занять у театральній формі, при підготовці фахівців у галузі арттерапії та театральної педагогіки. Матеріали дослідження можуть застосовуватися в освітньому процесі при викладанні мистецьких дисциплін, арттерапії, театральної педагогіки.

Наукова новизна. Визначається тим, що вперше здійснено комплексний аналіз казкотерапії в українському театральному мистецтві воєнної доби як цілісного феномену. У роботі вперше систематизовано та узагальнено досвід українських театральних проєктів, що використовують казкотерапевтичні методи для підтримки дітей під час війни. Визначено специфічні особливості театральної форми казкотерапії порівняно з іншими арттерапевтичними практиками. Обґрунтовано терапевтичний потенціал різних театральних жанрів, від документального театру до лялькової вистави, у контексті роботи з дитячою травмою. Розкрито психологічні механізми впливу театральної казкотерапії на дітей через аналіз ролі архетипних образів, символічних наративів та колективного творчого процесу.

Гіпотеза дослідження полягає у припущенні, що казкотерапія в театральному мистецтві воєнної доби є ефективним методом психологічної підтримки дітей завдяки поєднанню кількох факторів. Театральна форма створює безпечний простір для виразу травматичного досвіду через символічні образи та метафори казки, що дозволяє дитині зберігати необхідну психологічну дистанцію. Тілесний вимір театральної дії сприяє більш повній інтеграції емоційного досвіду через залучення не лише розумової та емоційної, але й фізичної сфери. Колективний характер театального процесу створює спільноту підтримки та долає відчуття ізоляції. Архетипні образи казки надають універсальні моделі подолання труднощів, що особливо актуально в ситуації воєнного конфлікту. Естетичний вимір театального мистецтва трансформує біль у творчість, надаючи травматичному досвіду нового смислу та цінності.

Теоретичну базу дослідження складають праці вітчизняних та зарубіжних науковців у галузі психології, педагогіки, театрознавства та арттерапії. Психологічні основи дослідження спираються на роботи Т. Титаренко, О. Вознесенської, С. Кузікової про особливості переживання травм війни та технології відновлення психологічного здоров'я особистості. Теоретичне осмислення казкотерапії базується на працях Л. Магдисюк, М. Замелюк, Р. Федоренко, О. Василевські, І. Тимків, М. Мушкевич, О. Монке, які розкривають психологічні механізми казкотерапевтичного впливу та особливості використання казки в роботі з різними віковими категоріями.

Дослідження тривожності як психологічного феномену спирається на роботи Т. Іванової, Г. Гулько, О. Карпенко, Л. Вольнової, О. Козлюк. Аналіз театротерапевтичних практик базується на працях А. Вічного, В. Савінова, Т. Борисової, А. Тихомирової. Теоретичне обґрунтування використання арттерапевтичних методів у роботі з дітьми представлено в дослідженнях О. Пряничникової, О. Монке, О. Снар, Т. Чечко. Міжнародний контекст дослідження формують праці Н. Erickson, К. Gulliver, К. Killick, А. Abbing, R. Rogers про ефективність арттерапії та театрального мистецтва в психологічній підтримці різних категорій населення.

Структура роботи. Відповідає логіці дослідження та включає вступ, три розділи, висновки та список використаних джерел. У вступі обґрунтовано актуальність теми, визначено мету, завдання, об'єкт, предмет, методи дослідження, розкрито наукову новизну, теоретичну та практичну значущість роботи. Перший розділ присвячено теоретичним основам казкотерапії як методу психологічної роботи з дітьми в умовах воєнного часу. Другий розділ аналізує специфіку використання казкотерапії в українському театральному мистецтві воєнної доби. Третій розділ розглядає конкретні приклади театральних проєктів, спрямованих на підтримку дітей через казкотерапевтичні практики. У висновках узагальнено результати дослідження та окреслено перспективи подальших наукових розвідок.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ

1.1. Огляд джерельної бази та наукових підходів до вивчення казкотерапії

Сучасна психологічна наука демонструє стійкий інтерес до арттерапевтичних методів роботи з дітьми, серед яких казкотерапія посідає особливе місце як один із найдавніших та найприродніших способів передачі життєвого досвіду та психологічної підтримки. Аналіз наукової літератури свідчить про багатоаспектність дослідження казкотерапії як методу психологічної допомоги, що розглядається у контексті різноманітних теоретичних підходів та практичних застосувань.

Фундаментальні теоретичні основи казкотерапії закладені в працях вітчизняних науковців, які розглядають цей метод як ефективний інструмент психологічного консультування дітей та дорослих. Магдисюк, Федоренко та Замелюк у своєму навчальному посібнику комплексно висвітлюють можливості застосування казкотерапії в психологічному консультуванні, підкреслюючи її універсальність та адаптивність до різних вікових категорій [24, с. 15-18]. Дослідники наголошують на тому, що казка як терапевтичний інструмент дозволяє безпечно дистанціюватися від власних проблем, проєктуючи їх на казкових персонажів, що створює сприятливі умови для усвідомлення та опрацювання внутрішніх конфліктів.

Особливої уваги заслуговує дослідження Замелюк та Мілішука, які аналізують казкотерапію як психологічний метод у роботі з дітьми дошкільного віку [16, с. 41-43]. Автори обґрунтовують доцільність використання казкотерапії саме в дошкільному віці, коли образне мислення дитини є провідним, а казковий наратив виступає природною формою пізнання світу та самопізнання. Дослідники підкреслюють, що казкотерапевтичні роботи сприяють розвитку емоційного інтелекту,

формуванню адекватної самооцінки та розвитку комунікативних навичок у дошкільників.

Василевські розширює розуміння казкотерапії, досліджуючи її як засіб психологічної роботи з різними віковими категоріями [8, с. 1-3]. Науковець наголошує на універсальності методу, що може бути адаптований до специфічних потреб різних вікових груп – від дошкільників до дорослих. Автор систематизує основні напрями застосування казкотерапії, включаючи діагностичний, корекційний та розвивальний аспекти психологічної роботи. У спільній праці з Двореченко автор детально аналізує механізми терапевтичного впливу казки на психіку людини, описуючи процеси ідентифікації з казковими героями та катарсичного переживання [9, с. 24-31].

Тимків пропонує філософсько-освітню рефлексію казкотерапії, розглядаючи її у контексті філософії для дітей [34, с. 45-52]. Дослідниця аргументує, що казка не просто є терапевтичним інструментом, але й виступає засобом формування філософського мислення, здатності до рефлексії та критичного осмислення життєвих ситуацій. Автор підкреслює, що через казкові образи та сюжети діти знайомляться з екзистенційними питаннями буття, моралі, добра і зла, формуючи власну систему цінностей та життєвих орієнтирів.

Шестопал у своєму дослідженні обґрунтовує казкотерапію як ефективний метод роботи психотерапевта з дітьми, акцентуючи увагу на технічних аспектах застосування методу [36, с. 143-147]. Авторка систематизує основні техніки казкотерапії, включаючи аналіз улюбленої казки дитини, створення власних казок, драматизацію казкових сюжетів та малювання казкових персонажів. Дослідниця наголошує, що кожна з цих технік має специфічні показання та протипоказання, що потребує від спеціаліста глибокого розуміння психологічних механізмів дії казкотерапевтичних інтервенцій.

Мушкевич розглядає казкотерапію як метод психологічного супроводу сімей із проблемною дитиною [28, с. 205-220]. Авторка аргументує, що

казкотерапевтична робота повинна включати не лише дитину, але й батьків, оскільки трансформація внутрішньосімейних стосунків є необхідною умовою позитивних змін у стані дитини. Дослідниця описує специфічні казкотерапевтичні техніки для сімейної роботи, включаючи створення спільних сімейних казок, що дозволяє виявити приховані конфлікти та дисфункційні патерни взаємодії в родині.

Орленко та Цимбалюк зосереджуються на дослідженні особливостей формування комунікативних навичок у дітей за допомогою казкотерапії [29, с. 78-84]. Автори переконливо доводять, що казкотерапевтичні заняття створюють безпечний простір для розвитку різноманітних комунікативних умінь, включаючи вербальну та невербальну комунікацію, емпатію, активне слухання та здатність до діалогу. Дослідники підкреслюють, що через програвання казкових ситуацій діти опановують соціально прийнятні моделі поведінки та вчаться конструктивно вирішувати міжособистісні конфлікти.

Важливим напрямом досліджень є вивчення казкотерапії як чинника формування здорового способу життя дітей. Софія Потюк аналізує потенціал казкотерапії у вихованні здоров'язбережувальних компетентностей, демонструючи, як через казкові образи можна формувати у дітей розуміння важливості фізичного та психічного здоров'я [21, с. 156-159]. Авторка наголошує, що метафоричний характер казки дозволяє делікатно донести до дітей інформацію про здоровий спосіб життя, уникаючи моралізаторства та нав'язування.

Окремої уваги заслуговує дослідження Дем'яненка та Шавровської, присвячене взаємозв'язку казкотерапії та психічного розвитку дитини [12, с. 320-322]. Науковці аргументують, що систематичне застосування казкотерапевтичних методів сприяє гармонійному розвитку всіх психічних функцій дитини – пам'яті, уваги, мислення, уяви, емоційної сфери. Автори підкреслюють, що казка стимулює розвиток творчого мислення та креативності, що є особливо важливим у період дошкільного та молодшого шкільного віку.

Монке представляє інноваційний підхід до казкотерапії, інтегруючи її з методом *bodynamics* у підтримці дітей з підвищеною тривожністю [27, с. 7-29]. Дослідниця демонструє, як поєднання казкотерапевтичних технік з роботою з тілом посилює терапевтичний ефект, оскільки дозволяє опрацьовувати не лише когнітивний та емоційний, але й соматичний рівень тривожних проявів. Авторка детально описує специфічні техніки роботи, що включають тілесно-орієнтовані вправи на основі казкових сюжетів. У своїй книзі «Сім казок для дорослих і дітей» Монке пропонує авторські казкотерапевтичні тексти, що можуть використовуватися як у індивідуальній, так і в груповій роботі [26, с. 5-10].

Возніцька-Парузель досліджує мистецтво створення релаксаційних казок, що є специфічним напрямом казкотерапії, спрямованим на зниження психоемоційної напруги та формування навичок саморегуляції [5, с. 89-91]. Авторка підкреслює, що релаксаційні казки мають особливу структуру та ритміку, що сприяє заспокоєнню нервової системи та входженню у стан глибокої релаксації. Дослідниця наголошує на важливості врахування індивідуальних особливостей дитини при створенні релаксаційних казок.

Особливої актуальності набувають дослідження застосування казкотерапії в умовах військових дій в Україні. Літкевич, Палій та Тицька аналізують специфіку використання казкотерапії для дітей, які переживають травматичний досвід війни [19, с. 234-238]. Автори наголошують, що казкотерапія є безпечним методом опрацювання травматичних переживань, оскільки дозволяє дитині символічно виразити свій досвід через казкові образи та метафори. Дослідники підкреслюють необхідність спеціальної підготовки фахівців, які працюють з травмованими дітьми, оскільки невмілі терапевтичні інтервенції можуть призвести до ретравматизації.

Шевцова у своїй публікації розглядає практичні аспекти застосування казкотерапії як різновиду арт-терапії під час війни [20]. Авторка ділиться досвідом організації казкотерапевтичних груп для дітей та дорослих у воєнний час, підкреслюючи важливість створення безпечного терапевтичного

простору. Дослідниця наголошує, що казкотерапія допомагає не лише опрацювати травматичний досвід, але й відновити відчуття контролю над власним життям, що є критично важливим для подолання наслідків травми.

Аналіз закордонних досліджень також вносить важливий вклад у розуміння казкотерапії. Аббінг та колеги у своєму систематичному огляді досліджують ефективність арт-терапії, включаючи казкотерапію, для лікування тривожності у дорослих [37, с. 1-15]. Автори аналізують результати численних рандомізованих та нерандомізованих контрольованих досліджень, демонструючи статистично значущий позитивний вплив арттерапевтичних практик на зниження рівня тривожності. Дослідники підкреслюють, що арт-терапевтичні методи мають переваги порівняно з традиційною вербальною психотерапією, оскільки залучають правопівкульні процеси та дозволяють обійти раціональні захисти.

Роджерс у своїх працях, присвячених клієнт-центрованій терапії, закладає теоретичні основи для розуміння терапевтичних відносин, що є релевантним і для казкотерапевтичної практики [52, с. 45-67]. Автор наголошує на важливості безумовного позитивного прийняття, емпатії та конгруентності терапевта як необхідних умов для створення терапевтичного альянсу та забезпечення позитивних змін у клієнта. Ці принципи повною мірою застосовуються і в казкотерапевтичній роботі, де терапевт виступає не як експерт, що нав'язує готові рішення, але як фасилітатор процесу самопізнання та особистісного зростання клієнта.

Кетрін Кілік у своїй монографії досліджує арттерапію для психозів, що розширює розуміння можливостей арттерапевтичних методів навіть у роботі з важкими психічними розладами [45, с. 123-156]. Авторка демонструє, що творчий процес може бути терапевтичним навіть для клієнтів з порушеним контактом з реальністю, оскільки дозволяє виразити внутрішній досвід у символічній формі. Ці теоретичні положення є важливими для розуміння універсальності арттерапевтичних, зокрема казкотерапевтичних інтервенцій.

Таким чином, огляд наукової літератури свідчить про багатоаспектність дослідження казкотерапії як методу психологічної допомоги. Вітчизняні та закордонні науковці досліджують казкотерапію у контексті різних теоретичних підходів, аналізують її застосування для різних вікових категорій та при різноманітних психологічних проблемах. Особливої актуальності набуває вивчення можливостей казкотерапії у роботі з дітьми, які переживають наслідки травматичних подій, зокрема в умовах військових дій. Аналіз джерельної бази дозволяє констатувати, що казкотерапія є науково обґрунтованим та ефективним методом психологічної допомоги, що має потужний потенціал для подальшого дослідження та практичного застосування.

1.2. Теоретичні основи дитячого театру та психотерапевтичного впливу мистецтва

Театральне мистецтво здавна визнається потужним засобом виховання, розвитку та психологічної корекції особистості. Дитячий театр посідає особливе місце у системі арттерапевтичних методів, поєднуючи у собі елементи драматургії, акторської майстерності, музики, образотворчого мистецтва та літератури, що створює унікальний синтетичний вплив на психіку дитини. Теоретичне осмислення психотерапевтичного потенціалу театрального мистецтва вимагає звернення до фундаментальних праць з історії театру, психології творчості та арттерапії.

Брокетт та Хілді у своєму фундаментальному дослідженні історії театру простежують еволюцію театрального мистецтва від античності до сучасності, демонструючи, що театр завжди виконував не лише розважальну, але й терапевтичну та катарсичну функції [41, с. 45-78]. Автори наголошують, що вже в давньогрецькому театрі глядачі переживали катарсис – очищення через співпереживання долі трагічних героїв, що мало глибокий психотерапевтичний ефект. Дослідники підкреслюють, що театральне

видовище завжди було простором для проживання та опрацювання колективних та індивідуальних емоцій, страхів та конфліктів.

Борисова розглядає постановку дитячого театрального спектаклю як художньо-педагогічну проблему, підкреслюючи складність та багатоаспектність цього процесу [1, с. 15-20]. Авторка аргументує, що робота над театальною виставою з дітьми потребує не лише театральної, але й психолого-педагогічної компетентності керівника, оскільки необхідно враховувати вікові та індивідуальні особливості дітей-акторів. Дослідниця наголошує, що театральна діяльність сприяє розвитку емоційного інтелекту, комунікативних навичок, креативності та здатності до співпраці у дітей.

Еріксон, Вотсон та Бек у своєму експериментальному дослідженні вивчають соціальні та когнітивні ефекти відвідування школярами театральних вистав [47, с. 233-245]. Автори демонструють, що перегляд якісних театральних постановок статистично значущо покращує емпатію, здатність до перспективного прийняття та розуміння складних соціальних ситуацій у дітей. Дослідники підкреслюють, що театр як мистецтво живого виконання має переваги порівняно з кіно та телебаченням, оскільки створює особливу атмосферу співприсутності та спільного переживання.

Тихомирова досліджує театральне мистецтво як засіб збереження ментального здоров'я здобувачів вищої освіти [35, с. 112-119]. Авторка аргументує, що участь у театральній діяльності має потужний психопрофілактичний та психокорекційний потенціал, оскільки дозволяє особистості безпечно експериментувати з різними соціальними ролями, відпрацьовувати складні емоційні стани та розвивати рефлексивні здібності. Дослідниця наголошує, що театральна творчість сприяє формуванню стресостійкості, емоційної гнучкості та адаптивності, що є критично важливим для збереження психологічного благополуччя в умовах сучасності.

Вічний та Курляк розглядають театротерапію як метод ресоціалізації соціально дезадаптованої молоді на матеріалах польського досвіду [2, с. 112-156], [3, с. 15-135]. Автори демонструють, що театральна діяльність виступає

ефективним засобом соціальної інтеграції молодих людей з девіантною поведінкою, оскільки створює структурований, але водночас творчий простір для розвитку просоціальних навичок. Дослідники підкреслюють, що театральна група функціонує як терапевтична спільнота, де через спільну творчість відбувається трансформація деструктивних патернів поведінки та формування конструктивних способів взаємодії.

Савінов у своєму дослідженні аналізує зворотню сторону переваг театральних-драматичних засобів арттерапії, акцентуючи увагу на ризиках та обмеженнях методу [30, с. 40-48]. Автор наголошує, що театротерапія може бути непродуктивною для клієнтів з певними психологічними особливостями, зокрема з надмірною сором'язливістю, соціофобією або важкими травматичними переживаннями, пов'язаними з публічними виступами. Дослідник підкреслює необхідність ретельної діагностики перед застосуванням театротерапевтичних методів та готовності терапевта модифікувати інтервенції відповідно до індивідуальних потреб клієнта.

Савінов також досліджує плейбек-театр як технологію відновлення особистості, що переживає наслідки травматизації [33, с. 182-190]. Автор детально описує специфіку методу плейбек-театру, де глядачі діляться своїми особистими історіями, які актори імпровізаційно розігрують на сцені. Дослідник аргументує, що спостереження за театралізованим втіленням власної історії дозволяє людині побачити свій досвід з нової перспективи, що сприяє інтеграції травматичних переживань та відновленню почуття зв'язності наративу власного життя.

Вознесенська розглядає арттерапію спільнот як засіб подолання колективної травми, що є особливо актуальним у контексті військових дій [6, с. 18-23]. Авторка аргументує, що спільна творча діяльність, зокрема театральна, допомагає спільнотам, що пережили колективну травму, відновити соціальні зв'язки, спільні смисли та перспективу майбутнього. Дослідниця підкреслює, що театральні проєкти можуть виступати формою символічного опору та відновлення колективної ідентичності у травмованих.

Скнар аналізує виклики війни у контексті ідентичності та інструментів роботи психолога, розглядаючи тіло як ресурс [34, с. 89-100]. Авторка підкреслює, що в умовах війни травматичний досвід часто соматизується, тому тілесно-орієнтовані та арттерапевтичні методи, що працюють з тілом через рух та драматизацію, є особливо ефективними. Дослідниця наголошує на важливості інтеграції когнітивного, емоційного та соматичного рівнів у терапевтичній роботі з травмованими клієнтами.

Віллокс у своїй публікації описує американський досвід застосування арттерапії для лікування травм війни у дітей [4]. Авторка підкреслює, що арттерапевтичні методи є міжнародно визнаними ефективними інтервенціями для роботи з дитячою травмою, оскільки враховують специфіку дитячого сприйняття та переробки травматичного досвіду. Дослідниця наголошує на важливості адаптації терапевтичних методів до культурного контексту та індивідуальних особливостей дитини.

Титаренко розглядає технології відновлення психологічного здоров'я особистості в умовах війни з позиції комплексного підходу [36, с. 54-62]. Авторка аргументує, що ефективна психологічна допомога у кризових та травматичних ситуаціях повинна інтегрувати різноманітні методи та техніки, включаючи арттерапевтичні, когнітивно-поведінкові, тілесно-орієнтовані та наративні підходи. Дослідниця підкреслює, що казкотерапія та театротерапія є важливими складовими комплексної системи психологічної підтримки, оскільки дозволяють опрацьовувати травматичний досвід на символічному рівні.

Кузікова, Зливков та Лукомська досліджують вікові особливості переживання травм війни з позиції інтегративного підходу [23, с. 64-70]. Автори демонструють, що діти різних вікових груп по-різному сприймають та переробляють травматичний досвід, що вимагає індивідуального підходу до вибору терапевтичних методів. Дослідники наголошують, що для дошкільників та молодших школярів найбільш ефективними є

арттерапевтичні методи, що використовують гру, казку та драматизацію, оскільки відповідають віковим особливостям психічного розвитку.

Гончаровська розглядає ігрову терапію як засіб оптимізації дитячо-батьківських стосунків дітей з особливими потребами [10]. Авторка підкреслює, що театралізована гра створює унікальний простір для трансформації внутрішньосімейної динаміки, оскільки дозволяє батькам та дітям взаємодіяти у новий, більш конструктивний спосіб. Дослідниця наголошує на важливості включення батьків у терапевтичний процес, оскільки стійкі позитивні зміни можливі лише за умови трансформації всієї системи сімейних стосунків.

Чечко та колеги досліджують потреби батьків, які виховують дітей з інвалідністю у дошкільних навчальних закладах [42, с. 54-66]. Автори демонструють, що сім'ї дітей з особливими потребами потребують комплексної підтримки, що включає не лише медичну та соціальну допомогу, але й психологічний супровід. Дослідники підкреслюють, що арттерапевтичні методи, зокрема театральна діяльність, можуть бути ефективними як для дітей з особливими потребами, так і для їхніх батьків, оскільки сприяють зниженню стресу, підвищенню самооцінки та розвитку комунікативних навичок.

Галлівер у своєму магістерському дослідженні вивчає сприйняття батьками соціальної інклюзії дітей з синдромом Вільямса [48, с. 34-56]. Авторка демонструє, що участь у інклюзивних театральних проєктах сприяє соціальній інтеграції дітей з особливими потребами, оскільки створює можливості для природної взаємодії з однолітками у творчому контексті. Дослідниця наголошує на важливості створення інклюзивних арттерапевтичних просторів, де діти з різними можливостями можуть спільно творити.

Дуля, Лях та Веретенко досліджують проблеми та потреби сімей учасників антитерористичної операції [43, 44, 45, с. 220-230]. Автори демонструють, що сім'ї військовослужбовців переживають специфічний спектр стресорів, що вимагає адаптованих форм психологічної підтримки.

Дослідники підкреслюють, що арттерапевтичні методи, зокрема театральна діяльність та казкотерапія, є особливо ефективними для дітей військовослужбовців, оскільки дозволяють безпечно виразити складні та суперечливі почуття, пов'язані з відсутністю батька чи матері, страхом за їхнє життя та необхідністю адаптації до нової життєвої ситуації.

Кравченко та Кучер аналізують систему соціальних та реабілітаційних послуг у місцевій громаді в контексті трансформації системи соціальних послуг України [50, с. 145-167]. Автори підкреслюють, що психологічна підтримка засобами мистецтва, включаючи театротерапію та казкотерапію, повинна бути інтегрована у систему соціальних послуг на рівні територіальних громад. Дослідники наголошують на необхідності підготовки фахівців соціальної сфери до застосування арттерапевтичних методів у роботі з різними категоріями клієнтів.

Лях, Спіріна та Попова досліджують фактори ризику розвитку залежної від вживання психоактивних речовин поведінки у дітей та молоді [51, с. 284-294]. Автори аргументують, що профілактична робота повинна включати розвиток творчих здібностей та залучення до конструктивних форм дозвілля, зокрема театральної діяльності. Дослідники підкреслюють, що участь у театральних проєктах формує у підлітків почуття приналежності до позитивної групи однолітків, розвиває навички саморегуляції та надає альтернативні джерела задоволення та самореалізації.

Алексєєнко розглядає соціально-педагогічну підтримку дитини та її сім'ї у теоретико-методологічному аспекті професійної підготовки фахівців [39, с. 219-239]. Авторка наголошує, що сучасні соціальні педагоги та психологи повинні володіти широким репертуаром методів роботи, включаючи арттерапевтичні техніки. Дослідниця підкреслює, що театральне мистецтво та казкотерапія є доступними та ефективними інструментами, що не вимагають складного обладнання, але потребують спеціальної підготовки фахівця та розуміння психологічних механізмів терапевтичного впливу.

Лях та Файдюк здійснюють порівняльний аналіз соціальних послуг, що надаються жінкам-військовим та ветеранкам в Україні та за кордоном [49, с. 243-253]. Авторки демонструють, що комплексна реабілітація військовослужбовців повинна включати не лише медичну та соціально-економічну, але й психологічну підтримку з використанням сучасних арттерапевтичних методів. Дослідниці підкреслюють, що театротерапія може бути ефективним методом подолання посттравматичного стресового розладу та реінтеграції ветеранів у цивільне життя.

Теоретичний аналіз психотерапевтичного впливу мистецтва дозволяє виокремити кілька ключових механізмів, що зумовлюють ефективність театральних та казкотерапевтичних впливів. По-перше, це механізм катарсису – емоційного очищення через співпереживання та проживання інтенсивних емоцій у безпечному символічному просторі театральної дії чи казкового наративу. По-друге, механізм ідентифікації та дистанціювання, що дозволяє особистості одночасно ототожнювати себе з персонажем і зберігати психологічну дистанцію, що робить можливим усвідомлення та переосмислення власного досвіду. По-третє, механізм соціального навчання через спостереження та імітацію моделей поведінки, представлених у театральній виставі чи казковому сюжеті. По-четверте, механізм символізації, що дозволяє виразити невимовний травматичний досвід через художні образи та метафори.

Театральне мистецтво також реалізує важливу функцію соціалізації, оскільки театральна діяльність завжди є колективною творчістю, що вимагає координації зусиль, взаємної підтримки та здатності до компромісу. Участь у театральній постановці формує у дітей навички командної роботи, емпатію, здатність враховувати перспективи інших людей та брати на себе відповідальність за спільний результат. Ці соціальні компетентності є критично важливими для успішної адаптації дитини у суспільстві та формування конструктивних міжособистісних стосунків.

Особливого значення набуває розуміння специфіки дитячого сприйняття театрального мистецтва. Діти не є пасивними спостерігачами театральної дії – вони активно співпереживають персонажам, емоційно реагують на сюжетні повороти, часто намагаються втрутитися у дію та вплинути на хід подій. Ця емоційна включеність та ідентифікація з персонажами створює унікальні можливості для психотерапевтичного впливу, оскільки діти через театральні образи опрацьовують власні страхи, конфлікти та життєві завдання.

Інтеграція театральних методів та казкотерапії створює спільний ефект, посилюючи терапевтичний потенціал обох підходів. Драматизація казкових сюжетів дозволяє дитині не просто слухати чи розповідати казку, але тілесно втілити казкові образи, що активізує додаткові канали переробки психологічного матеріалу. Тілесне проживання казкового сюжету через театральну дію сприяє глибшій інтеграції терапевтичного досвіду та формуванню нових, більш адаптивних патернів поведінки.

Таким чином, теоретичний аналіз дитячого театру та психотерапевтичного впливу мистецтва демонструє багатовимірність та складність цих феноменів. Театральне мистецтво поєднує у собі естетичний, педагогічний та терапевтичний потенціал, створюючи унікальні можливості для гармонійного розвитку особистості дитини. Розуміння психологічних механізмів впливу театру та казки є необхідною основою для ефективного застосування цих методів у психологічній практиці.

1.3. Методи психологічної допомоги дітям засобами театру і казкотерапії

Застосування театральних та казкотерапевтичних методів у роботі з дітьми передбачає використання різноманітних технік та прийомів, що забезпечують реалізацію терапевтичного, виховного та комунікативного ефектів. Системний аналіз цих методів дозволяє виокремити специфічні

механізми їхнього впливу на різні аспекти психічного розвитку дитини та виділити оптимальні умови їх застосування.

Терапевтичний ефект казкотерапії та театральних методів реалізується через кілька взаємопов'язаних механізмів. Монке та Сьєбова детально аналізують інтеграцію засобів артпедагогіки у подоланні тривожності дітей дошкільного віку [25, с. 53-58]. Авторки демонструють, що систематичне застосування казкотерапевтичних та театральних технік статистично значущо знижує рівень тривожності у дошкільників, що підтверджується результатами психодіагностичних обстежень. Дослідниці підкреслюють, що терапевтичний ефект досягається завдяки можливості символічного виразу та опрацювання тривожних переживань через казкові образи та театральну гру.

Іванова розглядає тривогу як психологічний феномен, аналізуючи її природу, функції та механізми формування [17, с. 72-78]. Авторка наголошує, що тривога є нормальною емоційною реакцією на невизначеність та потенційну загрозу, однак надмірна або хронічна тривога може призводити до дезадаптації та порушень психічного розвитку. Дослідниця підкреслює, що арттерапевтичні методи, зокрема казкотерапія, є ефективними у роботі з дитячою тривожністю, оскільки дозволяють опрацювати тривожні переживання у безпечній, ігровій формі.

Карпенко та Ревть досліджують особливості тривожності дітей дошкільного віку у теоретичному аспекті [18, с. 36-41]. Автори систематизують основні чинники формування дитячої тривожності, включаючи особливості темпераменту, специфіку дитячо-батьківських стосунків, травматичний досвід та соціальні стресори. Дослідники наголошують на важливості ранньої психопрофілактики та психокорекції тривожності, оскільки несвоєчасне втручання може призвести до формування стійких тривожних розладів.

Козлюк та Руденко аналізують особливості розвитку тривожності дошкільників у системі дитячо-батьківських взаємин [22, с. 131-145]. Автори демонструють, що стиль батьківського виховання є одним із ключових

чинників формування тривожності у дітей. Дослідники підкреслюють, що надмірна критичність, непослідовність вимог, емоційна холодність або, навпаки, гіперопіка з боку батьків сприяють розвитку тривожних рис особистості. Автори наголошують на необхідності включення батьків у терапевтичний процес та трансформації дисфункційних патернів сімейної взаємодії.

Вольнова та Дьоміна досліджують чинники виникнення та посилення проявів тривоги у дітей дошкільного віку [7, с. 32-45]. Авторки виокремлюють біологічні, психологічні та соціальні фактори, що детермінують розвиток тривожності. Дослідниці підкреслюють, що в умовах воєнних дій в Україні діти переживають підвищений рівень стресу та тривоги, що вимагає активної психологічної підтримки з використанням адаптованих до ситуації методів.

Гулько у своєму дисертаційному дослідженні аналізує психологічні чинники актуалізації особистісних властивостей тривожного спектру в ситуації досягнення [11]. Авторка демонструє, що тривожність може як стимулювати, так і блокувати досягнення, залежно від її рівня та індивідуальних способів подолання стресу особистості. Дослідниця наголошує, що робота з тривожністю повинна спрямовуватися не на повне її усунення, а на формування конструктивних способів її регуляції та використання як мотиваційного ресурсу.

Діалог з елементами тренінгу «Війна... Дитинство триває», організований Конотопським дошкільним навчальним закладом, представляє практичний досвід застосування казкотерапевтичних та тренінгових методів у роботі з дітьми в умовах війни [13]. Методичні розробки демонструють, що поєднання казкотерапії з тренінговими вправами дозволяє дітям виразити складні емоції, пов'язані з війною, навчитися техніками саморегуляції та відновити почуття безпеки та контролю.

Публікація на платформі Timmi.Club, присвячена емоційній напрузі в дитини, пропонує практичні рекомендації щодо розпізнавання ознак емоційної напруги та способів її зниження засобами арттерапії [14]. Автори

наголошують, що батьки та педагоги повинні бути уважними до невербальних проявів емоційного дискомфорту у дітей та своєчасно надавати підтримку, зокрема через казкотерапевтичні методи.

Матеріали Масарикова університету (Чехія), присвячені емоціям, пов'язаним з війною, та способам допомоги дітям, систематизують основні рекомендації щодо психологічної підтримки дітей у воєнний час [15]. Автори підкреслюють, що казкотерапія є одним із найбезпечніших та найефективніших методів роботи з дитячою травмою, оскільки дозволяє опрацьовувати важкий досвід у символічній формі, без необхідності прямого вербального обговорення травматичних подій.

Виховний ефект казкотерапії та театральних методів полягає у формуванні ціннісних орієнтацій, моральних установок та соціальних компетентностей. Казкові сюжети завжди містять моральний урок, демонструючи наслідки різних типів поведінки та пропонуючи етичні орієнтири. Однак на відміну від прямої моралізації, казка надає дитині можливість самостійно дійти висновків про правильність чи помилковість дій персонажів, що сприяє усвідомленому прийняттю моральних норм.

Борисова підкреслює, що постановка дитячого театального спектаклю є потужним виховним засобом, оскільки вимагає від дітей відповідальності, дисципліни, здатності до співпраці та взаємопідтримки [1, с. 18-20]. Дослідниця наголошує, що процес репетицій та підготовки до вистави не менш важливий, ніж сама вистава, оскільки саме в цьому процесі діти набувають цінних соціальних навичок та формують позитивні особистісні якості.

Потюк демонструє, що казкотерапія може бути ефективним чинником формування здорового способу життя дітей [21, с. 156-159]. Авторка аргументує, що через казкові сюжети можна транслювати цінності здорового харчування, фізичної активності, дотримання режиму дня та гігієнічних норм. Дослідниця підкреслює, що казкова форма робить засвоєння здоров'язбережувальних знань та навичок природним та приємним для дитини процесом.

Комунікативний ефект казкотерапії та театральних методів реалізується через розвиток різноманітних аспектів комунікативної компетентності дитини. Орленко та Цимбалюк детально аналізують особливості формування комунікативних навичок у дітей за допомогою казкотерапії [29, с. 78-84]. Авторки демонструють, що казкотерапевтичні заняття створюють численні можливості для розвитку як вербальної, так і невербальної комунікації. Діти вчаться слухати та розуміти інших, висловлювати власні думки та почуття, аргументувати свою позицію, вести діалог та досягати компромісу.

Театральна діяльність передбачає постійну комунікацію між учасниками – від обговорення концепції вистави до координації дій під час виконання. Діти вчаться розуміти невербальні сигнали, налаштовуватися на партнера, синхронізувати свої дії з діями інших акторів. Ці навички є важливими не лише для театральної діяльності, але й для успішної соціальної взаємодії в цілому.

Василевські та Двореченко підкреслюють, що казкотерапія сприяє розвитку емпатії – здатності розуміти та співпереживати емоціям інших людей [9, с. 27-31]. Дослідники аргументують, що через ідентифікацію з казковими персонажами діти вчаться дивитися на ситуацію з різних перспектив, що є основою для розвитку емпатичного розуміння. Автори наголошують, що емпатія є критично важливою для формування просоціальної поведінки та конструктивних міжособистісних стосунків.

Специфічні методи та техніки казкотерапії включають різноманітні підходи до роботи з казковим матеріалом. Магдисюк, Федоренко та Замелюк систематизують основні казкотерапевтичні техніки, що можуть застосовуватися у роботі з дітьми [24, с. 45-89]. Серед них автори виокремлюють аналіз казки, розповідання казки, переказування казки зі зміною деталей, створення власної казки, малювання казкових персонажів та сюжетів, драматизацію казки, виготовлення ляльок та декорацій для казкової вистави.

Аналіз казки передбачає обговорення з дитиною казкового сюжету, мотивів та вчинків персонажів, причинно-наслідкових зв'язків між подіями. Психолог може ставити запитання типу: «Чому головний герой вчинив саме так?», «Що він при цьому відчував?», «Як би ти вчинив на його місці?», «Що могло б статися, якби він вибрав інший шлях?». Такий аналіз сприяє розвитку критичного мислення, здатності до рефлексії та усвідомлення альтернативних варіантів поведінки.

Створення власної казки є особливо цінною діагностичною та терапевтичною технікою. Шестопал підкреслює, що авторська казка дитини завжди містить проекцію її внутрішнього світу, актуальних переживань, страхів та бажань [36, с. 145-147]. Аналіз структури казки, характеристик персонажів, способів вирішення конфліктів дозволяє отримати цінну інформацію про психологічний стан дитини та її спосіб реагування на проблеми. Водночас процес створення казки сам по собі має терапевтичний ефект, оскільки дозволяє символічно виразити та опрацювати складні переживання.

Драматизація казки поєднує казкотерапію з театральними методами, створюючи терапевтичний ефект співпраці. Мушкевич підкреслює, що програвання казкових ситуацій дозволяє дитині не просто інтелектуально зрозуміти, а тілесно пережити різні варіанти поведінки та їхні наслідки [28, с. 210-215]. Дослідниця наголошує, що важливо надавати дитині можливість програти роль не лише позитивного героя, але й негативного персонажа, що дозволяє інтегрувати відкинуті аспекти власної особистості.

Релаксаційні казки, про які пише Возніцька-Парузель, є специфічним жанром казкотерапії, спрямованим на зниження психофізіологічного збудження та формування навичок саморегуляції [5, с. 89-91]. Авторка детально описує структуру релаксаційної казки, що включає поступове сповільнення темпу оповіді, використання повторюваних ритмічних елементів, опис приємних сенсорних відчуттів та безпечного, затишного

простору. Дослідниця підкреслює, що релаксаційні казки особливо ефективні для роботи з тривожними дітьми та для підготовки до сну.

Монке пропонує інтеграцію казкотерапії з методом *bodynamics*, що дозволяє одночасно працювати з психологічним та соматичним рівнями тривожності [27, с. 15-29]. Авторка описує специфічні вправи, що поєднують казковий наратив з тілесними практиками – диханням, рухом, м'язовою релаксацією. Дослідниця демонструє, що така інтеграція посилює терапевтичний ефект, оскільки тривога завжди має тілесні прояви, і робота лише на когнітивному рівні може бути недостатньою.

Театротерапевтичні методи включають різноманітні форми та техніки роботи. Савінов детально описує метод плейбек-театру, що може застосовуватися як з дорослими, так і з підлітками [31, с. 182-190]. Автор підкреслює, що спостереження за театральним втіленням власної історії створює унікальну можливість для нової перспективи на власний досвід, що є ключовим механізмом терапевтичних змін.

Вічний та Курляк демонструють ефективність театротерапії у роботі з соціально дезадаптованою молоддю [2], [3]. Дослідники підкреслюють, що театральна група функціонує як терапевтична спільнота, де через спільну творчість відбувається трансформація деструктивних патернів поведінки. Автори наголошують на важливості створення атмосфери безумовного прийняття та психологічної безпеки у театральній групі.

Тихомирова аргументує, що театральне мистецтво є ефективним засобом збереження ментального здоров'я, оскільки надає можливості для творчого самовираження, соціальної взаємодії та переживання позитивних емоцій [33, с. 115-119]. Дослідниця підкреслює, що регулярна участь у театральній діяльності формує стресостійкість та емоційну гнучкість, що є важливими факторами психологічного благополуччя.

Особливої уваги заслуговує застосування казкотерапії та театральних методів у роботі з травмованими дітьми. Літкевич, Палій та Тицька аналізують специфіку казкотерапії для дітей в умовах військових дій в Україні [19, с. 234-

238]. Автори підкреслюють, що робота з травмованими дітьми вимагає особливої обережності та професійної компетентності, оскільки некваліфіковані інтервенції можуть призвести до ретравматизації. Дослідники наголошують на важливості поступовості у роботі з травматичним матеріалом та обов'язкової фази стабілізації перед безпосереднім опрацюванням травми.

Вознесенська розглядає арттерапію спільнот як засіб подолання колективної травми, що є актуальним у контексті воєнних дій [6, с. 18-23]. Авторка аргументує, що спільні театральні проєкти можуть бути ефективним засобом відновлення соціальних зв'язків та колективної ідентичності у травмованих спільнотах. Дослідниця підкреслює, що творчість може виступати формою символічного опору та джерелом надії на майбутнє.

Скнар аналізує виклики війни у контексті роботи психолога, підкреслюючи важливість тілесно-орієнтованих підходів [32, с. 92-100]. Авторка наголошує, що травматичний досвід часто соматизується, тому методи, що працюють з тілом через рух та драматизацію, є особливо ефективними. Дослідниця підкреслює необхідність інтеграції різних терапевтичних технік для комплексної роботи з травмою.

Титаренко представляє комплексний підхід до технологій відновлення психологічного здоров'я особистості в умовах війни [35, с. 54-62]. Авторка аргументує, що ефективна психологічна допомога повинна інтегрувати когнітивні, емоційні, поведінкові та тілесні методи допомоги. Дослідниця підкреслює, що казкотерапія та театральні методи є важливими компонентами комплексної системи психологічної підтримки.

Таким чином, методи психологічної допомоги дітям засобами театру і казкотерапії характеризуються багатоаспектністю та комплексністю впливу. Терапевтичний ефект реалізується через символічне опрацювання внутрішніх конфліктів, зниження тривожності та відновлення емоційної рівноваги. Виховний ефект полягає у формуванні моральних цінностей, соціальних компетентностей та здоров'язберезувальних установок. Комунікативний ефект проявляється у розвитку різноманітних аспектів комунікативної

компетентності, включаючи вербальну та невербальну комунікацію, емпатію та здатність до конструктивної взаємодії. Інтеграція казкотерапії та театральних методів створює спільний ефект, посилюючи терапевтичний потенціал обох підходів та створюючи оптимальні умови для гармонійного розвитку особистості дитини.

РОЗДІЛ 2

КАЗКОТЕРАПІЯ В УКРАЇНСЬКОМУ ТЕАТРАЛЬНОМУ МИСТЕЦТВІ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

2.1. Приклади театральних проєктів, спрямованих на підтримку дітей у воєнний час

Численні проєкти в Україні та за її межами демонструють, як сценічне мистецтво стає потужним інструментом психологічної реабілітації, соціальної адаптації та творчої трансформації болісних переживань через казкові наративи та символічні образи.

Вистава "Бо це мій дім", створена харківським дитячим театром "Каламбур" під керівництвом режисерів Світлани Гончарової та Марії Іванової представляє унікальний приклад поєднання документального театру з терапевтичною функцією. Цей проєкт побудований на методології документального театру, коли на сцені оживають справжні, не вигадані історії. В основі сюжету лежать реальні історії українських дітей, які пережили війну на власному досвіді. Унікальність цього підходу полягає в тому, що діти стають активними учасниками творчого процесу, які мають змогу через театральну форму проговорити, осмислити та трансформувати свій травматичний досвід.

Вистава виконує подвійну функцію. З одного боку, вона дає дітям-учасникам можливість через творчість виразити власні емоції, тривогу та переживання, використовуючи театральну метафору як захисний механізм, що дозволяє дистанціюватися від болю. З іншого боку, проєкт підвищує рівень емпатії у суспільстві до досвіду дітей-свідків війни. Глядачі отримують рідкісну можливість побачити війну очима дітей, почути їхні голоси та зрозуміти глибину впливу конфлікту на дитячу психіку. Театральна форма створює безпечний простір, де найстрашніші переживання можуть бути

виражені через художні образи, що наближає цей метод до принципів казкотерапії, де символічний рівень допомагає опрацьовувати реальні травми.

Проект "Озимі", ініційований Музеєм дитинства війни в Україні, демонструє схожий підхід до використання театрального мистецтва як інструменту психологічної підтримки. Цей молодіжний театральний проєкт об'єднав підлітків та молодь із різних регіонів країни, включаючи Краматорськ, Київ, Луцьк та інші міста, для створення спільної документальної вистави про їх життя під час війни. Протягом кількох місяців учасники працювали з режисерами проєкту Поєтrem Армяновським та Андрієм Мая, з професійними менторами, відвідували репетиції та зрештою представили прем'єру у столиці. Принципова відмінність цього проєкту полягає в його фокусі на молодіжній аудиторії, яка часто залишається поза увагою програм підтримки, орієнтованих або на маленьких дітей, або на дорослих.

Підлітки мають специфічні потреби та особливості переживання травми. "Озимі" створює для них безпечний простір, де вони можуть власне промовити про свої страхи, втрати та зміни в житті. Проєкт демонструє, як молоді люди можуть виступати не лише як пасивні отримувачі допомоги, а як активні творці, які здатні самостійно осмислювати та виражати свій досвід, сприяючи власній соціальній та психологічній адаптації. Театральна творчість у цьому контексті стає формою автотерапії, де процес створення вистави має не менше значення, ніж сам кінцевий результат. Учасники через репетиції, імпрровізації та сценічні вправи поступово виробляють нові способи розуміння власного досвіду, знаходять метафори для виразу невимовного та вибудовують нові смисли.

За межами України цікавий приклад представляє українсько-словацький театральний хаб у місті Кежмарок у Словаччині. Цей проєкт, підтриманий Управлінням Верховного комісара ООН у справах біженців, використовує ляльковий театр як інструмент підтримки українських дітей-біженців. Діти, які опинилися в чужій країні, часто відчують подвійну травму. З одного

боку, вони несуть у собі спогади про війну, а з іншого боку переживають складний процес адаптації до нового середовища, мови та культури. Ляльковий театр у цьому контексті стає особливо цінним інструментом, оскільки він дозволяє дітям виражати складні емоції через символічні образи та метафори, що часто легше, ніж пряме проговорювання травматичного досвіду.

Ляльковий театр має глибокий зв'язок з казковою традицією та архетипними образами, що робить його природним інструментом казкотерапії. Лялька стає посередником між внутрішнім світом дитини та зовнішньою реальністю, дозволяючи проєктувати власні переживання на іншого персонажа, зберігаючи при цьому почуття безпеки. Діти можуть програвати складні ситуації, шукати різні варіанти вирішення конфліктів, експериментувати з емоціями через лялькових персонажів, не відчуваючи прямої загрози. Цей механізм проєкції та символізації лежить в основі казкотерапевтичного підходу, де казкові сюжети допомагають дитині опрацьовувати внутрішні конфлікти через зовнішні символічні історії.

Структура проєкту в Кежмароку також заслуговує на особливу увагу. Старші діти та підлітки створюють лялькові вистави для молодших, що дає їм відчуття відповідальності, цінності та можливість допомогти іншим, переживаючи власні складнощі. Такий підхід одночасно сприяє емоційній реабілітації, побудові соціальних зв'язків у новому середовищі та подоланню відчуття ізоляції. Коли підліток стає творцем казки для іншої дитини, він несвідомо проходить через власні страхи та знаходить для них форму виразу, яка є водночас особистою та універсальною. Створення лялькової вистави вимагає продумування сюжету, характерів персонажів, конфліктів та їх вирішення, що є своєрідною метафоричною роботою з власними життєвими викликами.

Міжнародна організація War Child реалізує програму "I Deal", яка інтегрує театр, музику та танець у комплексну систему підтримки дітей у зонах конфлікту по всьому світу. Ця програма виходить за рамки суто

терапевтичного підходу, розглядаючи театральну практику як інструмент розвитку життєвих навичок, зміцнення внутрішньої сили та підготовки до майбутнього. Через творчі майстерні, тренінги та театральні заняття діти не лише опрацьовують минуле, але й розвивають довіру до себе, креативність та здатність до співпраці. Програма демонструє, що театр може бути частиною більшої екосистеми психосоціальної підтримки, де творчість стає містком між травматичним досвідом минулого та можливостями майбутнього.

У контексті казкотерапії програма "I Deal" використовує універсальні казкові структури для створення безпечного простору експресії. Діти через театральні вправи досліджують теми героїзму, подолання перешкод, втрати та відновлення, які є наскрізними в казковій традиції будь-якої культури. Театральна імпровізація дозволяє дітям експериментувати з різними ролями та сценаріями, програвати альтернативні варіанти розвитку подій, що дає їм відчуття контролю над власним наративом. Якщо в реальному житті діти часто є безсилими перед обставинами війни, то на театральній сцені вони можуть створювати історії, де герої перемагають, де справедливість торжествує, де є місце для надії та відновлення.

Український фонд UNBROKEN розробив унікальний формат театральної терапії, який поєднує професійних акторів із учасниками, що мають безпосередній досвід війни. Їхня вистава-інтерпретація української народної казки про Котигорошка залучила сім'ї ветеранів, дітей, матерів загиблих та поранених воїнів. Використання народної казки як основи для театральної роботи виявилось надзвичайно вдалим рішенням. Архетипні образи героя, боротьби та перемоги дозволяють учасникам проєктувати власний досвід на міфологічні структури, що полегшує процес осмислення та інтеграції травми.

Казка про Котигорошка містить у собі всі класичні елементи героїчного наративу: чудесне народження героя, його зростання та дорослішання, подолання численних перешкод, боротьбу зі злом та фінальну перемогу. Ці універсальні мотиви резонують з досвідом людей, які пережили війну, втрату

близьких, необхідність боротьби за виживання та прагнення до відновлення нормального життя. Через роботу з казковим матеріалом учасники вистави можуть символічно опрацьовувати власні переживання, не занурюючись у пряму травматичну реконструкцію подій. Казка створює необхідну психологічну дистанцію, яка робить можливим говорити про найболючіше.

Спільна творча робота над виставою створює відчуття спільноти між людьми, які пережили схожі втрати та виклики. Репетиційний процес стає простором не лише художньої роботи, але й терапевтичної взаємодії, де учасники можуть ділитися досвідом, підтримувати одне одного, знаходити спільну мову через спільний символічний наратив. Сам процес підготовки вистави та виступу на сцені сприяє підвищенню самооцінки та відчуття власної цінності. Коли людина, яка пережила травму, виходить на сцену та розповідає історію через казковий образ, вона трансформує свій статус з жертви обставин на творця смислів, з пасивного страждальця на активного учасника власного відновлення.

Проект UNBROKEN наочно демонструє, що театр може служити не лише місцем для перегляду вистав, але й простором для глибокої емоційної роботи та справжнього цілющого діалогу. Казкотерапевтичний підхід у цьому проєкті проявляється через використання народної символіки, архетипних образів, ритуалізованої форми вистави та спільного творчого процесу, який сам по собі має цілющий потенціал. Учасники не просто розповідають свої історії, а вплітають їх у більший культурний наратив, який надає їхньому досвіду універсального значення та зв'язує їх з поколіннями попередників, які також долали випробування.

Усі ці проєкти об'єднує розуміння театру як простору безпеки, де діти можуть виражати невимовне, де їхні голоси почуті та значущі, де травматичний досвід трансформується через творчість у джерело сили та стійкості. Театральне мистецтво в контексті війни стає не розвагою чи відволіканням, а засобом виживання, адаптації та відновлення. Казкотерапевтичний вимір цих проєктів проявляється через використання

символічних наративів, архетипних образів, метафоричної мови та ритуалізованих форм, які дозволяють дітям опрацьовувати травму на глибинному психологічному рівні.

Казка в театральному контексті виконує кілька функцій одночасно. Вона створює безпечну дистанцію між дитиною та її травматичним досвідом через використання символів та метафор. Вона надає універсальні моделі подолання труднощів через героїчні наративи та історії трансформації. Вона активізує архетипні структури психіки, які допомагають інтегрувати складний досвід у цілісну картину світу. Вона створює спільний культурний простір, де індивідуальні історії зустрічаються з колективною мудрістю народу.

Театральна форма додає до казкотерапії додаткові виміри. Тілесність сценічної дії дозволяє дітям проживати казкові сюжети не лише розумово та емоційно, але й фізично, що сприяє більш повній інтеграції досвіду. Колективність театального процесу створює спільноту, де діти не залишаються наодинці зі своїми переживаннями. Публічність вистави надає легітимності дитячому досвіду, показує, що їхні історії заслуговують на те, щоб бути почутими та побаченими. Естетичний вимір театру трансформує біль у мистецтво, надаючи складному досвіду форми та краси.

У воєнний час, коли діти стикаються з руйнуванням звичного світу, втратою близьких, переживанням страху та невизначеності, казкотерапія через театральне мистецтво пропонує їм інструменти для відбудови внутрішнього світу. Казкові герої, які долають випробування, стають моделями стійкості. Казкові сюжети про перемогу добра над злом надають надії на краще майбутнє. Казкові трансформації показують, що зміни можливі, що з найтемнішої ночі настає ранок, що після зими приходить весна.

Українські театральні проєкти воєнної доби демонструють, як традиційна казкотерапія може бути адаптована до екстремальних умов сучасності. Вони показують, що давні методи роботи з казкою не втрачають своєї актуальності, а навпаки, набувають нового значення в часи кризи. Казка як універсальна форма людського досвіду виявляється достатньо гнучкою,

щоб містити в собі навіть найскладніші сучасні реалії, при цьому зберігаючи свою цілющу силу та здатність трансформувати біль у мудрість, страх у мужність, розпач у надію.

2.2. Особливості акторських технік і прийомів у дитячому театрі на тлі воєнного стану в Україні

Акторські техніки в українському дитячому театрі зазнали суттєвих трансформацій в умовах повномасштабного воєнного вторгнення, адаптуючись до нових реалій та потреб дитячої аудиторії, яка переживає колективну травму. Актори українських театрів розробили специфічні підходи до роботи з дітьми, що базуються на поєднанні класичних акторських шкіл – зокрема системи Леся Курбаса та методології Українського театру імені Івана Франка – з сучасними психотерапевтичними знаннями про роботу з травмою.

Першочерговою особливістю акторської роботи перед дітьми в умовах воєнного стану стала необхідність створення атмосфери безпеки та довіри в театральному просторі. Актори використовують техніки встановлення раппорту, запозичені з гуманістичної психології Карла Роджерса, адаптовані до театральної практики. Це передбачає встановлення візуального контакту з кожною дитиною в залі, використання відкритих жестів, м'якої інтонації голосу, усміхненого виразу обличчя. Актори, які грають дитячі вистави, свідомо уповільнюють темпоритм початку вистави, даючи дітям час адаптуватися до театального простору, особливо якщо вистава відбувається в незвичних умовах – укрітті, евакуаційному центрі, тимчасовому приміщенні.

Техніка роботи з голосом набула особливого значення в контексті казкотерапевтичних вистав. Актори у виставах використовують принципи sound healing (звукового зцілення), де певні частоти та інтонації мають заспокійливий та гармонізуючий вплив на нервову систему. Найчастіше українські актори використовують принцип звукового зцілення звертаючись

до традиційного народного співу, який містить природні терапевтичні частоти. Також використання колискових пісень, протяжних мелодій, речитативів створює звуковий ландшафт, який знижує рівень кортизолу – гормону стресу – в організмі дитини [52]. Актори працюють над розширенням голосового діапазону, щоб мати можливість створювати різноманітні звукові ефекти без використання технічних засобів, що особливо важливо в умовах обмеженої технічної підтримки.

Робота з тілом актора в дитячому театрі військового часу базується на принципах *embodiment* (втілення), де тіло розглядається як інструмент передачі емоційних станів та створення образів [51]. Актори використовують техніки пластичного театру, розроблені українськими режисерами та хореографами, зокрема методологію Василя Авраменка, який працював над створенням національної школи сценічного руху. Особлива увага приділяється створенню чітких, зрозумілих пластичних образів, які діти можуть легко ідентифікувати та імітувати. Використання архетипічних жестів та пластичних форм – відкриті руки для дружніх персонажів, напружене тіло для ворожих, плавні рухи для позитивних емоцій – допомагає дітям на невербальному рівні сприймати емоційний зміст вистави.

Техніка створення персонажа в казкотерапевтичних виставах базується на архетипічному підході Джозефа Кемпбелла [50]. Актори створюють образи, які резонують з універсальними архетипами – героя, мудреця, трікстера (хитруна), тіні, – але в нашій країні наповнюють їх саме українським культурним змістом. Герой набуває рис українського козака або богатиря з народних дум, мудрець втілюється в образі дідуса-лірника або бабусі-знахарки, трікстер постає як хитрий селянин або кмітливий хлопчик. Така культурна специфікація архетипів створює для українських дітей можливість ідентифікації з персонажами на глибинному культурному рівні.

Робота з емоціями в акторському мистецтві дитячого театру воєнного часу вимагає особливої делікатності та професіоналізму. Актори використовують техніки емоційної регуляції, де демонструють не лише

інтенсивні емоції, але й способи їх опрацювання та трансформації. Показ персонажа, який відчуває страх, але знаходить ресурси для його подолання, дає дітям модель поведінки в стресових ситуаціях. Актори уникають демонстрації неконтрольованих, хаотичних емоційних станів, які можуть ретравматизувати дітей, натомість показують емоції, які проживаються, усвідомлюються та інтегруються персонажем.

Техніка інтеракції з дитячою аудиторією набула особливого значення в контексті казкотерапевтичних вистав. Актори використовують принципи партиципаторного театру, де глядачі стають активними учасниками дії. Це може відбуватися через пряме залучення дітей на сцену, через запитання до аудиторії, через спільний спів чи танець, через створення звукових ефектів. Така інтеракція дає дітям відчуття дієвості, можливості впливати на ситуацію, що є критично важливим для дітей, які в умовах війни відчувають безпорадність та втрату контролю.

Робота з простором у виставах для дітей в умовах воєнного стану характеризується гнучкістю та адаптивністю. Актори розробили техніки роботи в обмеженому просторі, коли вистава може відбуватися в підвалі, коридорі, класній кімнаті. Використовується принцип мінімалістичного простору, де основним засобом створення казкового світу стає сам актор, його тіло, голос, енергія. Актори працюють над розширенням або звуженням простору через зміну енергетики, темпоритму, використання різних рівнів висоти. Техніка *site-specific performance* (вистави для конкретного місця) дозволяє перетворити будь-який простір на театральний, знайти в ньому драматургічні можливості.

Техніка роботи з реквізитом та костюмом в умовах обмежених ресурсів базується на принципах *poor theater* (бідного театру) Єжи Гротовського, адаптованих до дитячої аудиторії. Актори використовують мінімальну кількість реквізиту, який має багатофункціональне призначення. Одна й та сама тканина може бути морем, лісом, вогнем, небом залежно від того, як актор з нею працює. Така техніка розвиває уяву дитини, залучає її до

співтворчості, коли вона сама добудовує образи у своїй свідомості. Костюм часто редукується до одного-двох характерних елементів – головного убору, плаща, пояса, – які чітко описують персонажа, але не перевантажують візуальний ряд.

Техніка роботи з ритмом та темпом у казкотерапевтичних виставах базується на знаннях про вплив ритму на психофізіологічний стан людини. Актори використовують принципи *ritual theater* (ритуального театру), де ритм відіграє центральну роль у створенні трансформаційного досвіду. Повільний, розмірений ритм початку вистави допомагає дітям заспокоїтися та налаштуватися на сприйняття. Поступове прискорення темпу в кульмінаційних сценах створює емоційний підйом, катарсичне напруження. Повернення до повільного ритму в завершальній частині дає можливість інтегрувати досвід, заспокоїтися, безпечно вийти з інтенсивного емоційного стану.

Техніка використання гумору в дитячому театрі воєнного часу є важливим терапевтичним інструментом. Актори працюють з різними типами комічного – від фізичної комедії та клоунади до словесного гумору та іронії, адаптованих до вікових особливостей аудиторії. Гумор використовується не як втеча від реальності, а як спосіб її переосмислення, створення дистанції, зниження тривожності. Техніка *clowning* (клоунади), де клоун втілює архетип трікстера, який перемагає через кмітливість та невимушеність, дає дітям модель адаптивності та креативності в складних ситуаціях.

Робота з мовою в дитячих виставах характеризується особливою увагою до чистоти та багатства української мови. Актори використовують діалектизми, архаїзми, поетичні звороти, які збагачують мовний досвід дитини та формують мовну ідентичність. Техніка *storytelling* (розповіді історій) базується на традиції усної народної творчості, де розповідач не просто переказує сюжет, а проживає його разом з аудиторією, використовуючи інтонаційне багатство, паузи, акценти, зміну голосів персонажів. Особлива

увага приділяється ритмічності та мелодійності мовлення, що створює естетичну насолоду та гармонізує емоційний стан.

Техніка роботи з енергією в акторському мистецтві дитячого театру базується на розумінні того, що діти надзвичайно чутливі до енергетичного стану дорослих. Актори працюють над усвідомленням та управлінням власною енергією, використовуючи техніки *mindfulness* (усвідомленості) перед виходом на сцену. Особливо важливим є підтримання стабільної, спокійної, але водночас живої та захопленої енергії, яка передає дітям відчуття, що світ, попри всі труднощі, залишається цікавим та вартим дослідження. Актори уникають проявів власної тривожності, втоми, роздратування, працюючи над емоційною гігієною та професійною етикою.

Техніка створення ансамблю в дитячих виставах передбачає високий рівень взаємодії між акторами, коли вистава будується не на індивідуальних зірках, а на колективній творчості. Використовується принцип *ensemble theater* (ансамблевого театру), де кожен актор є рівноцінним учасником дії, а персонажі взаємодіють між собою як члени спільноти. Це передає дітям важливі соціальні цінності – взаємопідтримку, співпрацю, колективну відповідальність. Актори працюють над синхронністю рухів, голосів, енергій, створюючи відчуття гармонійного цілого.

Техніка *improvisation* (імпровізації) набула особливого значення в умовах непередбачуваності воєнного часу. Актори розвивають здатність миттєво реагувати на зміни обставин – раптову повітряну тривогу, емоційну реакцію дітей, технічні проблеми. Імпровізація базується не на хаотичності, а на глибокому розумінні драматургії та характерів персонажів, що дозволяє органічно вплітати непередбачені елементи в структуру вистави. Актори тренують здатність залишатися в образі персонажа навіть у кризових ситуаціях, що створює для дітей відчуття стабільності та безпеки.

Робота з символами та метафорами в акторському мистецтві казкотерапевтичних вистав базується на розумінні того, що діти сприймають реальність через образне мислення. Актори створюють чіткі, зрозумілі

символічні образи – світло як символ добра та надії, темрява як символ невідомого та страшного, дорога як символ життєвого шляху, дім як символ безпеки та належності. Техніка роботи з символами передбачає їх багаторазове повторення та варіювання, що дозволяє дітям інтегрувати символічне значення на глибинному рівні.

Техніка роботи з трансформацією персонажа є центральною в казкотерапевтичних виставах, оскільки саме трансформація – зміна, розвиток, подолання – є основним терапевтичним повідомленням казки. Актори демонструють процес зміни персонажа через зміну пластики, голосу, енергії, ставлення до інших персонажів. Важливо показувати трансформацію не як миттєве чудо, а як процес, що вимагає зусиль, подолання страху, вибору правильного шляху. Це дає дітям реалістичну модель особистісного зростання, де зміни можливі, але вимагають внутрішньої роботи.

Техніка роботи з тишею та паузами є важливим елементом акторської майстерності в дитячому театрі. Актори використовують паузи не як порожній простір, а як наповнений смыслом та енергією момент, коли діти можуть інтегрувати почуте та побачене. Тиша після емоційної кульмінації дає можливість пережити катарсис, усвідомити значення події. Пауза перед важливою реплікою створює напруження та концентрує увагу. Техніка роботи з тишею вимагає від актора високої концентрації та присутності, оскільки в паузі він продовжує транслювати енергію та утримувати контакт з аудиторією.

Нижче наведено три таблиці, які систематизують акторські техніки та прийоми, що використовуються в українському дитячому театрі в умовах воєнного стану:

Таблиця 2.1.

Голосові та мовленнєві техніки в дитячому театрі воєнного часу

Техніка	Мета використання	Специфіка застосування	Терапевтичний ефект	Приклад використання
Звукове зцілення через голос	Зниження рівня стресу та тривоги	Використання низьких частот (100-150 Гц) для заспокоєння, середніх частот для активізації уваги	Нормалізація серцевого ритму, зниження кортизолу, створення відчуття безпеки	Колискові пісні на початку вистави, протяжні голосіння мудрих персонажів
Інтонаційна модуляція	Передача емоційних станів персонажів	Широкий діапазон інтонацій від шепоту до forte, уникаючи різких переходів	Розвиток емоційного інтелекту, навчання розпізнаванню емоцій	Зміна інтонації героя від страху до впевненості в процесі подолання перешкод
Ритмічне мовлення	Створення структури та передбачуваності	Використання віршованих текстів, лічилок, повторюваних фраз	Зниження тривожності через ритмічну організацію, розвиток пам'яті	Казкові формули "раз-два-три, чари, відступіть" з чітким ритмом
Діалектне забарвлення	Збереження культурної ідентичності	Використання регіональних особливостей мовлення персонажів	Формування мовної ідентичності, відчуття культурної приналежності	Гуцульська говірка для казок Карпат, полтавський діалект для степових казок
Storytelling (оповідальність)	Занурення в казковий наратив	Зміна темпу розповіді, використання пауз, пряма звернення до глядачів	Розвиток уяви, створення емоційного зв'язку з персонажами	Оповідач, який веде казку від першої особи, залучаючи дітей питаннями
Багатоголосся	Створення багатства персонажів одним актором	Чітке розмежування голосів різних персонажів через тембр, висоту, темп	Розвиток уваги, уяви, розуміння множинності точок зору	Актор грає кілька персонажів, змінюючи голос для кожного

Продовження таблиці 2.1.

Звуконаслідування	Створення звукового ландшафту вистави	Імітація природних звуків, тваринних голосів, музичних інструментів	Розвиток сенсорного сприйняття, створення ефекту присутності	Звуки лісу, пташиний спів, шум вітру, створені голосом актора
Мовчання як техніка	Створення драматичного напруження	Свідоме використання пауз між репліками або сценами	Розвиток здатності до концентрації, усвідомлення важливості тиші	Пауза перед вирішальною дією героя, тиша після перемоги

У таблиці 2.1. подано основні прийоми роботи з голосом та мовленням, що застосовуються у дитячому театрі в умовах воєнного часу. Вона розкриває, як інтонація, ритм, тембр і структура мовлення впливають на емоційний стан дітей, допомагають долати тривогу та сприяють психологічній стабілізації. Голос у цій системі виступає не лише як художній засіб, а й як терапевтичний інструмент. Особливу увагу приділено використанню діалектів, колискових, звуконаслідування та ритмізації тексту, що створюють ефект безпеки й знайомості. Таблиця демонструє, що мовленнєві техніки можуть бути водночас способом комунікації, творчого самовираження і психоемоційного відновлення дітей у кризових обставинах.

Таблиця 2.2.

Пластичні та тілесні техніки в дитячому театрі воєнного часу

Техніка	Мета використання	Специфіка застосування	Терапевтичний ефект	Приклад використання
Архетипічна пластика	Створення універсально зрозумілих образів	Використання базових пластичних форм: відкрита/закрита поза, високий/низький рівень	Полегшення ідентифікації з персонажами, невербальне розуміння емоцій	Герой стоїть прямо з відкритими руками, лиходій сутулиться та стискає кулаки

Продовження табл.2.2.

Український сценічний рух	Формування культурної ідентичності через рух	Елементи козацької пластики, жіночої граціозності, народного танцю	Відчуття зв'язку з культурною традицією, гордість за національну спадщину	Герой рухається широкими козацькими кроками, героїня – плавними жіночими рухами
Embodiment (втілення емоцій)	Демонстрація зв'язку тіла та емоцій	Показ фізичних проявів емоційних станів через постану, м'язове напруження	Навчання дітей усвідомлювати власні тілесні відчуття та емоції	Страх показується через напруження плечей, радість – через розслаблення та підйом корпусу
Тваринна пластика	Створення казкових персонажів-тварин	Спостереження та відтворення природних рухів тварин	Розвиток спостережливості, уяви, емпатії до живих істот	Лисиця рухається вкрадіво та грайливо, ведмідь – важко та потужно
Пластична трансформація	Показ внутрішніх змін персонажа	Поступова зміна пластики від початку до кінця казки	Розуміння можливості змін, надія на трансформацію власного стану	Боягуз поступово розпрямляє спину, його рухи стають впевненішими
Синхронний рух	Створення ансамблевих сцен	Групові рухи акторів у злагодженому ритмі та формі	Відчуття єдності, належності до групи, соціальна гармонія	Група персонажів рухається як єдиний організм,

				подолаючи перешкоди
Робота з рівнями простору	Використання вертикального простору	Зміна висоти: підлога, стоячи, на возвищенні	Ієрархія персонажів, динаміка розвитку дії	Поразка показується падінням, перемога – підйомом на возвищення
Мінімалістична пластика	Максимум виразності мінімумом засобів	Економія рухів, кожен жест наповнений смыслом	Концентрація уваги, розвиток уяви дитини	Один жест руки може означати цілу дію: політ, битву, обійми

У таблиці 2.2. представлено аналіз того, як акторська гра виконує психотерапевтичну роль у роботі з дітьми, які переживають наслідки війни. Через театральні практики діти отримують можливість безпечно проживати складні емоції – страх, втрату, тривогу – перетворюючи їх у символічні дії. Гра дає простір для емоційного вивільнення, допомагає формувати почуття контролю над ситуацією, відновлює довіру до світу та до себе. Таблиця показує, що театральні вправи й імпрровізації виступають як форма арттерапії, де через уяву і взаємодію народжується новий досвід – не травматичний, а творчий. Така гра зміцнює самооцінку, розвиває здатність до співпереживання й формує позитивне бачення майбутнього навіть у складних умовах.

Таблиця 2.3.

Інтерактивні та терапевтичні техніки в дитячому театрі воєнного часу

Техніка	Мета використання	Специфіка застосування	Терапевтичний ефект	Приклад використання
Встановлення рапорту	Створення довірчого контакту з аудиторією	Візуальний контакт, усмішка, привітні жести перед початком вистави	Зниження тривоги, створення відчуття безпеки	Актор перед виставою спілкується з дітьми, знайомиться, жартує
Залучення до дії	Перетворення глядачів на учасників	Запрошення дітей допомогти героям, виконати магічні дії	Відчуття контролю, можливості впливати на	Діти разом з героєм промовляють заклинання або

			ситуацію (agency)	виконують рухи
Спільний спів	Об'єднання через музику	Навчання дітей простих пісень з вистави, спільне виконання	Емоційне розвантаження, відчуття спільності	Фінальна пісня, яку співають актори та діти разом
Питання до аудиторії	Активізація мислення та уваги	Персонажі ставлять дітям питання про вибір дій	Розвиток критичного мислення, морального вибору	"Що має зробити герой: піти лісом чи полем?" – діти радять
Імпровізація з реакціями	Гнучке реагування на емоції дітей	Зміна темпу, додавання пояснень, заспокоєння при ознаках страху	Індивідуалізація терапевтичного впливу	Якщо діти лякаються, актор виходить з ролі та пояснює, що все гаразд

Продовження табл.2.3.

Ритуали входу/виходу	Маркування меж казкового простору	Спеціальні дії, слова, жести на початку та в кінці вистави	Відчуття структури, безпечне повернення до реальності	"Закриваємо очі, відкриваємо – ми в казці", "Тріпаємо долоньками – ми знову вдома"
Гумор як спосіб справлятися зі стресом	Зниження напруження через сміх	Фізична комедія, абсурдні ситуації, словесний гумор	Емоційне розвантаження, переосмислення складних ситуацій	Комічний персонаж, який потрапляє в кумедні ситуації, але не здається
Позитивне завершення	Забезпечення відчуття надії	Обов'язкова щасливе завершення з перемогою добра	Оптимізм, віра в можливість позитивних змін	Герой перемагає, добро торжествує, всі персонажі примиряються
Рефлексія після вистави	Інтеграція досвіду	Коротке обговорення, запитання про враження, малювання	Усвідомлення емоцій, вербалізація досвіду	Актори запитують: "Що вам найбільше сподобалось?", "Чого навчила нас казка?"
Тактильна взаємодія	Створення фізичного контакту	Рукоштовання, обійми з персонажами (за	Задоволення потреби в фізичному	Після вистави діти можуть обійняти актора-

		бажанням дитини)	контакті та прийнятті	героя або потримати реквізит
--	--	---------------------	--------------------------	------------------------------------

Ці техніки та прийоми не існують ізольовано, а інтегруються в цілісну акторську методологію, яка відповідає викликам сучасності. Українські актори дитячого театру створили унікальний синтез традиційної театральної майстерності та сучасних психотерапевтичних знань, що дозволяє театру виконувати не лише естетичну та виховну, але й терапевтичну функцію. Кожна вистава стає простором зцілення, де діти через ідентифікацію з казковими героями можуть опрацювати власні страхи, знайти ресурси для подолання труднощів, відновити віру в добро та справедливість.

Важливою особливістю акторської роботи в умовах воєнного стану є необхідність постійної самоосвіти. Актори беруть участь у тренінгах з травма-інформованого підходу, вивчають основи дитячої психології, консультуються з психотерапевтами. Це професійна відповідальність перед дитячою аудиторією, яка потребує не лише якісного мистецтва але й психологічно безпечного простору.

РОЗДІЛ 3

ПРАКТИЧНА РОБОТА НАД КАЗКОЮ ДЖЕЙМСА МЕТЬЮ БАРРІ «ПІТЕР ПЕН»

3.1. Обґрунтування вибору казки, інтерпретація образу Пітера Пена як символу захисту дитинства

Вибір казки Джеймса Метью Баррі «Пітер Пен» для роботи з дітьми шести-одинадцяти років в умовах воєнного стану в Україні обумовлений глибоким символічним потенціалом цього твору, який резонує з актуальними потребами дитячої психіки в період колективної травми. Казка, написана на початку двадцятого століття шотландським письменником, містить універсальні мотиви, які набувають особливого значення в контексті війни, коли дитинство стає об'єктом агресії та руйнування.

Центральний образ Пітера Пена – хлопчика, який ніколи не дорослішає та живе в чарівній країні Небувалії – може бути інтерпретований як символ недоторканності дитинства, його права на існування попри будь-які зовнішні обставини. В умовах, коли українські діти змушені дорослішати передчасно, стикаючись з реаліями війни, евакуації, втрати близьких, образ Пітера Пена нагадує про невід'ємне право дитини залишатися дитиною, зберігати здатність до гри, фантазії, радості. Це не втеча від реальності, а ствердження цінності дитинства як особливого стану буття, який має бути захищений.

Символіка польоту в казці набуває особливого терапевтичного значення. Здатність літати, яку діти набувають завдяки чарівному пилку та вірі в себе, метафорично представляє можливість піднятися над важкими обставинами, побачити ситуацію з іншої перспективи, відчувати свободу та легкість попри тяжкість реальності. Для дітей, які переживають травматичний досвід, відчуття "застрягання" в важких емоціях є типовим симптомом. Метафора польоту пропонує альтернативний спосіб ставлення до власного досвіду –

можливість ментально та емоційно піднятися над ним, не заперечуючи його існування, але й не дозволяючи йому повністю визначати своє життя.

Образ Небувалії як чарівного острова, де можливе все, що діти можуть уявити, представляє собою терапевтичний простір уяви, де дитина може створювати альтернативні реальності, експериментувати з різними сценаріями, бути творцем власного світу. Психологічні дослідження показують, що розвинена уява та здатність до символічної гри є важливими захисними факторами, які допомагають дітям справлятися зі стресом. Небувалія в цьому контексті стає не просто місцем втечі, а простором психологічної роботи, де через гру та фантазію можна опрацьовувати реальні конфлікти та страхи.

Конфлікт між Пітером Пеном та Капітаном Гаком може бути інтерпретований як боротьба між дитячою безпосередністю, спонтанністю, життєлюбством (Пітер) та дорослою жорстокістю, розрахунком, прагненням до контролю та помсти (Гак). В умовах війни цей конфлікт набуває додаткових значень: Пітер уособлює те в дитині, що не може бути знищене жодною агресією – здатність грати, сміятися, любити, мріяти. Гак представляє сили руйнування, які намагаються підкорити та контролювати. Перемога Пітера над Гаком – це символічна перемога життя над смертю, дитячої вітальності над дорослою деструктивністю.

Образ Венді Дарлінг представляє архетип дбайливості, відповідальності. Для дітей, які втратили стабільність через війну, образ Венді пропонує модель того, як можна створити відчуття безпеки навіть там, де, здавалося б, цього неможливо досягти. Її здатність поєднувати дбайливість з пригодницьким духом, не втрачати м'якості, залишаючись сильною, є важливою моделлю для дівчат.

Образ Дзиньки– феї, яка супроводжує Пітера та має складний, суперечливий характер – представляє різні аспекти дитячої емоційності. Фея Дзинька може бути ревнивою, сердитою, мстивою, але водночас відданою та самовідданою. Цей образ допомагає дітям усвідомити, що мати різні, навіть

"негативні" емоції – це нормально, що можна відчувати злість або заздрість і водночас залишатися хорошою істотою. В контексті травми, коли діти можуть відчувати складні та суперечливі емоції, образ Дзиньки легітимізує весь спектр емоційних переживань.

Мотив повернення додому, який проходить через всю казку, є центральним для дітей-переселенців та біженців. Венді та її брати, незважаючи на всі чудеса Небувалії, зрештою вирішують повернутися додому до батьків. Це повідомлення про цінність родинних зв'язків, про те, що пригоди та фантазії прекрасні, але справжнє життя та любов знаходяться в реальному світі, в сім'ї. Водночас казка показує, що досвід, отриманий у Небувалії, трансформує дітей, вони повертаються зміненими, збагаченими новими знаннями про себе.

Образ Медузи, яка була вигаданим персонажем в інтерпретації казки, слугує образом мудреця та хранительки миру на острові Небувалія. Цей образ дає підказку що робити далі, створюючи відчуття підтримки і допомоги. Це формує думку про те, що в світі є добро, яке допомагає і дає надію на щасливий фінал.

Мотив вікна, яке завжди залишається відкритим для Пітера в кімнаті Венді, символізує збереження внутрішнього простору для дитинства, мрії, казки навіть тоді, коли людина дорослішає. В контексті війни це повідомлення для дорослих про важливість збереження для дітей доступу до гри, фантазії, легкості попри всі труднощі.

Важливим аспектом роботи з казкою є обговорення неоднозначності деяких персонажів та ситуацій. Пітер Пен, незважаючи на свою героїчність, має й темні сторони – він може бути егоїстичним, легковажним, не розуміти почуттів інших. Це допомагає дітям усвідомити, що герої не ідеальні, що можна робити помилки і водночас залишатися хорошою людиною. Така нюансована репрезентація персонажів розвиває моральну зрілість та критичне мислення.

Казка «Пітер Пен» пропонує також роздуми про вибір між дитинством та дорослішанням, між фантазією та реальністю. Пітер вибирає залишитися дитиною назавжди, Венді приймає дорослішання. Обидва вибори представлені як легітимні, кожен має свою цінність та свої втрати. Для дітей, які змушені передчасно стикатися з дорослими проблемами, це повідомлення про те, що вони мають право на власний темп розвитку, що немає "правильного" часу для дорослішання, що можна зберігати дитячу частину себе навіть ставши дорослим.

Терапевтичний потенціал казки посилюється її багатошаровістю – вона може читатися на різних рівнях залежно від віку та досвіду дитини. Молодші діти сприймають її як захопливу пригодницьку історію з елементами чарівності, старші можуть вловлювати глибші психологічні та філософські пласти. Ця багатошаровість дозволяє повертатися до казки в різні періоди життя, щоразу відкриваючи нові смисли.

Використання казки «Пітер Пен» у казкотерапевтичній роботі передбачає не просто читання або перегляд вистави, а активне залучення дітей до переосмислення та творчого опрацювання матеріалу. Діти можуть створювати власні версії Небувалії, вигадувати нових персонажів, придумувати альтернативні сюжетні лінії. Така творча робота дозволяє кожній дитині знайти в казці особисто значущі елементи та опрацювати через них власний досвід.

3.2. Опис тренінгів для дітей 6-11 років із використанням методів казкотерапії, творчих щоденників і театральних ігор

Для вивчення ефективності казкотерапевтичних тренінгів на основі казки «Пітер Пен» було проведено практичне дослідження з участю тринадцяти дітей віком від шести до одинадцяти років. Набір в групу відбувався по бажанню. Набрана група включала в себе дітей з різним досвідом: вісім дітей, які пережили обстріли та перебування в укриттях, п'ять

дітей, які були вимушено переселені в різні області країни, але повернулися через певні обставини. Всі діти з групи не мали досвіду участі у театральних гуртках та виставах. Дослідження проводилося протягом двох місяців, тренінги відбувалися двічі на тиждень тривалістю по півтори години кожен.

Програма тренінгів була структурована за принципом поступового занурення в казковий матеріал з одночасним розвитком навичок емоційної саморегуляції, творчого самовираження та соціальної взаємодії. Кожен тренінг включав кілька обов'язкових компонентів: ритуал початку «Коло» (створення безпечного простору, вираження емоцій через образи квітів, цукерок і тд.), тілесну розминку (робота з напругою та розслабленням методом прогресивної м'язової релаксації), театральні ігри (розвиток акторських навичок та емпатії), роботу з казковим матеріалом (читання, обговорення, створення етюдів), творчу роботу (малювання, письмо в щоденниках, створення реквізиту для вистави), ритуал завершення «Коло» (вираження вражень від отриманого досвіду).

Практична робота проводилась протягом двох місяців (квітень - травень), два рази на тиждень по півтори години. Основною метою занять було створення безпечного середовища для соціальної взаємодії дітей, розвитку їхньої уяви та емоційної регуляції через театральні-казкотерапевтичні методи.

Перший місяць (квітень) практичної роботи було поділено на дві частини. Перша частина була спрямована на адаптацію дітей до нових умов та формування групової взаємодії. Заняття включали вправи на знайомство, ігри на згуртування колективу, а також техніки прогресивної м'язової релаксації та дихальні вправи. Спостереження показали, що на початковому етапі дітям було складно комунікувати один з одним, виникали конфліктні ситуації під час спільних вправ. Водночас більшість дітей демонстрували відкритість до занять і виконували завдання з ентузіазмом. Деяким учасникам було важко розкритися: спостерігалися випадки, коли дитина протягом заняття мовчала, не приєднувалася, а лише спостерігала за діями інших.

Друга частина квітня була орієнтована на роботу з емоціями та розвиток творчих навичок. Заняття включали вправи на виплеск агресивних емоцій через гру, акторську взаємодію (вправа «Жива картина», етюди тварин - були найулюбленішими вправами даної групи), а також розвиток уяви та фантазії шляхом створення власних казкових історій. Також робота над сценічною мовою: артикуляційна гімнастика, робота з диханням, вивчення скоромовок. Вправи на розвиток пластики тіла та практикування техніки embodiment. Паралельно продовжувалась практика дихальних вправ для самозаспокоєння. Також використовували дитячі медитації з елементами казкових історій. Результати показали, що молодші діти (6–7 років) мали труднощі з концентрацією уваги та спокійним слуханням історій, тоді як діти віком 8–11 років активно слухали історії та проявляли інтерес до медитацій.

Другий місяць практичної роботи (травень) був присвячений поглибленню театральнo-казкотерапевтичних практик, розвитку навичок спільної творчої діяльності, емоційної саморегуляції та початком роботи над виставою «Пітер Пен». Програма включала роботу над сценічними етюдами з опорою на архетипи персонажів казки «Пітер Пен», інтерактивні ігри для розвитку співпраці та довіри в групі, вправи на проживання емоцій через роль і рух (embodiment-практики), створення спільних казкових історій для стимулювання фантазії та креативності дітей, а також продовження дихальних вправ. Спостереження протягом другого місяця показали покращення групової взаємодії: діти почали активно співпрацювати, проявляти ініціативу у творчих завданнях, більш відкрито виражати емоції та розвивати уяву. Також зменшення агресивних виплесків емоцій під час занять.

Поступово через вище перелічені вправи казкотерапії почалась робота над виставою «Пітер Пен». З допомогою творчих завдань кожна дитина працювала над своєю роллю. Досліджували як рухається конкретний персонаж, як він розмовляє, малювали як виглядає персонаж, які в нього особливості, також створювали його власну історію життя.

Таким чином, в результаті роботи протягом двох місяців в червні місяці відбулася прем'єра вистави «Пітер Пен».

Творчі щоденники використовувалися протягом всієї програми як інструмент рефлексії, самовираження та креативності. Кожна дитина отримала особистий творчий щоденник із написаними завданнями, питаннями та корисними вклейками з інформацією стосовно дихальних вправ. У щоденниках була першочергова структура – діти повинні були написати про себе, відповісти на питання стосовно свого самопочуття на занятті, намалювати картинки та інше. Окрім всього цього в щоденниках була інформація про емоції людини, способи як впоратись з неконтрольними емоціями, та картинки з описом дихальних вправ для самозаспокоєння. Всі інші сторінки діти використовували для прояву своєї творчості, записів особистих думок та саморефлексії.

Щоденники залишалися конфіденційними, діти ділилися вмістом лише за бажанням.

Для оцінки ефективності програми використовувалися кілька методів: спостереження за поведінкою дітей під час тренінгів, анкетування батьків до та після проєкту, аналіз творчих робіт дітей, коротке опитування з кожною дитиною наприкінці програми. Результати систематизовані в таблицях нижче.

Таблиця 3.1.

Характеристика учасників дослідження (N=13)

Параметр	Кількість дітей	Відсоток	Опис групи
Вік 6-7 років	5	38%	Молодша вікова група, переважно перший-другий клас
Вік 8-9 років	3	23%	Середня вікова група, другий-четвертий клас

Продовження таблиці 3.1.

Вік 10-11 років	5	38%	Старша вікова група, четвертий-п'ятий клас
Дівчатка	4	31%	Менша частина групи
Хлопчики	9	69%	Переважає більшість учасниць
Діти з досвідом обстрілів	13	100%	Переживали обстріли, перебували в укриттях
Діти, які вимушено переселилися у більш безпечні території країни	5	38%	Поїхали на невизначений термін та повернулись додому

Група дослідження охоплює 13 дітей віком від 6 до 11 років, що дозволяє оцінити ефективність програми в межах молодшого шкільного віку. Найбільш чисельною є група 6–7 років (38%) та 10-11 років (38%), що свідчить про зручний вік для участі в інтерактивних формах терапії. Гендерний склад із перевагою хлопців (69%).

Важливо, що всі діти з групи мають безпосередній досвід обстрілів та тривале перебування в укриттях. Це вказує на наявність у більшості учасників травматичного досвіду, який потребує психологічної підтримки. Лише п'ять дітей (38%) були вимушено переселені через війну, що також впливає на емоційний стан.

Таким чином, група є репрезентативною для сучасних умов життя українських дітей у воєнний час і дає змогу простежити різні рівні психоемоційного реагування.

Таблиця 3.2.

Динаміка емоційного стану дітей до та після програми (оцінка батьків за 5-бальною шкалою)

Показник	Середня оцінка до програми	Середня оцінка після програми	Динаміка	Коментарі батьків
Рівень тривожності (зворотна шкала)	2.3	3.8	+1.5	"Дитина стала спокійнішою, менше боїться темряви та звуків"
Якість сну	2.8	4.1	+1.3	"Зменшилися кошмари, засинає легше"
Здатність до гри та фантазії	3.2	4.5	+1.3	"Почала більше гратися з іграшками, вигадує казкові історії"
Соціальна активність	2.9	4.2	+1.3	"Охочіше спілкується з однолітками, ініціює контакти"
Емоційна експресія	2.5	4.0	+1.5	"Краще розповідає про свої почуття"
Агресивні прояви (зворотна шкала)	2.7	3.9	+1.2	"Менше конфліктів, краще контролює злість"
Загальний настрій	2.6	4.0	+1.4	"Частіше усміхається, веселіша"
Здатність до концентрації	2.8	3.7	+0.9	"Краще зосереджується на завданнях"

Показники після завершення програми свідчать про значне покращення емоційного стану дітей за всіма параметрами. Найбільша позитивна динаміка (+1,5 бала) спостерігається у зниженні тривожності та покращенні емоційної експресії – діти стали спокійнішими, краще говорять про свої почуття, легше долають страхи.

Також покращилась якість сну (+1,3 бала), що є непрямим індикатором зниження психоемоційної напруги. Зростання соціальної активності (+1,3) та здатності до гри і фантазії (+1,3) демонструють відновлення дитячої спонтанності та довіри до світу.

Помітно знизилися агресивні прояви, що свідчить про покращення саморегуляції. Загальний настрій і концентрація також зросли, хоча останній показник має меншу динаміку (+0,9), що можна пояснити віковими особливостями уваги. Отже, батьківські оцінки підтверджують терапевтичний ефект програми, спрямованої на стабілізацію емоційного стану дітей.

Таблиця 3.3.

Ефективність різних типів театральних ігор (оцінка залученості дітей за висновками проведених занять за 5-бальною шкалою)

Тип театральної гри	Середня залученість	Емоційний відгук	Терапевтичний потенціал	Особливості
Робота над персонажами казки	4.7	Високий	Дуже високий	Розвивають фантазію, з легкістю вигадують цікаві ідеї для свого персонажу
Імпровізаційні сцени	4.3	Високий	Високий	Розвивають спонтанність та креативність
Пластичні етюди	3.9	Середній	Високий	Деяким дітям складно працювати з пластикою

Продовження таблиці 3.3.

Групові синхронні вправи	4.1	Середній	Середній	Розвивають кооперацію, але менше емоційної глибини
Вивчення пісень для вистави	4.4	Високий	Високий	Діти захоплено вчать нові пісні
Сторітелінг по колу	4.0	Середній	Високий	Розвивають уяву та вміння створювати історії спільно, розвиток висловлювати думку

Найвищий рівень залученості та емоційного відгуку зафіксовано у роботі над персонажами казки (4.7) та вивчення пісень (4.4). Ці форми дозволяли дітям найглибше ідентифікуватися з героями та виражати емоції через безпечну ігрову дистанцію.

Імпровізаційні сцени (4.3) та групові синхронні вправи (4.1) активізували креативність і тілесне самовираження, тоді як групові вправи продемонстрували дещо нижчу залученість, хоча мали значний розвивальний потенціал.

Отже, найефективнішими виявилися ті ігрові форми, що поєднували емоційну глибину, творчість, а також сприяли розвитку емпатії, співпраці та емоційної розрядки.

Таблиця 3.4.

Зміни в поведінці дітей під час тренінгів (особисті спостереження)

Поведінковий показник	Перший тиждень	Останній тиждень	Зміни	Коментар
Кількість дітей, які відмовляються брати участь у вправах	3	0	-3	Зросла довіра та готовність до експериментування

Середня тривалість концентрації на завданні (хвилини)	3	10	7	Підвищилася здатність до зосередження
Кількість конфліктних ситуацій за тренінг	4	1	-3	Діти навчилися кращої саморегуляції та кооперації
Середня активність в обговореннях (висловлювань на дитину)	3	13	+10	Діти стали більш відкритими та рефлексивними
Прояви креативності (нестандартні ідеї за тренінг)	5	15	+10	Розкрився творчий потенціал групи
Кількість дітей, які приходять раніше початку	2	7	5	Висока мотивація та очікування тренінгів
Прояви взаємопідтримки (на тренінг)	2	8	6	Сформувалася згуртована підтримуюча група

Спостереження показують яскраву позитивну динаміку поведінкових проявів. Кількість дітей, які відмовлялися брати участь у вправах, зменшилася з 3 до 0, що свідчить про зростання довіри та безпеки в групі. Середня тривалість концентрації зросла – з 3 до 10 хвилин, а кількість конфліктних ситуацій знизилася майже до нуля.

Також значно підвищилася активність у обговореннях, креативність, своєчасна присутність на тренінгах та взаємопідтримка.

Ці зміни свідчать не лише про ефективність терапевтичної методики, а й про становлення групи як спільноти, де діти почуваються прийнятими, цінними та включеними в спільний процес.

ВИСНОВКИ

Проведене дослідження казкотерапії в українському театральному мистецтві воєнної доби дозволяє сформулювати низку висновків щодо специфіки, потенціалу та перспектив використання цього методу психологічної підтримки дітей, які переживають травматичний досвід війни.

Казкотерапія як метод психологічної роботи базується на використанні казкових наративів, архетипних образів та символічних структур для опрацювання внутрішніх конфліктів, страхів та травматичного досвіду. Специфіка казкотерапії полягає у створенні необхідної психологічної дистанції між дитиною та її переживаннями через використання метафоричної мови та символічних образів. Казка надає дитині готові моделі подолання труднощів через героїчні наративи, активізує архетипні структури психіки, що допомагають інтегрувати складний досвід у цілісну картину світу. В умовах воєнного часу казкотерапія набуває особливого значення, оскільки дозволяє дітям виражати невимовне, опрацьовувати страх та тривогу, зберігаючи при цьому відчуття безпеки.

В умовах воєнної доби театральні колективи активно розвивають казкотерапевтичні практики, поєднуючи традиційні форми з сучасними терапевтичними підходами. Театральна форма казкотерапії має низку переваг порівняно з іншими арттерапевтичними методами. Тілесний вимір театральної дії дозволяє дітям проживати казкові сюжети не лише емоційно та розумово, але й фізично, що сприяє більш повній інтеграції травматичного досвіду. Колективний характер театального процесу створює спільноту підтримки, долає відчуття ізоляції та самотності з боєм. Публічність вистави надає легітимності дитячому досвіду, показує, що їхні історії заслуговують на те, щоб бути почутими. Естетичний вимір театру трансформує біль у мистецтво, надаючи складному досвіду форми та краси.

Аналіз конкретних театральних проєктів воєнної доби виявив різноманітність підходів до використання казкотерапії. Документальний театр поєднує реальні історії дітей з казковими структурами, створюючи унікальну

форму виразу травматичного досвіду через художні метафори. Ляльковий театр виявляється особливо ефективним інструментом роботи з дітьми, що пережили травму, оскільки лялька стає посередником між внутрішнім світом дитини та зовнішньою реальністю, дозволяючи проєктувати власні переживання на іншого персонажа.

Психологічні механізми впливу театральної казкотерапії включають кілька взаємопов'язаних процесів. Символізація дозволяє трансформувати невимовний травматичний досвід у символічні образи, які можна виразити та опрацювати. Проєкція дає можливість переносити власні переживання на казкових персонажів, зберігаючи при цьому почуття безпеки. Катарсис через театральне переживання сприяє емоційному очищенню та звільненню від надмірної напруги. Ідентифікація з героєм казки надає моделі подолання труднощів та зміцнює внутрішню силу дитини. Трансформація деструктивної енергії страху та агресії у творчу діяльність. Інтеграція допомагає поєднати травматичний досвід у цілісну історію життя через казковий наратив.

Різні форми театального мистецтва мають специфічний терапевтичний потенціал у роботі з дітьми. Драматичний театр дозволяє дітям безпосередньо втілювати казкові образи, програвати різні ролі та ситуації, розвивати емпатію через входження в роль іншого персонажа. Ляльковий театр створює необхідну дистанцію між дитиною та її переживаннями, що особливо цінно при роботі з гострою травмою. Документальний театр поєднує реальні історії з казковими структурами, надаючи дитячому досвіду універсального значення. Інтерактивний театр залучає глядачів до співтворення вистави, що підсилює терапевтичний ефект через активну участь.

Дослідження підтвердило гіпотезу про ефективність казкотерапії в театральному мистецтві воєнної доби як методу психологічної підтримки дітей. Поєднання терапевтичного потенціалу казки з виразними можливостями театального мистецтва створює потужний інструмент психологічної підтримки. Театральна казкотерапія дозволяє дітям опрацьовувати травматичний досвід на кількох рівнях одночасно: емоційному,

розумовому, тілесному та соціальному. Створення безпечного простору для виразу складних переживань через символічні образи та метафори є ключовим фактором терапевтичного впливу.

Практичний досвід українських театральних проєктів воєнної доби демонструє високу ефективність казкотерапевтичних підходів у роботі з різними категоріями дітей: тими, хто безпосередньо пережив військові дії, дітьми-біженцями, які опинилися в чужому середовищі, сім'ями військовослужбовців та ветеранів. Важливим аспектом є не лише безпосередній терапевтичний ефект для дітей-учасників, але й виховання емпатії у глядачів, підвищення суспільної уваги до проблем дітей війни, створення культурного простору для діалогу про травму.

Узагальнення досвіду показує, що найбільш ефективними є проєкти, які поєднують кілька складових: довготривалу роботу з дітьми протягом кількох місяців, участь професійних психологів та театральних педагогів, створення атмосфери безпеки та довіри, поступове просування від простих вправ до складних театральних форм, залучення сімей до процесу, можливість для дітей бути не лише виконавцями, але й співтворцями вистави. Важливим є також баланс між терапевтичними цілями та художньою цінністю створюваного продукту, оскільки естетична якість вистави впливає на самооцінку учасників.

Дослідження виявило кілька проблем та викликів у використанні казкотерапії в театральному мистецтві. Недостатня підготовка театральних педагогів у галузі психології травми може призводити до ретравматизації учасників при невмілому поводженні з чутливими темами. Брак системної підтримки театральних проєктів психологічної спрямованості обмежує можливості розвитку цього напрямку. Необхідність балансування між терапевтичними цілями та художніми завданнями вимагає особливих компетенцій від керівників проєктів. Етичні питання публічності дитячого травматичного досвіду потребують ретельного обміркування та дотримання принципів конфіденційності.

Перспективи розвитку казкотерапії в українському театральному мистецтві включають кілька напрямів. Необхідною є розробка спеціальних освітніх програм для підготовки фахівців, які поєднують театральні та арттерапевтичні компетенції. Важливим є створення методичних рекомендацій з організації казкотерапевтичних театральних проєктів для різних цільових груп дітей. Доцільним є налагодження систематичної взаємодії між театральними колективами, психологічними службами та освітніми закладами для комплексної підтримки дітей війни. Перспективним є дослідження довгострокових ефектів участі в театральних проєктах на психологічний стан дітей.

Казкотерапія в українському театральному мистецтві воєнної доби є не лише методом психологічної підтримки окремих дітей, але й формою культурної відповіді на виклики війни. Через театральне мистецтво суспільство створює простір для виразу травматичного досвіду, для трансформації болю в творчість, для збереження надії на майбутнє. Казкові наративи, що живуть у театрі, стають містком між минулим і майбутнім, між травмою та відновленням, між індивідуальним стражданням і колективною мудрістю. У цьому полягає глибоке культурне значення казкотерапевтичних практик у театральному мистецтві, яке виходить за межі суто терапевтичних завдань і сягає рівня збереження та оновлення культурної ідентичності нації в часи випробувань.

Результати дослідження свідчать про необхідність подальшого наукового вивчення казкотерапії в театральному мистецтві, систематизації практичного досвіду, розробки теоретичних основ цього напрямку роботи. Казкотерапія в театрі є живою, що розвивається практикою, яка потребує постійної рефлексії, осмислення та вдосконалення. Воєнна доба ставить перед українським суспільством виклики, які вимагають мобілізації всіх доступних ресурсів підтримки дітей, і казкотерапія в театральному мистецтві є одним із цінних інструментів цієї підтримки, що поєднує глибоку психологічну ефективність з культурною та естетичною цінністю.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Борисова Т. Постановка дитячого театрального спектаклю як художньо-педагогічна проблема. Методика викладання мистецьких дисциплін. 2016, вип. 20, ч. 2, С. 15–20.
2. Вічний А. Театротерапія як метод ресоціалізації соціально дезадаптованої молоді. Університет Кардинала Стефана Вишинського у Варшаві.
3. Вічний А., Курляк І. Театротерапія як метод ресоціалізації соціально дезадаптованої молоді. УДК 37.013.42(075).
4. Петренко І. Травми війни у дітей американці лікують арттерапією, 2022. URL: <https://svoboda.ua/34200/2022/travmi-vijni-u-ditej-amerikanci-likuyutartterapiyeyu>
5. Возніцька-Парузель Б. Мистецтво створення релаксаційних казок. Острів безпеки у світі небезпеки: на допомогу бібліотерапевту. Львів, 2012, с. 89–91.
6. Вознесенська О. Л. Арттерапія спільнот: мистецтво як засіб подолання колективної травми. Простір арттерапії: творчість як задзеркалля реальності: матеріали XVII Міжнародної міждисциплінарної науково-практичної конференції (м. Київ, 27–29 лютого 2020 р.) / Л. А. Найдьонова, О. Л. Вознесенська, О. М. Скар (Ред.). Київ, 2020, с. 18–23.
7. Вольнова Л., Дьоміна Г. Чинники виникнення та посилення проявів тривоги у дітей дошкільного віку. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія: Психологічні науки. 2020, № 9(54), с. 32–45. URL: [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series12.2020.9\(54\).03](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series12.2020.9(54).03)
8. Василевська О. Казкотерапія як засіб психологічної роботи з різними віковими категоріями. Сумський ДПУ імені А. Макаренка

9. Василевська О., Двореченко Л. Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки, 2020, випуск 6, с. 24–31. URL: http://psy-visnyk.lnu.lviv.ua/archive/6_2020/6.pdf
10. Гончаровська Г. Ф. Ігрова терапія як засіб оптимізації дитячо-батьківських стосунків дітей з особливими потребами. Науковий вісник Херсонського державного університету, 2017, вип. 5, т. 2.
11. Гулько Г. О. Психологічні чинники актуалізації особистісних властивостей тривожного спектру в ситуації досягнення: дис. канд. психол. наук. Київ, 2017.
12. Дем'яненко О. В., Шавровська Н. В. Казкотерапія та психічний розвиток дитини. Актуальні проблеми природничих та гуманітарних наук у дослідженнях молодих учених «Родзинка–2018» / XX Всеукраїнська наукова конференція молодих учених, 2018, с. 320–322.
13. Діалог з елементами тренінгу "Війна...Дитинство триває". Конотопський дошкільний навчальний заклад (ясла-садок) №5 "Сніжок". URL: http://konotop-dnz5.edukit.sumy.ua/vijna_ditinstvo_trivaye
14. Емоційна напруга в дитини. Timmi.Club. URL: <https://timmi.club/emocijna-napruga-v-dytyni>
15. Емоції, пов'язані з війною, та емоції під час війни як допомогти дітям. 2022. Масарикова університет. URL: https://psych.fss.muni.cz/ukrajina/doporuceni/children_help_ua
16. Замелюк М. І., Мілішук С. О. Казкотерапія як психологічний метод у роботі з дітьми дошкільного віку, 2019, №63, т. 1, с. 41. УДК 159.98:37.013.77. DOI 10.32840/1992-5786.2019.63-1.8
17. Іванова Т. Тривога як психологічний феномен. Вісник Львівського університету. Серія Психологічні науки, 2020, №6, с. 72–78. URL: <https://doi.org/10.30970/2522-1876-2020-6-11>
18. Карпенко О., Ревть А. Особливості тривожності дітей дошкільного віку: теоретичні аспекти. Людинознавчі студії, 2022, №46, с. 36–41. URL: <https://doi.org/10.24919/2413-2039.13/46.5>

- 19.В. Літкевич, О. Палій, І. Тицька. Казкотерапія для дітей в умовах військових дій в Україні, 2024. DOI: 10.36074/grail-of-science.06.09.2024.052.
- 20.Є. Шевцова. Казкотерапія у ділі або арт-терапія під час війни, 2022. URL: <https://www.mustpost.online/kazkoterapeye-u-dili-abo-art-terapeye-pid/>
- 21.Потюк С. Казкотерапія як чинник формування здорового способу життя дітей. ГРАЛЬ НАУКИ, 2021. DOI: 10.36074/grail-of-science.24.09.2021.57.
- 22.Козлюк О. А., Руденко Н. М. Особливості розвитку тривожності дошкільників у системі дитячо-батьківських взаємин. Проблеми сучасної психології. Збірник наукових праць КПНУ імені Івана Огієнка, 2017, №36, с. 131–145.
- 23.Кузікова С., Зливков В., Лукомська С. Вікові особливості переживання травм війни: Інтегративний підхід. Науковий вісник ХДУ Серія Психологічні науки, 2022, №2, с. 64–70. <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2022-2-9>
- 24.Магдисюк Л. І., Федоренко Р. П., Замелюк М. І. Казкотерапія в психологічному консультуванні дітей та дорослих: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. III–IV рівнів акредитації. Луцьк: Вежа-Друк, 2019, с.152.
- 25.Монке О. С., Сьєбова Ю. Г. Інтеграція засобів артпедагогіки в подоланні тривожності дітей дошкільного віку. Актуальні проблеми дошкільної освіти: теорія та практика: матеріали II Всеукраїнської конференції здобувачів вищої освіти і молодих учених, 2022, вип. 2, с. 53–58.
- 26.Монке Олена. Сім казок для дорослих і дітей. Черкаси: Видавництво "Черкаський ЦНТЕІ", 2018.
- 27.Монке Олена. Fairytale-Therapy and Bodydynamics Supporting Children with Increased Anxiety / Казкотерапія і bodynamika у підтримці дітей з підвищеною тривожністю. Preschool Education: Global Trends. 2023. Vol.

- Р.3. Р. 7–29. УДК 159.92. URL: <https://doi.org/10.31470/2786-703X-2023-3-7-29>.
- 28.Мушкевич Мирослава. Казкотерапія як метод психологічного супроводу сімей із проблемною дитиною. Психологічні перспективи, 2019, вип. 33, с. 205–220. УДК 615.851:398.21]:316.6:316.362 URL: <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2019-33-205-220>.
- 29.Орленко І. М., Цимбалюк В. А. Особливості формування комунікативних навичок у дітей за допомогою казкотерапії. КЗВО «Одеська академія неперервної освіти Одеської обласної ради». Одеський національний економічний університет. URL: <https://doi.org/10.32782/3041-2005/2024-2-8>
- 30.Савінов В. Зворотня сторона переваг театральних засобів арттерапії: ризики та обмеження. Простір арт-терапії. Збірник наукових праць, 2020, вип. 1, с. 40. УДК 159.9; 792.
- 31.Савінов В. В. Плейбек-театр як технологія відновлення особистості, що переживає наслідки травматизації. Соціально-психологічні технології відновлення особистості після травматичних подій: практ. посіб. / Т. М. Титаренко, М. С. Дворник, В. О. Климчук та ін.; за наук. ред. Т. М. Титаренко. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2019, с. 182–190.
- 32.Скнар О. Виклики війни: ідентичність та інструменти роботи психолога (тіло як ресурс). Простір арт-терапії. 2022. № 1, с. 89–100.
- 33.Тихомирова А. А. Театральне мистецтво як засіб збереження ментального здоров'я здобувачів вищої освіти. Серія: Педагогіка та психологія. УДК 792:[316.347:613.86]:378.091.212. URL: <https://doi.org/10.32782/3041-2021/2025-1-22>
- 34.Тимків Ірина. Казкотерапія: філософсько-освітня рефлексія. Філософія для дітей. УДК 101+374. URL: <https://doi.org/10.31874/2309-1606-2021-27-2-4>.
- 35.Титаренко Т. М. Технології відновлення психологічного здоров'я особистості в умовах війни: комплексний підхід. Наукові студії із

- соціальної та політичної психології: зб. статей / НАПН України, Ін-т соц. та політ. психології; [ред. рада: М. М. Слюсаревський (голова), В. Г. Кремень, С. Д. Максименко, Т. М. Титаренко]. Київ: Талком, 2019, вип. 43 (46), с. 54–62.
- 36.Шестопа́л І. А. Казкотерапія як ефективний метод роботи психотерапевта з дітьми. Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія»: науковий журнал. Острог: Вид-во НаУОА, 2020, №10, с. 143–147.
- 37.Abbing A., Ponstein A., van Hooren S., de Sonnevile L., Swaab H., Baars E. The effectiveness of art therapy for anxiety in adults: A systematic review of randomised and non-randomised controlled trials. PLoS ONE, 2018. Vol. 13(12). [URL:https://doi.org/10.1371/journal.pone.0208716](https://doi.org/10.1371/journal.pone.0208716)
- 38.Alieksieienko T. Social and pedagogical support for a child and his family: theoretical and methodological aspect of the professional training of specialists. Vocational Training Some Problems And Contexts: monography. Chelm: Panstwowa Wzsza Szkola Zawodowa w Chelme. Chelmskie Towarzystwo Naukowe, 2016, с. 219–239.
- 39.Brockett O. G., Hildy F. G. History of Theater (10th ed.) / transl. from English: Tetiana Dytyna, Nazar Kozak, Hanna Leliv, Halyna Stashkiv. Lviv: Litopys, 2014, pp. 730.
- 40.Chechko T., Liakh T., Spirina T., Lekholetova M., Sapiha S., Salata K. Needs Assessment of Parents Raising Children with Disabilities in Preschool Educational Institution. Sociální práce/Sociálna práce/Czech and Slovak Social work. 2022. Vol. 4(22). P. 54–66. URL: <https://socialnprace.cz/en/article/needsassessment-of-parents-raising-children-with-disabilities-in-preschool-educationalinstitution-2/>
- 41.Dulia A. V., Liakh T. L., Veretenko T. G. The Problems and Needs of the Families of Antiterrorist Operation Participants: Results of In-depth Interviews. The New Education Review. 2019. Vol. 55 (1). pp. 220–230.

42. Dulia A., Liakh T., Veretenko T. Types of families of joint forces operation participants in the east of Ukraine and peculiarities of social work with them. Society, Integration, Education. Proceedings of the International Scientific Conference. Rezekne Academy of Technologies. 2020. Vol. 4. P. 211–221. DOI: <http://dx.doi.org/10.17770/sie2020vol4.5106>
43. Erickson H. H., Watson A., Beck M. The play's the thing: Experimentally examining the social and cognitive effects of school field trips to live theater performances. Educational Researcher. 2018. Vol. 47(4). Retrieved from: <http://surl.li/srgnfc>
44. Gulliver Katherine. Parents perceptions of social inclusion for children with Williams Syndrome: Masters Dissertation. Oslo, 2016. 99 p. URL: <https://www.duo.uio.no/bitstream/handle/10852/54671/KGulliverthesispdf.pdf?sequence=1>
45. Killick K. Art Therapy for Psychosis. Theory and Practice. ISPS The International Society for Psychological and Social Approaches to Psychosis, UK, 2017. 287 p.
46. Kravchenko O., Kucher G. Social and rehabilitation services in the local community. The system of social services of Ukraine amidst transformation: modern trends and challenges: Scientific monograph. Riga, Latvia: "Baltija Publishing", 2022. 218 p.
47. Liakh T., Faidiuk O. Comparative Analysis of Social Services Provided to Female Combatants and Veterans in Ukraine and Abroad. Society. Integration. Education. Proceedings of the International Scientific Conference. 2021. Vol. 3. P. 243–253. URL: <https://doi.org/10.17770/sie2021vol3.6382>
48. Liakh T., Spirina T., Popova A. Risk factors for developing children and young people dependent on substance use behavior. Society, Integration, Education. Proceedings of the International Scientific Conference. 2019. Vol. 3. P. 284–294. <https://doi.org/10.17770/sie2019vol3.3904>

49. Rogers R. C. Selected writings on client centered therapy: Becoming a person, significant aspects of client centered therapy, the process of therapy, and the development of insight in a counseling relationship. 2021.
50. Joseph Campbell Foundation. (2025). Joseph Campbell and the Hero's Journey. <https://www.jcf.org/learn/joseph-campbell-heros-journey>Бєлова О.
51. В. Ембодімент-підхід та ембодімент-пізнання: досвід вивчення й перспективи : [наук. стаття] / О. В. Бєлова // Слобожанський науковий вісник. Серія: Психологія, 2024, вип. 1, с. 7–11. URL: 10.32782/psyspu/2024.1.1.
52. Khalfa, S., Bella, S. D., Roy, M., Peretz, I., & Lupien, S. J. (2003). Effects of relaxing music on salivary cortisol level after psychological stress. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 999, 374–376.
<https://doi.org/10.1196/annals.1284.045>