

2. Зинкер Дж. В поисках хорошей формы. Гештальт-терапия с супружескими парами и семьями / Дж. Зинкер. — М. : Независимая фирма «Класс», 2000. — С. 157.
3. Кривцова С. В. Шкала экзистенции (*Existenzskala*) А. Лэнгле и К. Орлер / С. В. Кривцова // Экзистенциальный анализ. — № 1. — 2009. — С. 141-170.
4. Лебедева Н. В. Путешествие в Гештальт: теория и практика / Н. В. Лебедева, Е. А. Иванова. — СПб. : Речь, 2005. — 560 с.
5. Лэнгле А. Person: Экзистенциально-аналитическая теория личности / А. Лэнгле // Сб. статей / пер с нем. — 2-е изд. — М. : Генезис, 2009. — 158 с.
6. Майнина И. Н. Адаптация Шкалы экзистенции А. Лэнгле, К. Орлер к русскоязычной выборке : дипломная работа / И. Н. Майнина. — М. : МГУ, 2007.
7. Наранхо К. Гештальт-терапия / Клаудио Наранхо. — Воронеж : Модек, 1995. — С. 43-44.
8. Онищенко Г. І. Християнські цінності у психологічному консультуванні і психотерапії / Г. І. Онищенко // Практична психологія та соціальна робота. — № 6. — 2013. — С. 16-21.
9. Перлз Ф. Эго, голод и агрессия / Ф. Перлз. — М. : Смысл, 2000. — 358 с.
10. Перлз Ф. Гештальт-семинары / Ф. Перлз. — М. : Институт Общегуманитарных исследований, 2010. — 336 с.
11. Робин Ж-М. Теория гештальт-терапии в развитии / Жап-Мари Робин. — Воронеж : Московский Гештальт Институт, 2007. — 125 с.
12. Уилер Г. Гештальт-терапия постмодерна: за пределами индивидуализма / Г. Уиллер. — М. : Смысл; ЧеРо, 2005. — 489 с.

#### **2.4. Психологічна допомога клієнту у пошуку смислу особистісного існування засобами екзистенційно-гуманістичного підходу**

Вітчизняний соціокультурний простір характеризується відродженням і торжеством вищих людських цінностей, загостренням їх значущості в особистому і суспільному житті. Перебуваючи на межі екзистенційних переживань, людина потребує прояснення та урівноваження почуттів і віднайдення для себе тих цінностей, до яких вона прагне і може втілити у реальність, забезпечивши розвиток себе як біологічної, соціальної і духовної істоти. *Мета* дослідження — визначити теоретичні та методичні орієнтири психологічної допомоги

людині у пошуку смислу особистісного існування в сучасних соціокультурних умовах з позицій екзистенційно-гуманістичного підходу. Застосовувався *метод теоретичного аналізу наукової літератури; метод семантичного диференціалу; метод узагальнення* теоретичних і методичних напрацювань для визначення особливостей психологічної допомоги клієнту в пошуку смислу особистісного існування засобами екзистенційно-гуманістичного підходу.

*Ідея дослідження.* В сучасних соціокультурних умовах застосування названого підходу дає можливість допомогти людині в переосмисленні особистих смислів та способів втілення їх у життя. Вільна орієнтація у просторі життєвих цінностей та смислів, які забезпечують функціонування особистості на біологічному, соціальному або матеріальному та духовному рівнях, передбачає відкриття нею буттєвих цінностей. Метод семантичного диференціалу дозволяє виявити, а далі — враховувати у психотерапії, особливості розташування у семантичному просторі респондента понять (об'єктів), які розкривають його життєві орієнтири. У контексті екзистенційно-гуманістичного підходу встановлення смислового діалогу між психологом і клієнтом створює умови для відкриття людиною смислу особистісного існування. Діалог є простором і механізмом смислової взаємодії, засобом якої виступає метод інтерпретації символічних, метафоричних текстів, зокрема, притч (оповідок).

**Основні принципи і способи організації екзистенційно-гуманістичної психотерапії.** Дослідники екзистенційно-гуманістичної психології визнають унікальність буття окремої людини, концепцію постійного розвитку особистості (див. 2.2). Однією з найважливіших потреб особистості є потреба у смислі свого існування, щоб усвідомлювати своє життя як цілісний процес, що має певний напрям, спадкоємність і зміст [11, с. 208-209]. Людина — інтенціональна: вона спрямована в майбутнє, у її життя є мета і стратегії її досягнення, цінності та смисл [3]. Співвідношення минулого, теперішнього і майбут-

нього, подієвість життєвого шляху має смислову природу [12; 13].

Переживаючи екзистенційні проблеми, сучасна людина потребує психологічної допомоги у віднайденні та реалізації не будь-яких, а сутнісних, буттєвих смислів, прагне відчувати і виявляти себе *особистістю*, яка є суб'єктом власного життя, відповідальною за взаємодію із зовнішнім світом і самою собою. *Особистісний розвиток* — це шлях до себе, до справжнього Я, до формування себе як автора життя, відповідального за пошук і реалізацію найвищих життєвих смислів. Коли людина виходить саме на такий рівень розвитку, це свідчить про її особистісний рівень. Адже *рівень особистості* — це *рівень ціннісно-змістовної детермінації*, рівень існування у світі змістів і цінностей, які тісно пов'язані з уявленням про смисл життя, що є одночасно і засадою розвитку особистості, і її результатом [10, с. 241].

Погоджуючись з тим, що становлення смислів є умовою і результатом особистісного розвитку, ми зосередились на дослідженні не усієї множини можливих смислів, а саме **смислів особистісного існування, тобто таких смислів, без яких є неможливим становлення особистості людини, її суб'єктності**. Можна говорити, що наявність вищого смислу (або смислів, «смислового ядра»), як Любов, Совість, Гідність, Честь, Відповідальність, Творчість тощо, — ознака того, що людина є особистістю, яка здатна до постійного саморозвитку і самовдосконалення, пошуку нових граней свого існування. Сучасний психолог може надати допомогу в оволодінні смислом життя в процесі екзистенційно-гуманістичної психотерапії. Це — життєзмінююча терапія, вона розглядається як спосіб мислення, що детермінує спосіб життя. *Психолог має* опиратися на феноменологію клієнта, розуміти поняття суб'єктивного, розвивати свою чуттєвість і допомагати клієнту просуватися від звичайних розмов до більш глибокого дослідження суб'єктивного досвіду. *Терапевтичними факторами є:* розуміння клієнтом унікальної сутності своєї ситуації;

оцінка свого теперішнього, минулого і майбутнього; розвиток здатності вчиняти, беручи відповідальність за наслідки своїх дій; максимальна відкритість можливостям; здатність здійснити вибір й актуалізувати власні потенції [4]. Значна увага приділяється професійній підготовці психолога, допомозі студентові відрефлексувати й усвідомити ті особистісні цінності, які стануть основою його професійного росту [15, с. 42].

**Знахідки у дослідженні проблеми.** Нами розглянуто поняття «смысл життя», «життєві смисли», їх взаємовідношення, визначені соціокультурні чинники, які впливають на становлення сучасної парадигми психологічної допомоги людині у пошуку і реалізації життєвих, зокрема, «високих» смислів (термін запропонований нами). Доведено, що поняття смыслу особистісного існування є категорією екзистенційно-гуманістичного підходу, бо визначає не лише те, що людина має чи шукає смысл (екзистенційний бік), а також як суб'єкт прагне його вищої якості (пошук істини, добра, справедливості, любові, щастя — гуманістичний бік). Виявлено, що вітчизняні фахівці невпевнено вживають термін «духовність», «високі смисли життя», фактично не володіють технологією допомоги клієнту у пошуку смыслу особистісного існування, хоча 95% опитаних потребують такого методичного інструментарію. Опитування київських старшокласників показало, з одного боку, їх прагнення до «високих життєвих смислів», з другого — брак психологічних і соціальних умов для їх утвердження і реалізації (особистої відповідальності, підтримки з боку оточуючих).

Доказано, що «високий смысл» не лише те, що відповідає на питання «Що то за смысл? Як його можна назвати?», він характеризується емоційним ставленням до нього і готовністю певним чином діяти, вчиняти. Так, відповіді юнаків на ці запитання, а саме: «любити людей», «чинити добро», «намагатися знайти своє місце у житті країни», «бути гідним» — підкреслюють дієвість, вчинковість смыслу поряд з його змістовним наповненням та емоційним ставленням до нього. Щодо



психотерапевтів екзистенційно-гуманістичного спрямування, то більшість з них виявили екзистенційні смисли (за методикою В. Котлякова), що свідчить про відповідність їх практичної діяльності проблемі пошуку клієнтом особистісного смислу життя. Контент-аналіз відповідей на анкету показав, що провідним методом роботи з клієнтом є «душевна» розмова, емпатійна бесіда, діалог, який розглядається як умова і метод психотерапії, що сприяє усвідомленню людиною можливих життєвих смислів і пошуку індивідуального смислу. Матеріалом для діалогу обираються конкретні життєві історії, міфи тощо [5; 6].

На основі аналізу наукової літератури і власних досліджень визначені основні **теоретико-методологічні принципи і засоби екзистенційно-гуманістичного підходу**, які варто враховувати у психологічній допомозі клієнту в пошуку смислу особистісного існування:

- людина є цінність, цілісна особистість, що постійно розвивається;
- як суб'єкт вона має можливості самостійно, відповідально і творчо будувати своє життя;
- важливою екзистенційною цінністю є смисл особистісного існування, який не навіюється, а відкривається самою людиною;
- будь-які смисли життя підпорядковані найвищому, найважливішому смислу, або групі смислів («сміслове духовне ядро»);
- набуття високого смислу надає життю високої якості, бо поєднує матеріальну, соціальну і духовну складову;
- діалогічна взаємодія — умова та інструмент спілкування між психологом і клієнтом у рамках даного підходу;
- смислове спілкування сприяє розширенню уявлень клієнта про цінності життя, відкриттю власних резервів для самовдосконалення.

Консультант/психотерапевт допомагає людині вивільнити свій особистісний, творчий потенціал, задовольнити пра-

гнення свободи і відповідальності, розвитку себе як суб'єкта за законом, наповненим високими смислами. Психологічна допомога спрямована на відновлення цілісності та єдності особистості через переживання, усвідомлення, прийняття та об'єднання уже набутого, суб'єктивного і нового (під час взаємодії із психологом) досвіду, минулих, теперішніх намірів і майбутніх перспектив. Ефективне спілкування з людиною можливе за встановлення з нею діалогу, що передбачає смислообмін між суб'єктами взаємодії, гуманізацію цього обопільного процесу. Смісловий діалог ґрунтується на «відчутті спорідненості» у плані сприйняття і розуміння обома сторонами світу, явищ і подій, ролі та можливостей людини. Цьому сприяє належна атмосфера або, за К. Роджерсом, «сприятливий клімат консультування», який заохочує відкритість досвіду, упевненість у собі, зараджує самодослідженню і розпізнаванню факторів, що заважають особистісному зростанню.

**Методика семантичного диференціала у визначенні орієнтирів психологічної допомоги у пошуку смислу особистісного існування.** Метод СД застосовувався нами з метою вивчення зв'язків у семантичному просторі респондентів (психологів-консультантів/психотерапевтів і студентів — майбутніх психологів) понять, які є категоріями екзистенційно-гуманістичної психології та пов'язані з особистісним смислом життя, його становленням і реалізацією. Порівнювались наступні об'єкти: «Духовність», «Високий смисл життя», «Матеріальний смисл», «Щастя», «Кар'єра»; поняття «Совість» і «Відповідальність», котрі є невід'ємними від наміру відкриття, пошуку і здійснення смислу. Ці об'єкти співставлялись з «Я — в теперішньому», «Я — у минулому» і «Я — в майбутньому», що виявляє вектор розвитку чи регресії того чи іншого поняття у свідомості окремого індивіда або групи. «Я-реальний», «Я-ідеальний», «Ідеальний ровесник», «Ідеальний дорослий» виявляє ідеал, до якого прагне людина. Методикою було охоплено 70 осіб, з яких 50 — це студенти київських ВУЗів (1-3 курси) і 20 — психологи.

*Результати емпіричного дослідження.* Порівняльний аналіз розподілу досліджуваних об'єктів у просторі двох головних компонент вказує на схожість отриманих результатів як для студентів, так і для психологів. Поняття «Високий смисл» має високу достовірну позитивну кореляцію з «Відповідальністю» (коефіцієнт кореляції — 0,43), «Совістю» (0,37) і «Щастям» (0,32), з «Ідеальним дорослим» (0,42) й «Ідеальним ровесником» (0,40), з «Духовністю» (0,36), «Я — в майбутньому» (0,38) і «Я — ідеальним» (0,40). «Високий смисл» можна вважати деяким орієнтиром на шляху досягнення певного ідеалу. Совість, відповідальність, духовність, високий смисл в уявленні двох груп респондентів тісно пов'язані між собою.

У студентів простежується вектор «Я — в минулому» — «Я — в теперішньому» — «Я — в майбутньому» у напрямку до духовності, а у психологів, які скоріш зорієнтовані на матеріальні блага, духовність ближче розташована до «Я — в минулому». Тож, сучасна молодь, на відміну від людей старшого покоління, більш відкрита новому досвіду і можливостям, орієнтована на духовне вивищення. Щастя молодь скоріш пов'язує з відповідальністю і совістю, ніж з кар'єрою і матеріальним благополуччям.

Тотожність досліджуваних груп респондентів оцінювалася за допомогою критерію Хі-квадрат. Значущі розбіжності були виявлені в таких випадках: совість за шкалою «світлий-темний» психологи вважають більш темною ніж студенти, а високий смисл за шкалою «красивий-некрасивий», на думку психологів, є більш некрасивий. «Я — у теперішньому» по шкалі «ніжний-грубий» студенти частіше бачать більш грубим. Психологи у майбутньому за шкалою «красивий-некрасивий» вважають себе більш некрасивими, за шкалами «активний-пасивний», «швидкий-повільний» — більш пасивними і повільними. За шкалою «м'який-твердий» студенти вважають себе більш твердими, а психологи — м'якими. За шкалою «рухомий-нерухомий» для студентів Ідеальний дорослий є більш рухомим. «Мого ровесника» за шкалою «тяжкий-

легкий» психологи вважають більш легким. «Духовність» за шкалою «збуджений-розслаблений» студенти приймають як більш розслаблену, ніж психологи. «Матеріальний смисл» в уявленні студентів за шкалою «активний-пасивний» більш пасивний, за шкалою «складний-простий» — більш складний. Ця частина дослідження демонструє, що поняття яскраво емоційно насичені, мають чіткі асоціації, які пов'язані з відношенням до певного об'єкту, з тими чи іншими переживаннями, відчуженням, що варто враховувати у ході психологічної допомоги.

Усереднені дані СД не відображають унікальних індивідуальних особливостей, їх слід розглядати окремо (і за необхідності уточнювати за допомогою інших методів).

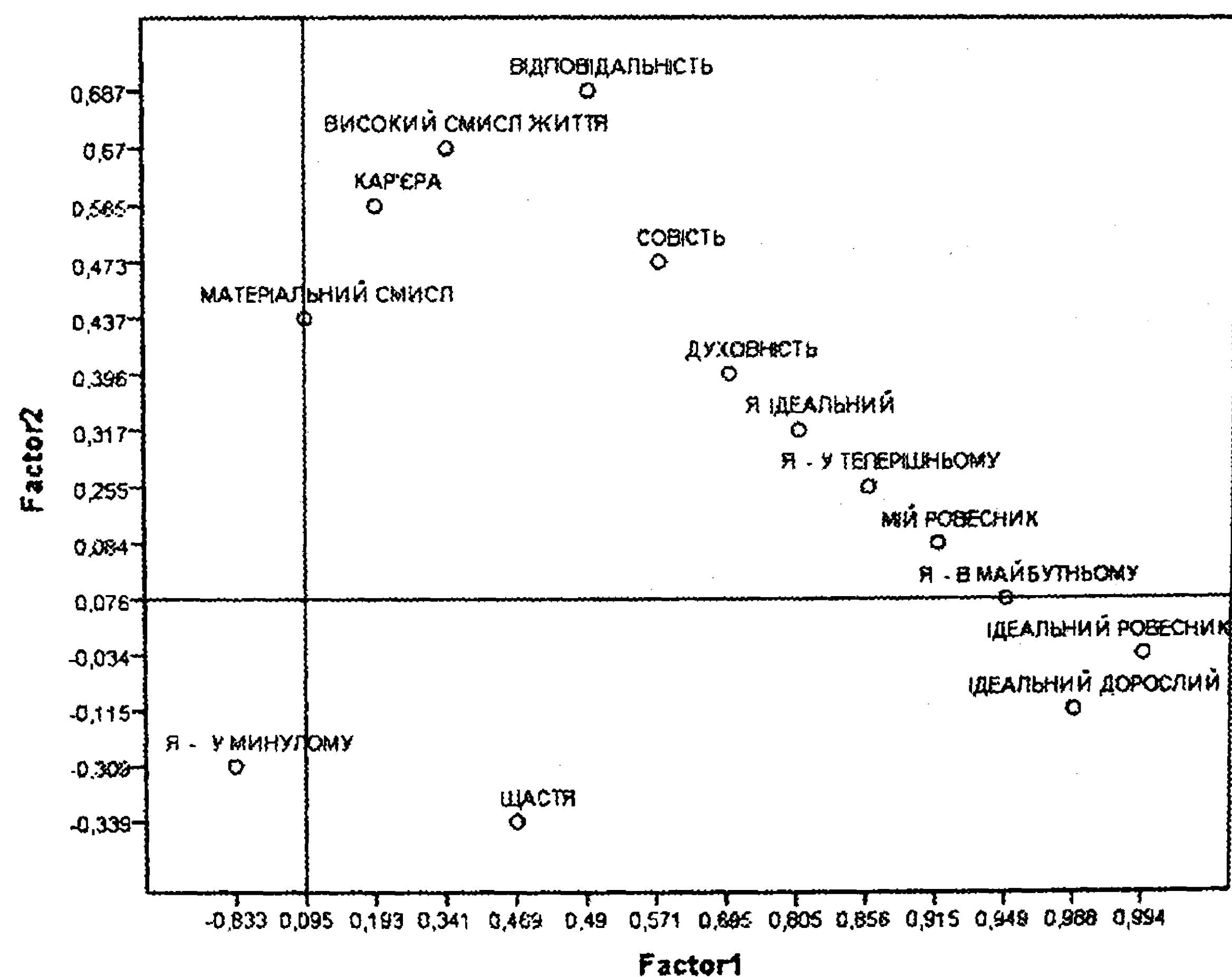


Рис. 2.2. Розподіл досліджуваних понять у просторі двох головних факторів індивідуального семантичного простору клієнтки (40 років)

Так, з рисунку 2.2 видно, що клієнтка позиціонує себе як людина совісна, духовна, відповідальна, але не щаслива. Вектор свого особистісного розвитку спрямовує на послаблен-



ня вище перелічених якостей, аби стати щасливою, як у минулому. Можливо, проблема у тому, що респондент розуміє совість, відповідальність, високий смисл як ззовні нав'язані. Інше розуміння, відчуття розглянутих понять, ймовірно, сприятиме новому осмисленню клієнткою свого життя, перспектив на власне майбутнє, в якому з'явиться місце тому, що вивищує особистісне існування.

Рисунок є приводом для бесіди, в ході якої психолог активно залучає клієнта до аналізу його життєвої ситуації, до прояснення тих багатьох зв'язків, які представлені на схемі.

**Поняття діалогу**, його значення у взаємодії людини зі світом розглянуто вище (див. 2.2). Ми зосередимося на розумінні діалогу як умови і методу екзистенційно-гуманістичної допомоги клієнту у пошуках смислу особистісного існування.

Діалог — це така форма міжособистісної взаємодії, за якої людина є не об'єктом чи умовою діяльності будь-кого іншого, а рівний йому вільний, унікальний, рівноправний суб'єкт [17]. Це — діяння, вчинок, що є сутнісним втіленням суб'єктної активності, коли одна людина активно сприяє розвитку іншої [18], як духовне спілкування, ідеальна форма «людино-людського» буття [7]. Діалог передбачає прийняття іншого, взаємоповагу, взаєморозуміння та емпатію, коли «інший відкриває себе тобі» [14] і кожен є відповідальним за те, що відбувається. Діалог, за М. М. Бахтіним, існує лише між особистостями, а особистість виникає лише в діалозі. Буття особистості завжди є «спів-буття», і воно має вийти на «діалог на вищому рівні», де «зустрічаються цілісні позиції, цілісні особистості» [1].

*Саме на діалоговому рівні відбувається спілкування між особистостями і становлення особистості, а, значить, залучення до діалогу вже є запорукою міжособистісного розвитку і взаємовдосконалення.*

Психолог як суб'єкт створює умови, щоб клієнт, як належить суб'єкту, виявив резерви для власного розвитку, руху вперед до саморозуміння, усвідомлення особистої мети і рекон-

струкції життєвого шляху. Діалог — це шанс обох звернутися до глибин своєї душі, вільно подорожуючи у світ духовного, спільно шукати резерви само- і взаєморозвитку.

**Діалогічне забезпечення психотерапевтичної взаємодії.** Фундаментальними для буття особистості з практичної точки зору діалогу є три види активності — сприймати, розуміти та відповідати [14, с. 5]. Суттєвим доповненням можуть служити оцінювання й видозмінювання висловів партнера, аргументування своїх повідомлень [9].

*Діалог розглядається нами як простір екзистенційно-гуманістичної психотерапії, тобто необхідна умова взаємодії психолога і клієнта, а також як механізм психологічної допомоги людині у пошуку смислу особистісного існування.*

Діалогічний простір характеризується взаємною довірою, повагою, емпатією партнерів, котрі мають потребу вислухати один одного, обмінятися думками. У процесі спілкування психолог досягає того, щоб клієнт відчув себе рівним суб'єктом комунікації й отримав можливість самостійно вирішувати свої проблеми, роздумувати над смислом власного життя. Це простір особистої свободи і визнання свободи іншого, власної і спільної відповідальності за розгортання, течію і результат діалогічної взаємодії. Налаштування на діалог, сам процес діалогічної взаємодії і діалогічна незавершеність складають етапи й умови успішної психологічної допомоги. У діалогічному просторі стає можливим і сприймання, і розуміння, й отримання відповіді на поставлені запитання.

Діалог як метод передбачає і розкриває можливості людини ставити запитання і давати на них відповідь, роздумувати, аналізувати, сперечатися, висувати власну і приймати іншу точку зору. Діалог має увінчатися певним консенсусом щодо смислів, життєвих пріоритетів, шляхів їх найкращого вирішення, найглибшого усвідомлення, залишаючи за особистістю простір (за межами психотерапевтичного) для самостійного вибору життєвого орієнтиру і подальшого самовизначення. Як метод, діалог має мету застосування, засоби і прийоми, очікуваний результат. Може здійснюватись у формі інтерв'ю або бесіди.

Засобом, за допомогою якого спілкування досягне мети – усвідомлення людиною свого фізичного, соціального, морально-естетичного, духовного вектору саморозвитку і самовдосконалення – може бути метод інтерпретації будь-яких символічних текстів, зокрема, притч. Під час інтерпретації змісту твору важливими є зустріч смислових орієнтирів психолога і клієнта, обговорення позицій, вихід другого на бачення власної життєвої проблеми і шляхів її вирішення. Символічний текст уможливорює сприймання, розуміння міфологічної ситуації, відповіді на екзистенційні питання. Дані, отримані за допомогою методу СД, враховуються у процесі діалогу з клієнтом, підбору текстів, інтерпретація яких допоможе йому відкривати смисли (відчуття їх цінності для себе), які досі не усвідомлювалися, і шукати можливості їх реалізації.

Мистецтво терапевта полягає у здатності застосовувати весь арсенал засобів, *не переходячи до маніпулювання*, яке суперечить діалогічній взаємодії (див. 2.2). Адже той, хто маніпулює, займає позицію «віддалену зверху» або «відчужену збоку», а це означає відсутність поваги, емпатії, здатності до компромісу, ставлення до іншого як до рівного собі. Функція психолога може бути у певному обсязі і сенсі направляючою, але не маніпулятивною, що відчувається співрозмовником як лицемірство, загравання, нав'язування чужої волі. Коли йдеться про вищі духовні цінності та смисли, які не можуть бути нав'язані, й пропонується діалог як відкрита і довірлива, суб'єкт-суб'єктна взаємодія, завдяки якій людина здатна відкрити в собі «ключові духовні змісти» [16, с. 29].

**Моменти входження у діалог.** Будь-які суперечності, незгода чи сумніви щодо діалогової взаємодії мають вказати психологу, що перед ним не «його клієнт» й годі очікувати бажаний психотерапевтичний ефект. Зустріч двох особистостей може статися і буде результативною після попередньої бесіди (передмови діалогу), визначення її тривалості, мети, засобів взаємодії, очікуваного результату. Психолог має отримати від клієнта згоду на діалогічне спілкування, яке передбачає

обмін думками, позиціями, коли кожен повинен «чути і бути почутим», дійти певного взаєморозуміння і ціннісно-сміслового консенсусу. Психолог як той, до кого звертаються, має дати поштовх до змін, а клієнт, будучи добровільно залученим у взаємодію, має відчувати себе людиною, яка сама робить висновки, стверджує свою позицію, налаштовується на конструктив, сприяє розвитку себе та іншого, вислуховує і сам дає відповіді на запитання.

**Інтерпретація оповідок як засіб відкриття особистісного смислу життя в процесі діалогічної взаємодії психолога і клієнта.** Варто пригадати, що історії, казки і притчі були тим засобом народної психотерапії, яке лікувало душевні рани задовго до виникнення психотерапії як науки [19]. Епічні прозові наративи, які є вагомим надбанням української традиції, стали своєрідним усним художнім літописом, який не просто відбиває історію, але й засвідчує розвиток народного світогляду, розуміння життя, ідеалів та прагнень українців упродовж багатьох століть [2], і, надихаючи їх на особистісні та соціальні перетворення, є надзвичайно актуальними сьогодні.

Розповідь притч та історій є одним із прийомів, який активно використовується в тренінгах розвитку самосвідомості й зближує психологічну роботу з мистецтвом [4]. Вони можуть створюватись самим ведучим чи братися з джерел і трансформуватись при викладі, залежно від того, як складається ситуація і якою є мета зустрічі. Притча вказує шлях до пізнання, осмислення життя, ціннісних пріоритетів, зображуваного явища з духовних позицій, дає можливість людині реконструювати життя [19].

Використання притч дуже органічно вплітається в бесіду. Людина не лише вирізняє певні цінності, смисли існування, але й вибудовує ієрархічну драбину закладених у притчі слів, дошукуючись до тих, які лежать поза твором. У ході обміну думками і враженнями щодо змісту притчі й аналогій із реального життя у клієнта відкривається можливість більш глибокого розуміння себе, інших людей, учинків, намірів, спо-



собів реалізації людини у світі. Робота над притчею сприяє пізнанню (і впізнаванню) власних життєвих цінностей та відкриттю для себе тих смислів, які підвищать рівень життя на більш високий, духовний рівень.

Наші спостереження показали, що за допомогою оповідки можна досягти: а) визначення, розуміння певного смислу («знайти себе справжнього»); б) відчуття (переживання) його («наче зі мною трапилось», «болісно», «приємно», «почуття провини», «гірко», «присмак негідного»); в) розуміння того, добре чи погано, благородно чи негідно діяли персонажі твору і як найкраще вчинити, аби це викликало позитивні емоції і почуття, переживання щастя й радості («тоді стане легко на душі», «не буде соромно, що комусь завдав шкоди»). Тобто, людина опановує смислом особистісного існування, поєднуючи зміст смислу, почуття та асоціації, які він викликає, та конкретні дії, що можуть призвести до бажаного.

*Певний алгоритм розуміння і пояснення міфологічної ситуації — називання значення, значимості і дієвості смислів, визначених самим клієнтом — переноситься на подальші запропоновані йому оповідки, а також на власні реальні історії життя, конкретні ситуації, причому як минулі, так і можливі, очікувані й прогнозовані.*

Розмірковуючи над художніми і власними життєвими історіями, людина може: відкрити зміст смислу життя, відчутти його «душею і серцем», знайти певні можливості втілювати його, відповідно вчиняти; пізнавши «радість відкриття» й надалі прагнути до власної досконалості, підняття свого життя, стосунків з людьми і світом до більш високого рівня.

Етапи діалогу.

**1.** Знайомство, установлення атмосфери довіри, прийняття, готовності почути один одного. Психолог дає можливість клієнту заспокоїтися і відчутти захищеність і готовність до спілкування: «Розкажіть про те, що Вас хвилює?», «Що очікуєте від нашого спілкування?», «Я спробую Вам допомогти, і Ви мені у цьому допоможете».

2. Означення мети, особливостей діалогічної взаємодії. Людина має повірити, що психотерапевт зацікавлений у вирішенні її проблеми, яка не є для нього сторонньою і формальною: «Давайте домовимося, що будемо слухати один одного, навіть сперечатися, але намагатися порозумітися, ділитися своїми думками, підтримувати контакт один з одним. Чи згодні Ви до такої розмови?» Психолог отримує ствердну відповідь — отже діалог розпочато, простір діалогу розгорнуто і можна переходити до наступного етапу.

3. Обговорення актуальної для людини проблеми, вихід на смисли, які є для неї важливими, реальними або проблематичними. Можливі вислови: «Що саме Вас хвилює, чому? Як Ви вважаєте, що або хто заважає здійсненню Ваших намірів, бажань? Що є найважливіше, а що менш важливе у цій ситуації, у Вашому житті? Поясніть свою думку. Що Ви відчуваєте?» На цьому етапі здійснюється прояснення особистої ситуації, можливих причин її виникнення, особливостей переживання і ставлення до того, що відбувається.

4. У процесі обміну думками у клієнта народжується особистісний смисл, він уперше висловлює для себе ідеї, відкриває їх значення для себе. Можливі фрази психолога: «Я уважно Вас вислухав. Дійсно, Ви маєте рацію. У мене такий погляд на цю проблему. Спробуємо розширити наше уявлення». Для отримання *«ефекту відкриття нового смислу»* доречно вдатися до оповідки, інтерпретація якої дасть можливість людині утвердитися у своїй думці або просвітити для себе смисли, які раніше їй не були відкриті: «Що Ви думаєте про це? Ви гадаєте, він вчинив правильно? Що Ви відкрили для себе? Що відчуваєте?» Враховуючи дані семантичного диференціалу: «Про що йдеться, яка основна ідея притчі? Як це співвідноситься з відповідальністю, зі щастям...? Чи нагадує зміст оповідки реальну життєву історію?» Психолог пропонує клієнтові «глянути» на власну ситуацію через призму притчі, з позиції її інтерпретатора, радника, мудреця, який спроможний вирішити проблему. *Місток у майбутнє*: запропонувати для роздумів: «Що на сьо-

годні Ви вважаєте для себе неможливим, але бажаним? А якщо спробувати? Як можна діяти в цій ситуації?»

5. Знаходження спільного у клієнта та психолога, а саме — схожих смислів і шляхів їх втілень у життя. Психолог підводить: «Цю проблему можна розуміти так і так. Наші висловлювання дещо збігаються. Є різниця, але це тільки урізноманітнює і збагачує наші уявлення про те, про що ми говоримо. Різні люди можуть мати різні думки, і уявлення кожного з нас може змінюватися щодо якогось предмета чи явища, іншої людини і, навіть, самого себе, почуттів і вчинків. Людина не лише прагне чогось, а й переживає за свої наміри і дії. Зробимо деякі висновки щодо притчі і Вашої особистої історії, з якою Ви прийшли на консультацію».

*Людина стає і відчуває себе особистістю, суб'єктом у спілкуванні з таким само суб'єктом.* Зрозуміти себе, свої думки і прагнення стає можливим у процесі спілкування з особистістю, яка приймає і поважає тебе, твою думку. Поважаючи іншого, людина сама починає поважати себе, цінити свої здобутки. Інтерес до тебе, твоєї позиції спонукає до адекватної самооцінки, до поваги своїх життєвих орієнтирів і вчинків. Людина починає в себе вірити, коли інший вірить в неї і готовий підтримати. «Дякуючи розумінню терапевта, покращується розуміння пацієнтом самого себе», — зауважує А. Ленгле [14, с. 6].

6. Діалог завершується визначенням співрозмовниками результатів співдії, особистісних можливостей клієнта у подальшому усвідомленні власної проблеми, залежності її існування і загострення від розуміння системи життєвих цінностей і смислів. У нього має залишитися відчуття незавершеності цього процесу, прагнення не зупинятися на досягнутому, а рухатися вперед, розвиватися і вдосконалюватися як особистість. Важливим є усвідомлення клієнтом того, що його опонент також отримав задоволення і відкрив для себе щось нове через спілкування. Орієнтовні слова психолога: «Як Ви можете охарактеризувати проблему, з якою Ви прийшли, зараз? Що нового чи

відмінного з'явилося у Вашому розумінні, відчутті щодо Вашої ситуації? Поясніть, що вплинуло на Ваше розуміння. Ви успішно впоралися з розглядом своїх почуттів і дій. У мене також з'явилися нові думки, ця зустріч була для мене цікавою».

7. Психолог пропонує клієнту стати самому собі дослідником і терапевтом (як перехід зовнішнього діалогу у внутрішній): «Ця зустріч ще не вирішення питання, яке Вас хвилює. Але Ви вже самі відчуваєте і бачите, як можна щось міняти у своєму ставленні до проблеми, вирішення якої підштовхує Вас віднаходити можливості як у спілкуванні з людьми, так і особистісні, внутрішні, які варто лише розкрити. Задоволення, відчуття впевненості, яке мало місце у процесі нашої зустрічі, варто закріпити. Оберіть будь-яку іншу ситуацію, яка Вас турбує. Спробуйте проаналізувати її з точки зору життєвих цінностей і пріоритетів, можливостей удосконалення себе як людини, яка хоче й може відчувати себе сильною і вільною, відповідальною за своє життя, щасливою». Психолог згортає діалог, висловлюючи надію на успішне вирішення клієнтом його проблеми і виражає готовність за необхідності прийти на допомогу (або призначає зустріч).

***Приклад роботи з оповідкою у процесі смислового діалогу.***

Проблема клієнта (Ольга — 30-ти років, рік тому розлучена, дітей немає): розрив значущих стосунків з коханим чоловіком, як наслідок — відчуття втрати себе, смислу життя, жага помсти. Звернулась, аби їй допомогли віднайти себе, смисл життя, бажання і сили жити далі. Терапевт (Т.) повідує Ользі (О.) притчу.

**«Притча про каву»<sup>1</sup>:**

*Приходить до батька донька й каже:*

*— Батьку, я втомилася, у мене таке важке життя, такі труднощі і проблеми, я весь час пливу проти течії, у мене немає більше сил. Що мені робити?*

---

<sup>1</sup> Притча про каву. Електронний ресурс: <http://firtka.if.ua/?action=show&id=39056> (подана з деякими змінами).



*Проте замість відповіді батько поставив на вогонь три однакових каструлі з водою. В одну кинув моркву, в іншу поклав яйце, а в третю насипав зерна кави. Через деякий час він вийняв з води моркву, яйце і налив у чашку каву.*

*– Що змінилося? – запитав він свою доньку.*

*– Яйце і морква зварились, а зерна кави розчинилися у воді, – відповіла вона.*

*– Ні, доню моя, це лише на перший погляд так. Подивися: тверда морква, побувавши в кип'ятку, стала м'якою і вразливою. Рідке яйце стало твердим. Зовні вони не змінилися, а змінили лише свою структуру під впливом однакових несприятливих умов – окропу. Так і люди – сильні зовні можуть розклеїтись і стати слабкими там, де крихкі і ніжні лише тверднуть і міцніють.*

*– А кава?*

*– Це найцікавіше. Зерна кави розчинилися у ворожому середовищі й змінили його – перетворили окріп в чудовий ароматний напій. Є особливі люди, які в силу складних обставин не лише виявляють свої найліпші якості, а змінюють на краще оточуючий світ, перетворюють його на щось нове і прекрасне, отримуючи користь і знання в даній ситуації.*

**Далі Т. з'ясовує, яке враження притча справила на О., які варіанти виходу із кризового стану їй більш до вподоби.**

**Т.:** Як Ви розумієте цю притчу?

**О.:** Здається, вона нагадує мою ситуацію... Я слабка, у мене немає сил, почувуюся морквиною, м'якою і безвольною, яка вже нічого нічого не може, аби лише розвалитися, або щоб хтось її з'їв. Та ще й з огидою сплюнув... (тяжко зітхає)

**Т.:** А з яйцем є якісь асоціації?

**О.:** Так. Мені б хотілося затверднути і нічого не відчувати, але яйце легко розбити, зверху міцне, а всередині м'яке. Хотілось би бути як кава (стримано посміхається).

**Т.:** Що ви маєте на увазі, як це?

**О.:** Щоб змінитися на краще, (дещо зухвало, з викликом) стати гарною, запашною, кращою, ніж просто зерном.

**Т.:** Бути напоєм краще ніж зерном? Чому Ви так вважаєте?

**О.:** Зерно просто зерно, ніякої користі з нього, лише, правда, запах. А кава як напій бадьорить, гарно виглядає, це стильно.

**Т.:** А окріп — ворожа для зернятка кави умова?

**О.:** Скоріш як випробування. Бачте, і для інших — моркви і яйця — також. Знаєте, начебто і для них є сенс у тому, щоб попасти у кип'яток. Я навіть думаю, що я скоріш за все була зерном, але воно не зійшло, не було умов.

**Т.:** Яких саме?

**О.:** Сонця, тепла, я засохла, мене розтоптали.

**Т.:** Як Ви гадаєте, чи можна щось вдіяти, аби стати, як кавовий напій?

**Т. апелює до активної позиції О.**

**О.:** Складне питання (усміхається, задумується, помітно міняється поза — зі скутої у більш розслаблену). Ну якби кип'яток такий був, що змінив би мене. (З сумом) Один уже ошпарив...

**Т.:** Але ж не окріп зробив запашний напій, а щось у самій каві є, так чи ні?

**О.:** Звичайно, кава сама по собі вже кава, а вода без неї — просто вода.

**Т.:** Чи можна сказати, що і у Вас є щось таке, що може перетворити просту, здавалось би, зернину, на чудовий напій?

**Т. запрошує О. до пошуку внутрішнього ресурсу.**

**О.:** Знаєте, я колись займалась танцями, дуже люблю рух, сама визначаю для себе, що модно і красиво...

**Т.:** ...?

**О.:** До речі, я думала повернутися до цього заняття, але після розлучення багато плакала і мені все було...

**Т.:** Байдуже?

**О.:** Так, коли Його поруч немає, то і мене самої так само. Я хочу, аби він пожалкував, що пішов від мене (голос зривається).

**Т.:** А як же кава?

**О.:** Я Вас розумію: я сама по собі вже значуща. В мене багато що є, і я можу це реалізувати... Буду чекати свій (намагається жартувати) окріп, тобто те, що мене, можливо, витягне з цього стану.

**Т. пропонує клієнтці дослідити власні можливості.**

**Т.:** А як Ви його відчуваєте? Свій стан?

**О.:** Наче стискає у грудях, боляче, важко дихати, клубок у горлі.

**Т.:** Який смак і колір має Ваш стан?

**О.:** Гіркі сутінки, трохи мрячить, прохолодно.

**Т.:** Які Ваші дії в цій ситуації, що Ви робите?

**О.:** Стою біля урвища.

**Т.:** Хто може втримати?

**О.:** Та я сама, мабуть, і можу.

**Т.:** Що перше треба зробити?

**О.:** Відійти на крок назад, аби не впасти...

**Т.:** Щоб втриматися? А навіщо?

**О.:** Щоб жити далі. Адже не все скінчено?!

**Т.:** Що Вас тримає?

**О.:** Віра у краще. У своє майбутнє.

**Т.:** Як би Ви могли зарадити собі?

**О.:** (Замислюється) Можливо, зайнятися тими справами, які мене тішать і приносять чи колись приносили задоволення... танцями. До речі, подруга радить піти з нею на бальні танці. Ви гадаєте, це мені допоможе?

**Т.:** Думаю, добра ідея. Що Ви відчуваєте, коли про це говорите?

**О.:** Полегшення, відчуваю, що ще жива і можу щось робити. Відчуваю якийсь рух. Ви раніше питали про колір і смак. То колір веселки, і присмак чистої води, яку хочеться пити.

**Т.:** А може запашної кави?

**О.:** (Всміхається) Може. Але все ж таки води. Кава буде потім.

**Т.:** Коли?

**О.:** Коли все у мене складеться, я буду відчувати, що...

**Т.:** Щаслива?

**О.:** Так. Дійсно так.

**Т.:** А як Ви розумієте щастя?

**О.:** Коли все, про що я мрію, є, коли є людина чи люди, які тебе цінують і ніколи не зрадять. Коли є з ким поговорити, відвести душу. Як ми з Вами зараз.

**Т.:** Це все і є для Вас щастя?

**О.:** Частково. Я хочу гарну родину, дітей, мати професію, адже зараз вчуся і скоро отримаю другий диплом. Хочу бути собі цікавою.

**Т.:** І невдовзі перетворитися на... (тримає в руках листок з притчею).

**О.:** (усмішка людини, яка розуміє, про що йдеться) ...так, на запашну каву, з якою ніяка морквина і яйце не зрівняється.

**Т.:** Бо кава сама прикрасила світ і сама собі на радість?

**О.:** Так!

**Т.:** На початку нашої зустрічі Ви сказали, що хотіли б помститися.

**Т. досліджує ставлення О. до своєї первинної стратегії виходу з кризи (помсти) після пропрацювання оповідки.**

**О.:** Хотіла... А навіщо, хіба мені від цього буде легше і краще? Мені зараз важко, дуже, але я бачу, що насправді проблема у мені самій. Адже хтось, може, й не переймався би?

**Т.:** Залишити помсту? Але ж так Ваш чоловік ніколи не зрозуміє, яка Ви чудова жінка і дружина, що він помилився, що він все ж таки винен?

**Т. парадоксальним запитанням посилює конфронтацію з первинним бажанням О. помститися, створюючи простір для самостійного укріплення жінки в новій, більш конструктивній позиції.**

**О.:** Хіба ж таким чином можна щось довести? І чи треба взагалі?! От якщо я справді стану кращою, тоді і він помітить. Може так статися, що мені це все буде байдуже.



**Т.:** Яка думка Вас зараз, скажімо так, «гріє»?

**О.:** Певно, те, що я себе можу розуміти і зупинити.

**Т.:** Якими словами Ви могли б визначити Ваші прагнення, те, для чого далі жити?

**О.:** Словами? Життя. Бути щасливою. Робити все можливе для того, щоб досягти успіху у майбутній роботі. Терпіння і праця.

**О. самовизначається у своїх цінностях, смислах.**

**Т.:** А хто має все це утримувати, берегти?

**О.:** Я сама. Мушу відповідати за все своє сама.

**Т.:** ...інакше заберуть, переорієнтують, звернуть зі шляху?

**О.:** Звичайно! Сама обираю, сама і відповідаю.

**Т.:** Згодна! А все ж таки, що для Вас найголовніше?

**О.:** Щастя.

**За даними СД, об'єкт «Щастя» О. спрямований у майбутнє, хоча «Відповідальність» залишилася у минулому і притаманною «Ідеальному Дорослому», з яким клієнтка себе не асоціювала. У діалозі ми поєднали щастя з відповідальністю за своє життя.**

**Т.:** Як до нього йти, що слід робити?

**О.:** Втриматися від суму, радіти, згадати хороших подруг, менше згадувати про Нього.

**Т.:** А якщо згадувати, з яким почуттям?

**О.:** Добре, що все ж таки було, що було. З вдячністю, наскільки можливо.

**Т.:** А як же почуття помсти?

**О.:** Ні, неправильно це. Якщо буду мститись — не помічатиму щастя. Правильно ж? А я хочу сама радіти життю і щоб люди поруч теж раділи.

**Т.:** Як запашній каві?

**О.:** Так.

**Очевидно, у ході інтерпретації притчі можливе досягнення мети: розширення розуміння клієнтом своєї проблеми та власних можливостей щодо її вирішення. На символічному рівні відбувається інтроеціювання вірогідного**

*конструктивного виходу клієнта з кризової ситуації. При-  
тча звертається до активної позиції людини як творця з  
перетворення свого життя, містить у собі активізуючий  
потенціал здорових ресурсів особистості. Твір підбира-  
ється індивідуально до конкретного випадку, проблемної  
ситуації клієнта з урахуванням його психологічних особ-  
ливостей, рівня включення у психотерапевтичний процес,  
соціокультурної ситуації, в якій він перебуває.*

Отже, для сучасної людини питання пошуку смислу особи-  
стісного існування є досить актуальним. Ця проблема вирішу-  
ється у ході і засобами психологічної допомоги екзистенцій-  
но-гуманістичного спрямування, яке пов'язане з категоріями  
екзистенційного (смысл як буттєва проблема) і гуманісти-  
чного напрямів (пошук духовного, сутнісного). Важливою  
особливістю цього процесу є діалогічна взаємодія психолога і  
клієнта, усередині якої здійснюється ціннісно-смысловий вза-  
ємообмін. Смысловий діалог є методом, умовою чи простором  
психологічної допомоги у пошуку смислу особистісного іс-  
нування. Сприятливі діалогу має певна атмосфера, завдяки якій  
діалог розкривається, розгортається, підтримується і продов-  
жується далі, уже на рівні індивідуальної свідомості, у процесі  
самодослідження і саморозвитку.

Психологічна допомога екзистенційно-гуманістичного  
напрямку має сприяти розумінню людиною себе і світу від-  
повідно до її наявних життєвих ідеалів, цінностей, особистіс-  
них смислів, пропонуючи їй вектор, можливі шляхи і способи  
духовного самопізнання і саморозвитку, втілення життєвих  
задумів. У даному параграфі представлено авторське бачення  
особливостей використання засобів екзистенційно-гуманіс-  
тичного підходу у психологічній допомозі сучасному клієн-  
ту в пошуках особистісного смислу існування, що не тільки  
не виключає, а й вітає інші розуміння заявленої проблеми та її  
вирішення у вітчизняних соціокультурних умовах.

### Використана література

1. Братченко С.Л. Диалог / С.Л. Братченко, Д.А. Леонтьев // Экзистенциальная традиция: философия, психология, психотерапия. — 2007. — № 2 (11). — С. 23-28.
2. Бріцина Л. Українські епічні прозові паративи [Електронний ресурс] / Л. Бріцина, Г. Довженюк. — Режим доступу : <http://ukrainaforever.pagod.ru/ukrproza.html>. — Назва з екрану.
3. Вахромов В.В. Самоактуализация и жизненный путь человека [Электронный ресурс] / В.В. Вахромов. — Режим доступа : <http://www.hpsy.ru/public/x049.htm>. — Название с экрана.
4. Вачков И. В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники / И. В. Вачков. — М. : Ось-89, 1999. — 176 с.
5. Гурлева Т. С. Високий смисл життя як цінність і чинник формування стратегій психологічної допомоги у вирішенні людиною екзистенційних проблем / Т. С. Гурлева // Соціокультурні чинники становлення сучасної парадигми психотерапевтичної допомоги особистості : монографія / [З. Г. Кисарчук, Л. О. Гребінь, Т. С. Гурлева та ін.] ; за ред. З. Г. Кисарчук. — Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2012. — С. 94-118.
6. Гурлева Т. С. Умови і методи психологічної допомоги людині в опануванні смислом особистісного існування / Т. С. Гурлева // Актуальні проблеми психології [Том III: Консультативна психологія і психотерапія] : зб. наук. праць Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України. — К., 2013. — С. 152-167.
7. Дьяконов Г. В. Экзистенциально-онтологическая концепция диалога / Г. В. Дьяконов // Психология общения: социокультурный анализ : мат-лы конф. — Ростов-на-Дону : Изд-во Ростовского университета, 2003. — С. 114-116.
8. Знаков В. В. Поимание субъектом мира как проблема психологии человеческого бытия / В. В. Знаков // Проблема субъекта в психологической науке / Под. ред. А. В. Брушлинского, М. И. Володиковой, В. Н. Дружинина. — М. : Академический проект, 2000. — С. 86-105.
9. Кисарчук З. Г. Влияние особенностей диалога младших школьников на эффективность их совместной деятельности : дисс. ... канд. психол. наук / З. Г. Кисарчук. — Киев, 1985. — 179 с.
10. Козерацька Н. М. Деякі фактори впливу на ціннісні орієнтації студентів / Н. М. Козерацька // Творчість як засіб особистісного росту та гармонізації людських стосунків : мат-ли Міжнар. наук.-практ. конф. — Житомир, 2005. — С. 237-242.
11. Кон І. С. Психологія ранньої юності : кн. для вчителя / І. С. Кон. — М. : Просвещение, 1989. — 255 с. : пл. — (Психол. наука — школі).
12. Коношевич В. Цінісно-смисловий підхід у дослідженні життєвого шляху особистості / В. Коношевич // Вісник київського нац. ун-ту ім. Т. Шевченка. Психологія. Педагогіка. Соціальна робота. — №4. — 2012. — С. 20-22.

13. Леонтьев Д. А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности / Д. А. Леонтьев. — 3-е изд., доп. — М.: Смысл, 2007. — 511 с.
14. Лэнгле А. Персональный экзистенциальный анализ [Электронный ресурс] / А. Лэнгле. — Режим доступа: [http://www.webaholics.at/userfile/doc/PEA\\_Russian.pdf](http://www.webaholics.at/userfile/doc/PEA_Russian.pdf). — Название с экрана.
15. Музика О. Л. Тренінг ціннісної підтримки професійного становлення психологів / О. Л. Музика // Актуальні проблеми психології: Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія / За ред. С. Д. Максименка, М. В. Папучі. — Київ — Ніжин: Вид-во НДУ; ДС «Міланік», 2007. — Т. 10, вип. 1. — С. 42-44.
16. Папуча М. В. Проблеми психології особистісного розвитку / М. В. Папуча. — Ніжин: ПП Лисенко М. М., 2008. — 384 с.
17. Рюмшина Л. И. Диалог как основа человеческого существования [Электронный ресурс] / Л. И. Рюмшина // Учебн.-метод. пособие к спецкурсу «Психология человеческого существования: от диалога к манипуляции». — Часть II, 2007. — Режим доступа: <http://window.edu.ru/library/pdf2txt/826/68826/43034>. — Название с экрана.
18. Татенко В. О. Вчинок в онтологічному вимірі / В. О. Татенко // Основи психології: підручник. — Київ: Либідь, 1995. — С. 402-424.
19. Шиловська О. М. Притча як метод нарративної психології [Електронний ресурс] / О. М. Шиловська // Технології розвитку інтелекту: Електр. наук. журн. — Том 1, № 2. — 2011. — Режим доступу: [http://psytir.org.ua/upload/journals/2/authors/2011/SHILOVSKA\\_ELENA\\_N\\_prytcha\\_yak\\_metod\\_naratyvnoi\\_psyhologii.doc](http://psytir.org.ua/upload/journals/2/authors/2011/SHILOVSKA_ELENA_N_prytcha_yak_metod_naratyvnoi_psyhologii.doc). — Назва з екрану.

## **2.5. Соціокультурна специфіка психотерапевтичної роботи з феноменом переживання в ситуації життєвого вибору**

У сучасній практичній психології все частіше говорять про адаптацію існуючих психотерапевтичних методів до особливостей українського менталітету (З. Г. Кісарчук, Л. П. Пономаренко та ін.). У даному параграфі розглядається екзистенційно-гуманістичний підхід з точки зору його відповідності українським соціально-психологічним реаліям.

Екзистенційно-гуманістичний підхід у клієнтоцентрованій терапії К. Роджерса, гештальт-терапії й екзистенційному аналізі досить широко представлений на території України (Г. І. Опищенко, Ю. О. Живоглядюв, О. С. Кочарян та ін.). Ба-



**НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ  
ІНСТИТУТ ПСИХОЛОГІЇ ІМЕНІ Г. С. КОСТЮКА**



**ТЕОРІЯ І ТЕХНОЛОГІЇ ЗАСТОСУВАННЯ  
СУЧАСНИХ ПІДХОДІВ ДО ПСИХОТЕРАПІЇ  
У ВІТЧИЗНЯНИХ СОЦІОКУЛЬТУРНИХ  
УМОВАХ**

*Монографія*

За редакцією З. Г. Кісарчук

Київ-Кіровоград  
ТОВ «Імекс-ЛТД»  
2014

УДК 159.9.01: 615.851 | (477)  
ББК 53.57885  
Т 33

*Рекомендовано до друку вченою радою Інституту психології  
імені Г. С. Костюка НАПН України (протокол № 5 від 02 червня 2014 р.)*

**Рецензенти:**

**Балл Г. О.** — член-кореспондент НАПН України, доктор психологічних наук, завідувач лабораторії методології і теорії психології Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України;

**Панюк В. Г.** — директор Українського науково-методичного центру практичної психології і соціальної роботи, доктор психологічних наук.

Т 33      **Теорія і технології застосування сучасних підходів до психотерапії у вітчизняних соціокультурних умовах** : монографія / З. Г. Кісарчук, Я. М. Омельченко, Г. П. Лазос, Б. В. Плескач [та ін.] ; за ред. З. Г. Кісарчук. — К.-Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2014. — 268 с.  
ISBN 978-966-189-340-4

У колективній монографії, підготовленій науковцями лабораторії консультативної психології та психотерапії Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України, розглядаються особливості застосування сучасних психотерапевтичних методів у вітчизняному соціокультурному просторі. Спираючись на важливі тенденції, що характерні для становлення сучасної парадигми психотерапії, осмислюючи філософсько-методологічні засади та історико-культурну зумовленість існуючих психотерапевтичних методів, враховуючи соціокультурні чинники розвитку вітчизняної теорії і практики психотерапевтичної допомоги, автори розкривають теоретичні та технологічні аспекти застосування у сучасному соціокультурному середовищі низки методів психодинамічного, екзистенційного, гуманістичного та системного напрямів психотерапії. Визначаються теоретико-методологічні принципи у їх застосуванні, зокрема щодо опрацювання актуальної для вітчизняних клієнтів проблематики, надаються відповідні методичні рекомендації, що сприятиме забезпеченню психологів-практиків новими науковими знаннями та технологіями психологічного консультування і психотерапії.

Монографія адресована психологам — як науковцям, так і практикам, викладачам вищих навчальних закладів, а також усім іншим фахівцям, що працюють у галузі психологічного консультування і психотерапії.

УДК 159.9.01: 615.851 | (477)  
ББК 53.57885

ISBN 978-966-189-340-4

© Інститут психології імені Г. С. Костюка  
НАПН України, 2014

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП</b> (З.Г. Кісарчук) .....	5
<b>Розділ 1. ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ СУЧАСНИХ МЕТОДІВ ПСИХОДИНАМІЧНОЇ ПАРАДИГМИ У ВІТЧИЗНЯНИХ СОЦІОКУЛЬТУРНИХ УМОВАХ</b> .....	8
1.1. Кататимно-імагінативна психотерапія: теоретичні та технологічні аспекти застосування у вітчизняному психотерапевтичному просторі (З.Г. Кісарчук, Г.П. Лазос) . . . . .	8
1.2. Соціокультурна специфіка у використанні в роботі з підлітками символдраматичного тесту-мотиву «Три дерева» (Г.П. Лазос) . . . . .	38
1.3. Технології формування зрілих стосунків у сучасних родинах засобами кататимно-імагінативної психотерапії (Я.М. Омельченко) . . . . .	58
1.4. Методологічні принципи, умови та техніки застосування структурно-психодинамічної моделі психотерапії у сучасному соціокультурному середовищі (Л.О. Гребінь) . . . . .	80
1.5. Соціокультурні особливості використання стосунку «психотерапевт-клієнт» в інтерперсональній психотерапії (І.А. Данилевський) . . . . .	101
1.6. Вплив соціально-економічних умов на формування способів задоволення потреб людини (на основі психоаналітичних концепцій) (Б.В. Плескач) . . . . .	112
<b>Розділ 2. ЕКЗИСТЕНЦІЙНО ТА ГУМАНІСТИЧНО ЗОРІЄНТОВАНІ МЕТОДИ І ПІДХОДИ В ОПРАЦЮВАННІ СУЧАСНОЇ ПРОБЛЕМАТИКИ КЛІЄНТІВ</b> .....	129
2.1. Передумови розвитку, принципи та технології персоналістичного підходу в сучасній вітчизняній психотерапії (Т.П. Юрченко) . . . . .	129
2.2. Діалог як принцип і засіб екзистенційно-гуманістичного підходу до психотерапії у вітчизняних соціокультурних умовах (Я.М. Омельченко, О.І. Єрмусевич) . . . . .	146

2.3. Розвиток онтологічної здатності до співбуття з іншими, контакту і любові засобами генітальт-терапії у вітчизняних соціокультурних умовах (Г.І. Опищенко) ...	163
2.4. Психологічна допомога клієнту у пошуку смислу особистісного існування засобами екзистенційно-гуманістичного підходу (Т.С. Гурлева).....	181
2.5. Соціокультурна специфіка психотерапевтичної роботи з феноменом переживання в ситуації життєвого вибору (Н.Ю. Журавльова) .....	204
2.6. Застосування методу психодрами у психотерапевтичній допомозі з розвитку дефіцитарних жіночих ролей у вітчизняному соціокультурному просторі (Л.І. Литвиненко).....	221
<b>Розділ 3. СИСТЕМНИЙ ПІДХІД У ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНІЙ ДОПОМОЗІ ОСОБИСТОСТІ.....</b>	<b>239</b>
3.1. Застосування системного підходу (нарративних технологій) у психотерапевтичній допомозі з розвитку здатності людини до моральнісної самореалізації (Н.П. Демидюк) .....	239
3.2. Інтегративна методика «Системний нарратив» для діагностики адиктивної поведінки у осіб юнацького віку (В.С. Уркаєв) .....	252
<b>Заключення (З.Г. Кісарчук) .....</b>	<b>262</b>
<b>Додатки .....</b>	<b>264</b>
<b>Відомості про авторів .....</b>	<b>266</b>