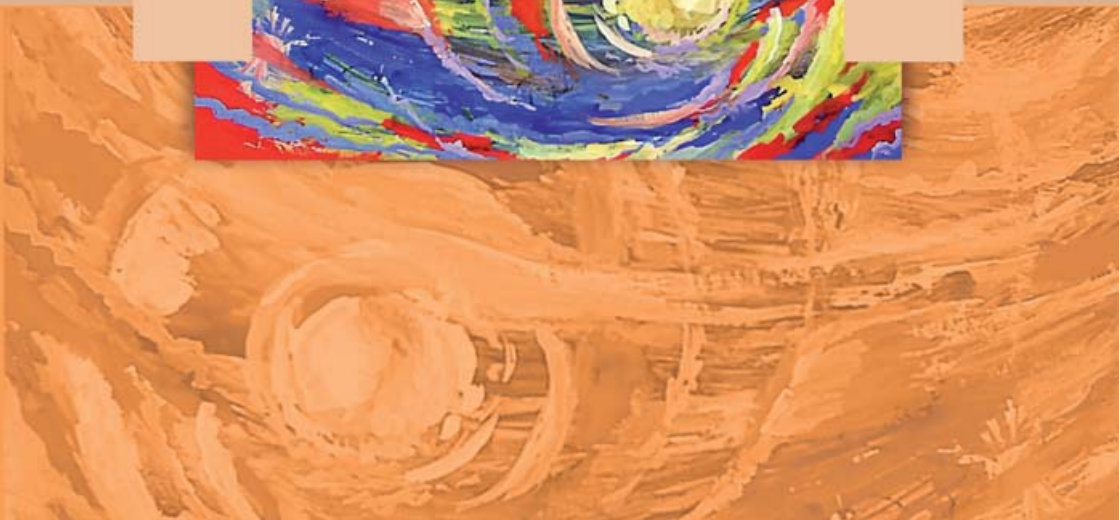


Інститут психології імені Г.С. Костюка
Національної академії педагогічних наук України

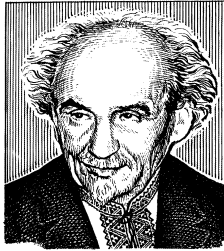
**СОЦІОКУЛЬТУРНІ ЧИННИКИ
СТАНОВЛЕННЯ СУЧАСНОЇ
ПАРАДИГМИ
ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНОЇ
ДОПОМОГИ ОСОБИСТОСТІ**

За редакцією З.Г. Кісарчук



НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ

Інститут психології імені Г.С. Костюка



T. W. Sherry

**СОЦІОКУЛЬТУРНІ ЧИННИКИ
СТАНОВЛЕННЯ СУЧАСНОЇ
ПАРАДИГМИ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНОЇ
ДОПОМОГИ ОСОБИСТОСТІ**

Монографія

За редакцією З.Г. Кісарчук

Київ
2012

УДК 615.851

ББК 53.57

С 69

Рекомендовано до друку вченою радою Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України (протокол №10 від 26 грудня 2011 р.)

Рецензенти:

М.Л. Смутьсон, член-кореспондент НАПН України, доктор психологічних наук, завідувачка лабораторії нових інформаційних технологій Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України;

В.В. Рибалка, доктор психологічних наук, професор, головний науковий співробітник відділу педагогічної психології і психології праці Інституту педагогічної освіти і освіти дорослих НАПН України

Авторський колектив:

З.Г. Кісарчук, Л.О. Гребінь, Т.С. Гурлева, І.А. Данилевський, Н.П. Демидюк, О.І. Єрмусевич, Н.Ю. Журавльова, Г.П. Лазос, Л.І. Литвиненко, Я.М. Омельченко, Г.І. Онищенко, Л.О. Пінчукова, Б.В. Плєскач, Т.П. Юрченко

С 69

Соціокультурні чинники становлення сучасної парадигми психотерапевтичної допомоги особистості : монографія / [З.Г. Кісарчук, Л.О. Гребінь, Т.С. Гурлева та ін.] ; за ред. З.Г. Кісарчук. — Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2012. — 276 с.

300 пр.

ISBN 978-966-189-143-1

Видано державним коштом. Продаж заборонено.

Монографія присвячена проблемі впливу соціокультурного контексту на становлення сучасної парадигми психотерапевтичної допомоги. Зокрема, розглядаються ключові поняття, що висвітлюють основні тенденції розвитку сучасної психотерапії та соціокультурний контекст її становлення на вітчизняних теренах; з'ясовується значення вітчизняної філософсько-психологічної традиції для теоретичних і практичних орієнтацій фахівців у галузі психологічної допомоги; розкривається роль християнських традицій і цінностей, екзистенційних та етичних чинників, сімейного контексту особистості, особливостей народної театральної культури у розвитку теорії і практики психотерапевтичної допомоги; визначаються соціокультурні чинники, що зумовлюють вітчизняну специфіку психологічної допомоги особливим категоріям клієнтів.

Книжка адресується фахівцям у галузі консультативної психології та психотерапії — як науковцям, так і практикам, викладачам вищих навчальних закладів, а також усім, кого цікавлять проблеми сучасної психотерапії та психологічного консультування.

ISBN 978-966-189-143-1

ББК 53.57

© Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2012
© З.Г. Кісарчук, Л.О. Гребінь, Т.С. Гурлева, І.А. Данилевський, Н.П. Демидюк, О.І. Єрмусевич, Н.Ю. Журавльова, Г.П. Лазос, Л.І. Литвиненко, Я.М. Омельченко, Г.І. Онищенко, Л.О. Пінчукова, Б.В. Плєскач, Т.П. Юрченко, 2012

ЗМІСТ

ПЕРЕДМОВА	6
Розділ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ВПЛИВУ СОЦІОКУЛЬТУРНИХ ЧИННИКІВ НА СТАНОВЛЕННЯ СУЧАСНОЇ ПАРАДИГМИ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНОЇ ДОПОМОГИ	10
1.1. Історико-культурні передумови становлення психотерапії як практики і наукової дисципліни	10
1.2. Соціокультурний контекст розвитку сучасної парадигми психотерапевтичної допомоги: аналіз основних понять	17
1.3. Вітчизняна філософсько-психологічна традиція та професійне і особистісне самовизначення фахівців у галузі психологічної допомоги	30
Розділ 2. ХРИСТИЯНСЬКІ ТРАДИЦІЇ І ЦІННОСТІ ЯК АКсіОЛОГІЧНА ОСНОВА СТАНОВЛЕННЯ ВІТЧИЗНЯНОЇ ТЕОРІЇ І ПРАКТИКИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ОСОБИСТОСТІ	44
2.1. Християнські традиції і цінності в культурі і психотерапії	44
2.2. Уявлення про особистість людини у християнсько зорієнтованій теорії психологічної допомоги	50
2.3. Християнська цінність любові у вітчизняному психотерапевтичному просторі	57
2.4. Психотерапія прощення на прикладі випадку роботи з клієнтом	66
Розділ 3. ЕКЗИСТЕНЦІЙНІ ЧИННИКИ В ТЕОРЕТИЧНИХ ТА ПРАКТИЧНИХ ОРІЄНТАЦІЯХ ВІТЧИЗНЯНИХ ПСИХОЛОГІВ-КОНСУЛЬТАНТІВ І ПСИХОТЕРАПЕВТІВ	74
3.1. Свобода як екзистенційний чинник становлення психотерапії та особливості його прояву у вітчизняному психотерапевтичному просторі	74
3.1.1. Феномен свободи/залежності в психотерапії, зокрема вітчизняній	74
3.1.2. Свобода як екзистенціал людського буття, як його особистісний вимір. Пошуки онтологічного обґрунтування сучасної психотерапевтичної парадигми	75
3.1.3. Свобода як чинник становлення сучасної вітчизняної психотерапевтичної парадигми	84

3.2. Високий смисл життя як цінність і чинник формування стратегій психологічної допомоги у вирішенні людиною екзистенційних проблем.94
3.2.1. Смисл життя як екзистенційна цінність.94
3.2.2. Вплив феномену «високий смисл життя» на розвиток психологічної допомоги у сучасних соціокультурних умовах97
3.2.3. Смыслові орієнтири вітчизняних психологів-консультантів і психотерапевтів у психологічному супроводі людини з екзистенційною проблематикою.105
3.2.4. Деякі стратегії психологічної допомоги у пошуку високого смислу життя.114
3.3. Цінність особистісного розвитку як чинник формування стратегій психологічної допомоги людині у ситуації здійснення особистісного вибору118
3.3.1. Особистісний розвиток як цінність сучасного соціокультурного простору118
3.3.2. Стратегія психологічної допомоги людині у ситуації здійснення особистісного вибору129

Розділ 4. СОЦІОКУЛЬТУРНІ ТА ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ СТАНОВЛЕННЯ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНОГО ПІДХОДУ, ПОБУДОВАНОГО НА ОСНОВІ ІДЕЇ ЧАСУ.

4.1. Характеристика основних понять.136
4.2. Структурно-психодинамічна антропологія та теорія розвитку в психотерапевтичному підході, побудованому на основі ідеї часу145
4.3. Практичні аспекти застосування підходу.158

Розділ 5. ВПЛИВ СІМЕЙНИХ ЧИННИКІВ НА СТАНОВЛЕННЯ ВІТЧИЗНЯНОЇ ТЕОРІЇ І ПРАКТИКИ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНОЇ ДОПОМОГИ ОСОБИСТОСТІ.

5.1. Типові соціальні уявлення особистості про сім'ю та їх значення для формування стратегій психотерапевтичної допомоги у рамках психодинамічного підходу.167
5.1.1. Типові уявлення особистості про сім'ю як соціально-психологічний феномен.167
5.1.2. Характеристика смислових одиниць типових уявлень особистості про сім'ю у сучасних родинах.173
5.1.3. Особливості допомоги клієнтам у рамках кататимно-імагінативної психотерапії.178

5.2. Феномен «близькості» у сімейних стосунках як чинник формування стратегій роботи з вітчизняною сім'єю на основі системного підходу.	181
5.2.1. Особливості вітчизняної сім'ї як клієнта психологічної практики.	181
5.2.2. Врахування характеристик феномену «близькості» у сімейних взаємостосунках в розробці стратегії психотерапевтичної допомоги вітчизняній сім'ї.	185
5.3. Особливості дитячо-батьківських стосунків у вітчизняній сім'ї як чинник формування стратегій психотерапевтичної допомоги у рамках транзакційного аналізу	195
Розділ 6. ОСОБЛИВОСТІ НАРОДНОЇ ТЕАТРАЛЬНОЇ КУЛЬТУРИ ЯК ЧИННИК ЗАСТОСУВАННЯ МЕТОДУ ПСИХОДРАМИ У ВІТЧИЗНЯНОМУ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНОМУ ПРОСТОРІ	208
6.1. Порівняльний аналіз особливостей психодрами як психотерапевтичного групового методу та народної театральної культури (рівень зовнішніх проявів).	209
6.2. Результати емпіричного дослідження.	219
Розділ 7. СОЦІОКУЛЬТУРНІ ЧИННИКИ СТАНОВЛЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ОСОБЛИВИМ КАТЕГОРІЯМ КЛІЄНТІВ.	226
7.1. Вплив соціокультурних чинників та особистісних рис фахівців на специфіку надання психологічної допомоги онкологічним хворим	226
7.1.1. Проблема психологічної допомоги онкологічним хворим.	226
7.1.2. Вплив соціокультурних чинників, особистісних рис психологів–консультантів на професійні орієнтації в роботі з онкологічними хворими	231
7.2. Вплив соціокультурних чинників на розвиток теорії та практики психологічної допомоги батькам дитини з інтелектуальною недостатністю	244
7.2.1. Феномен «інтелектуальна недостатність» у науковій літературі та уявленнях громадян.	246
7.2.2. Стан психологічної допомоги матерям, які виховують дитину з інтелектуальною вадою.	253
Список використаної літератури	260

ПЕРЕДМОВА

Поява даної книги викликана перш за все потребами та запитами сучасного українського суспільства з його складними і суперечливими соціально-економічними та культурологічними процесами, внаслідок яких значна частина людей потребує психологічної допомоги, зокрема психотерапевтичного її різновиду, наданої професійно і з урахуванням специфіки вітчизняних реалій.

Актуальність книги зумовлюється також специфікою розвитку галузі психологічної допомоги людині в суспільстві: з одного боку, спостерігається стрімке зростання практики надання психологічних послуг, з іншого — наукові проблеми галузі не отримують належного розв'язання. Зокрема, відчувається брак цілісної загальної теорії терапевтичної і консультативної психології як підґрунтя психологічної моделі психотерапевтичної допомоги, основний акцент у якій ставиться не на лікуванні симптомів (як це має місце у медичній моделі психотерапії), а на дослідженні і розв'язанні психологічних проблем людини і її особистісному розвитку. Наявність такої теорії тим більш необхідна у зв'язку з тим, що сьогодні в Європі та світі широкого розповсюдження набуває нова концепція психотерапії, згідно з якою вона визнається самостійною науковою дисципліною, практична діяльність у якій являє собою окрему і незалежну професію, що не обмежується питаннями лікування людини, а передбачає також сприяння її особистісному зростанню в процесі психотерапії.

У зв'язку із вищенаведеним актуальність роботи визначається також і тим, що вказані тенденції у розвитку світової психотерапії викликають необхідність усвідомлення процесів становлення сучасної парадигми психотерапії на вітчизняних теренах, рефлексії соціокультурного контексту, відповідних чинників, які впливають на ці процеси.

Отже, мета цієї книги — зорієнтувати фахівців, які працюють у галузі психологічної допомоги (психологів-консультантів, психотерапевтів), у сучасних тенденціях, нових концепціях і технологіях, що притаманні розвитку європейської і світової психотерапії, а також у особливостях вітчизняного соціокультурного контексту, який зумовлює як специфіку застосування у вітчизняному просторі методів психотерапевтичної допомоги сучасних зарубіжних шкіл, так і розробку власних оригінальних теоретико-методичних підходів.

Концептуальний підхід, відображений у даній праці, базується на таких вихідних позиціях:

— Психотерапія як особливий вид міжособистісної взаємодії, предметом якої є питання відновлення здоров'я, досягнення зрілості, переживання страждання чи усвідомлення смислу, притаманна певним етапам розвитку будь-якого суспільства. Її виникнення і форми залежать від соціального запиту, зумовленого менталітетом людей та основними тенденціями розвитку суспільства. При цьому становлення психотерапії як в теоретичному, так і в практичному аспектах є результатом постійної взаємодії природничо зорієнтованої та гуманітарно зорієнтованої гілок знань, у ході якої домінування

однієї чи іншої з них зумовлюються знову ж таки особливостями розвитку суспільства (М. Боуен, Л. Краснер, Р. Мей, М. Решетников, К. Роджерс, М. Сміт, З. Фройд та ін.).

— Зміцнення авторитету психотерапії у сучасному суспільстві, її популярність як професійної допомоги, побудованої на засадах партнерства, що застосовується не тільки в медицині і в психології, а й інших сферах соціальної практики, зумовлюють її поступове виокремлення як самостійної наукової дисципліни і професії. Про це свідчать результати наукової дискусії, що проходила упродовж останніх десятиліть і стосувалася наукового статусу психотерапії. Згідно цих результатів, психотерапія визнається окремою самостійною дисципліною, що не зводиться ні до медицини, ні до психології, а є унікальною гуманітарною сферою, що має свій предмет і методи і базується на досягненнях як медицини і психології, так і філософії, теології, педагогіки, соціології, філології та інших галузей гуманітарного знання (Страсбургська Декларація з психотерапії, Е. Вагнер, Р. Гуттерер, А. Прітц, М. Решетников, А. Сосланд, О. Ромек, О. Фільц та ін.).

— Принципове значення у новій концепції психотерапії має для нас позиція, згідно якої обмеження психотерапії питаннями лікування ніяк не виправдано, акцент має ставитися також на проблемах, пов'язаних із особистісним розвитком людини. Ця позиція наближує вказану концепцію до базової для нас психологічної моделі психотерапевтичної допомоги, в основі якої, на відміну від медичної, лежить не поняття психічного здоров'я, його охорони чи лікування, а поняття психічного ресурсу особистості, ресурсу для розвитку і змін, а не тільки для збереження чи відновлення умовної індивідуальної «норми» органічного здоров'я (О. Бондаренко, Ф. Василюк, М. Кордуелл, О. Кочарян, А. Прітц, Х. Тойфельхарт, О. Фільц та інші).

— Становлення наукової парадигми сучасної психотерапії відбувається у проблемному полі постмодерну, а виразними тенденціями, характерними для неї на даному етапі розвитку, є наступні: зростання міри її присутності у суспільній свідомості, її взаємопов'язаність із культурою суспільства; інтегративний рух в психотерапевтичному просторі, прагнення до синтезу різних підходів; виникнення діалогу між різними школами; спроби осмислення психотерапії поза межами окремих напрямків і шкіл та визначення певних загальних методологічних принципів; увага до ціннісних та етичних аспектів психотерапії, її духовної складової (А. Блатнер, Е. Вагнер, Ф. Василюк, М. Гуліна, М. Гусельцева, М. Колпакова, О. Сосланд, А. Юревич та ін.). Ці загальні тенденції розвитку світової психотерапії у вітчизняному психотерапевтичному просторі набувають своєї специфіки, пов'язаної із факторами соціокультурного контексту, в якому працюють вітчизняні фахівці (умови життя людей, особливості менталітету, традиції, цінності, норми тощо) і який, як показує наукова рефлексія (О. Бондаренко, Н. Кондратюк, В. Рибалка та ін.), суттєво позначається на особливостях розгортання психотерапевтичної допомоги на вітчизняних теренах.

— При визначенні соціокультурних чинників, що зумовлюють становлення сучасної теорії і практики психотерапевтичної допомоги, ми виходили із трактовки культури, запропонованої зарубіжними фахівцями (Д. Машумото, Х. Тріандіс, Дж. Хофстед та ін.). Згідно цієї трактовки, існують дві складові культури: зовнішня (об'єктна), що стосується інститутів і артефактів культури, і внутрішня (суб'єктна), що стосується людей (суб'єктів) як носіїв певної культури. Для нашого дослідження цікавим був перш за все внутрішній аспект культури — настановлення, цінності, уявлення і вірування, які є об'єднуючими для групи людей (народу) і які фактично є чинниками, що зумовлюють ту чи іншу їхню активність як представників культури. У своїй роботі ми зосередили увагу на чинниках, які проявляються у вітчизняному психотерапевтичному просторі і, з нашої точки зору, суттєво позначаються як на теоретичних, так і на практичних його аспектах. Це наступні чинники: християнські традиції і цінності; екзистенційні цінності — свобода, особистісний розвиток, високий смисл життя; етичні цінності — повага/неповага як спосіб існування людини в суспільстві; сімейний контекст особистості — типові уявлення про сім'ю, характеристики сімейних стосунків; особливості народної театральної культури.

Перший розділ («Теоретико-методологічний аналіз проблеми впливу соціокультурних чинників на становлення сучасної парадигми психотерапевтичної допомоги») присвячено розгляду історико-культурних передумов становлення психотерапії як практики і наукової дисципліни; аналізу основних понять, що висвітлюють тенденції розвитку сучасної парадигми психотерапевтичної допомоги та соціокультурний контекст її становлення на вітчизняних теренах; розкриттю значення вітчизняної філософсько-психологічної традиції для професійного і особистісного самовизначення фахівців у галузі психологічної допомоги.

В другому розділі («Християнські традиції і цінності як аксіологічна основа становлення вітчизняної теорії і практики психологічної допомоги особистості») основна увага приділена розгляду християнських традицій і цінностей та їх ролі у розвитку вітчизняної психотерапії; виділяється як провідна цінність любові. Описуються і обґрунтовуються також персоналістичні засади психологічної допомоги у християнськи зорієнтованому підході.

В розділі третьому («Екзистенційні чинники в теоретичних та практичних орієнтаціях вітчизняних психологів-консультантів і психотерапевтів») викладаються результати дослідження про значення таких екзистенційних чинників у становленні вітчизняної теорії і практики психотерапевтичної допомоги, як цінності свободи, високого смислу життя, особистісного розвитку.

Розділ четвертий («Соціокультурні та психологічні чинники становлення психотерапевтичного підходу, побудованого на основі ідеї часу») присвячено розгляду соціокультурних чинників, які спричинили розробку даного підходу, а також викладу основних понять, антропології та теорії розвитку, що є базовими для підходу, створеного в контексті ідеї часу.

В розділі п'ятому («Вплив сімейних чинників на становлення вітчизняної теорії і практики психотерапевтичної допомоги особистості») обговорюється роль сімейного контексту особистості (типових соціальних уявлень про сім'ю, характеристик сімейних взаємовідносин) у формуванні стратегій психотерапевтичної допомоги вітчизняній сім'ї у рамках психодинамічного і системного підходів та транзакційного аналізу.

Розділ шостий («Особливості народної театральної культури як чинник застосування і розвитку методу психодрами у вітчизняному психотерапевтичному просторі») присвячено порівняльному аналізу характеристик народної театральної культури та психодрами як психотерапевтичного методу, орієнтованого на дію, гру, театральне дійство.

Розділ сьомий («Соціокультурні чинники становлення психологічної допомоги особливим категоріям клієнтів») включає розгляд впливу соціокультурних чинників на розвиток теорії та практики психологічної допомоги батькам дитини з інтелектуальною недостатністю та на специфіку психологічної допомоги онкологічним хворим.

Автори монографії

З.Г. Кісарчук — загальне редагування, передмова, розділи 1.1, 1.2;

Л.О. Гребінь — розділ 4;

Т.С. Гурлева — розділ 3.2;

І.А. Данилевський — розділ 5.3;

Н.П. Демидюк — розділ 5.2;

О.І. Єрмусевич — розділ 1.3;

Н.Ю. Журавльова — розділ 3.3;

Г.П. Лазос — розділ 1.2;

Л.І. Литвиненко — розділ 6;

Я.М. Омельченко — розділ 5.1;

Г.І. Онищенко — розділ 2;

Л.О. Пінчукова — розділ 7.2;

Б.В. Плєскач — розділ 7.1;

Т.П. Юрченко — розділ 3.1.

Розділ 1.

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ВПЛИВУ СОЦІОКУЛЬТУРНИХ ЧИННИКІВ НА СТАНОВЛЕННЯ СУЧАСНОЇ ПАРАДИГМИ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНОЇ ДОПОМОГИ

1.1. Історико-культурні передумови становлення психотерапії як практики і наукової дисципліни

Виокремлюють два великі (основні) періоди становлення психотерапії: донауковий, який охоплює тисячоліття, та науковий — період професійної психотерапії, що, почавшись у XIX сторіччі і породивши велику кількість її напрямів, шкіл та течій, триває досі [225]. Зупинимось на тих моментах і тенденціях в розвитку психотерапії, які стали важливими передумовами сучасного її розуміння та становлення як практики і наукової дисципліни.

Психотерапія (або щось подібне до неї) виникала на певних стадіях розвитку будь-якого суспільства. Її форми залежали від соціального запиту, обумовленого менталітетом людей та основними тенденціями розвитку суспільства. Так, у стародавні часи панувала магічна свідомість і відповідні їй «психотерапевтичні» практики, спрямовані на задовбрювання різноманітних надприродних сил. Ці практики, що спирались на міфологію стародавньої культури, теологічні тлумачення, таємні інтуїтивні знання адептів, віру людей, знайшли своє вираження в різноманітних обрядах як досить простих та невибагливих, так і складних химерних обрядах-ритуалах, завжди оточених ореолом таємничості. Містика була головною «парадигмою» тлумачення психічних явищ, в тому числі душевних захворювань, а також допомоги хворому. У якості «психотерапевтів» виступали жерці, шамани, чаклуни та інші адепти містичного знання [182; 225].

У міру розвитку суспільства, становлення наукового знання та зрушень у свідомості людей містично-магічні підходи поступово змінювались метафізичними, для яких вже була характерна певна наукова реалістичність. Захворювання, в тому числі і психічні, починають розглядатися як явища природного характеру, з'являються перші спроби відповідного цим захворюванням лікування. Так, в античній культурі існували методи допомоги людині, які вельми нагадують сучасну психотерапію. На думку Р. Мея, в елліністичний період цієї культури (період занепаду Греції) психотерапія мала форму психологічних та етичних систем, призначенням яких була допомога індивіду в пошуку джерела сили та цілісності, набуття здатності вистояти і, навіть, стати щасливим у суспільстві, яке радикально змінюється і вже не може захищати. Філософи, які у цей час фактично виконували функції психотерапевтів, у своїх лекціях розмірковували як про загальні стратегії досягнення душевного спокою, так і про конкретні засоби подолання, наприклад, нічних кошмарів або різного роду фобій [182]. У творах цілителів Стародавнього

Риму теж описуються конкретні психотерапевтичні прийоми допомоги хворому: вивчення його хибних думок, використання у роботі з ним корисної дії цікавих розповідей та зовнішніх вражень; гімнастика; читання вголос тексту з помилками для пробудження критичної здатності; відвідання театральних вистав, здатних розвіяти печаль та розігнати тривогу тощо [225].

Пізніше, у середньовіччі, наукова думка знову опинилася під владою містики та схоластики. Всюди в Європі палали вогнища інквізиції, на яких спалювали не лише чаклунів та відьом, а й депресивних хворих з ідеями самозвинувачення, осіб з істеричними розладами, параноїків та інших психічно хворих людей. В ті часи в суспільстві знову актуалізувались тенденції магічної свідомості і, як наслідок, психотерапія знову стає частиною обрядів, тепер уже і християнських. Функції «психотерапевтів» виконували як чаклуни, відьми, ясновидці та інші подібні постаті, так і священники, зокрема в особі інквізиторів. Особливо чітко це простежується у XIV–XV століттях з їх інквізиційними процесами щодо психічнохворих та показовими стратами відьом. Саме в ті часи були створені спеціальні посібники для діагностики відьомства і одержимості дияволом та їх подолання [225].

Лише у XVIII ст., після Великої французької революції, яка спричинила не тільки корінні зміни у суспільному житті Європи, але й могутній розвиток науки, були подолані марновірства і забобони стосовно психічних захворювань та їх лікування і склалися наукові передумови для розвитку психіатрії і психотерапії. У цьому процесі особливо вагомою була роль наукового осмислення явища гіпнозу. Гіпнотичні феномени, відомі зі стародавніх часів, наприкінці XVIII — початку XIX ст. викликали посилений інтерес у зв'язку із діяльністю Франца Антона Месмера та його послідовників, що практикували так званий «магнетизм». Раптові зцілення людей, які, завдяки фізичному контакту з магнетизером, або торкаючись «намагнетизованих» ним предметів, впадали в трансівні стани і позбавлялись своїх симптомів, спонукали представників науки шукати раціоналістичне пояснення даних феноменів. Зазначимо, що на той час суспільство вже було готове до такого пояснення і потребувало його. Серед дослідників гіпнозу як наукового явища і лікувального методу слід згадати Д. Бреда, А. Л'єбо, Х. Бернгейма, Ж. Шарко, А. Фореля. Їх ідеї надихали дослідження гіпнозу у наступних поколіннях (З. Фройд, І. Павлов, В. Бехтерев, Дж. Шульц та інші відомі вчені), в результаті яких було розроблено ряд теоретичних концепцій стосовно механізмів гіпнозу, методів визначення гіпнабельності та гіпнотизації, сфер застосування гіпнозу. Головним же результатом цих досліджень, якщо мати на увазі контекст становлення наукової психотерапії, було з'ясування ролі психогенних факторів у розвитку невротичних захворювань. Таким чином, як зазначають автори «Психотерапевтичної енциклопедії» [225], гіпноз та його дослідження стали початком всієї наукової психотерапії у всьому розмаїтті її методів.

Визначним для розвитку психотерапії виявився кінець XIX — початок XX ст. У 1972 році Д. Т'юк вперше ввів у науковий обіг термін «психотерапія» — в опублікованій ним книзі «Ілюстрація впливу розуму на тіло» один із роз-

ділів мав назву «Психотерапія». У цей період у медицині поряд із подальшим розвитком гіпнозу та інших сугестивних технік, і значною мірою на противагу їм, починають розроблятися нові методи психотерапевтичного впливу. Так, швейцарський невропатолог П. Дюбуа як альтернативу терапії навіюванням, запропонував метод, який апелював перш за все до розуму, мислення клієнта; французький лікар Дж. Дежерін, критикуючи як гіпноз за його директивність, так і раціональну терапію за нехтування емоційною підтримкою пацієнта, розробив метод психотерапії на основі переконання, що включав як основний елемент емоційний контакт між пацієнтом та лікарем для створення довірливих стосунків між ними. Іншим прикладом психотерапевтичного підходу, що передбачав теплу та відкриту атмосферу спілкування, був метод психотерапії, розвинутий німецьким лікарем Дж. Марциновським. Сутність його полягала у формуванні у пацієнта духовного світоспоглядання, завдяки якому він підіймався над своєю обтяженою проблемами особистістю і починав розглядати себе як частину людства, природи, одночасно усвідомлюючи свою індивідуальність та самоцінність власного існування [225].

В кінці XIX ст. Європою поширились ідеї екзистенціалізму, джерелом яких вважається вчення релігійного мислителя Сьорена К'єркегора (1813–1855 рр.). Згідно цього вчення, в центрі уваги філософів має бути людське існування в його духовному сенсі — екзистенція, яка проявляється тривогою, піклуванням, любов'ю, совістю, відповідальністю тощо і осягається людиною в граничних та екстремальних станах (боротьба, страждання, смерть). Згадані вище методи психотерапії Дж. Дежеріна та Дж. Марциновського несуть очевидний відбиток цих філософських ідей. Сам розвиток філософії у напрямку екзистенціалізму з його увагою до людини та людського існування в їх конкретних проявах показує, що і у XIX столітті у якості спеціалістів «по душі» виступали не тільки лікарі, але й філософи. Взагалі, як зазначає М. М. Решетніков, психіатрія та психотерапія як самостійні напрямки з'явилися — всупереч поширеній думці — не стільки як результат розвитку медицини, скільки завдяки імплікації філософського та психологічного знання (гуманітарного знання) в медичну (біологічно орієнтовану) науку і практику [233].

Надзвичайним проривом у розвитку психотерапії стали дослідження і практична діяльність З. Фрейда, початок яких припадає знову ж таки на кінець XIX ст. Постать З. Фрейда досі залишається найавторитетнішою у історичному контексті наукової психотерапії завдяки створенню ним психоаналізу — цілісної теоретичної системи, що включає в себе теорії загального психічного розвитку людини, психологічного походження неврозів і психоаналітичної терапії. Психотерапія в цілому, а психоаналітична зокрема, зобов'язані З. Фрейду тим, що він вперше показав важливість дослідження дитинства для розуміння природи психіки людини, обґрунтував наявність великого шару «несвідомого» в людській психіці та його детермінуючу роль у функціонуванні і розвитку особистості, довів терапевтичну доцільність розкриття несвідомих психічних процесів та розробив методи їх аналізу [284; 287]

Якщо розглянути феномен появи і бурхливого розвитку психоаналізу з точки зору соціокультурних передумов, то перш за все слід відмітити високий авторитет медичної науки у Європі того часу і певну готовність суспільства та свідомості людей до сприйняття думки про складність і суперечливість людської психіки, в тому числі ідеї про пошук коренів низки захворювань у заблокованій сексуальній сфері [100]. Крім того, простежується певний зв'язок між суспільно-політичним укладом життя та досить тривалими і дорогими формами психоаналітичної психотерапії, адже її «користувачами» ставали переважно представники середнього класу, освічені, заможні, які мали час на психотерапію і розглядали її не тільки як лікування, але й як форму самопізнання, сповнене духовності, корисне і цікаве проведення часу.

В цілому психоаналіз, на думку Мюррея Боуена, призвів до справжньої революції в психіатрії і психотерапії і став рушійною силою могутнього розвитку психотерапевтичної галузі знань в цілому [39]. Сам З. Фройд був лікарем і розглядав свою теорію, зокрема, і як подальший розвиток медицини. Разом з тим психоаналіз фактично став однією з перших психологічних моделей психотерапії, важливі характеристики якої (надання великого значення взаємодії і взаємостосункам між психотерапевтом і пацієнтом; використання розмовної, а не медикаментозної терапії; необов'язковість постановки діагнозу; необхідність для психотерапевта проходження власної психотерапії і необов'язковість для нього професійної медичної підготовки тощо) суттєво відрізнялись від моделі, прийнятої на той час в медицині. Отже, можна сказати, що поява психоаналізу стала першим серйозним кроком для поступового виокремлення психотерапії в самостійну, в тому числі і від медицини, галузь знань і окрему професію. Зокрема, як зазначає М. М. Решетніков, заснування у 1913 році професійного психоаналітичного співтовариства вперше створило умови для виокремлення категорії спеціалістів, які займалися виключно душевним станом пацієнта (і нічим більше), і для перетворення аматорської психотерапії в професійну [233].

Розвиток психотерапії на початку ХХ ст. перш за все був пов'язаний із подальшим розвитком, зміцненням та розширенням психоаналітичного руху — доопрацювання та надання З. Фройдом цілісності і завершеності своїй психотерапевтичній системі; поява нових теорій, течій, шкіл; розширення географії психоаналізу; зростаючий його вплив не тільки на психіатрію і психологію, але й на літературу, мистецтво, освіту, культурологію та інші сфери суспільного життя. Разом з тим той час був знаменний також поступовим розвитком біхевіоризму — напряму у психології, що став теоретичним підґрунтям поведінкової психотерапії.

В психології виникнення біхевіоризму як самостійного напряму прийнято пов'язувати з ім'ям американського психолога Д. Вотсона, який всупереч методології домінуючої на початку ХХ ст. інтроспективної психології з її орієнтацією на дослідження свідомості, закликав розглядати психологію як об'єктивну експериментальну науку, основним предметом якої є поведінка. Спираючись на дослідження Е. Л. Торндайка, І. П. Павлова, В. М. Бехтерева та

інших, Д. Уотсон планував побудувати науку, вільну від суб'єктивних методів, у якій би всі сфери поведінки людини розглядалися в об'єктивних термінах «стимул-реакція», і яка б була надійним підґрунтям для розв'язання актуальної для суспільства проблеми прогнозування і контролю поведінки [138; 220].

Закладена Д. Уотсоном наукова школа біхевіоризму стрімко розвивалась. Цей потужний процес Л. Краснер назвав поведінковим рухом в американській психології, який виник під впливом суспільних сил (зміна ритму життя, сплеск суспільної активності, зростання популярності точних наук, поява соціального замовлення на формування адекватної поведінки тощо) і, в свою чергу, здійснив зворотній вплив на суспільство, в надрах якого він виник [138]. Вплив теорій біхевіоризму, особливо концепцій оперантного навчання Б. Скіннера, на психотерапевтичну практику суттєво відчувся в 50-ті роки минулого століття, коли власне і виник термін «поведінкова психотерапія». Як і передбачав Д. Уотсон, основною метою цього виду психотерапії стало формування і закріплення здатності до конкретних дій та набуття технік, що дозволяють покращити самоконтроль [220].

У становленні поведінкової психотерапії як окремого напрямку велику роль відіграли дослідження Дж. Вольпе і А. А. Лазаруса (ЮАР), Д. Шапіро і Г. Айзенка (Англія), Н. Азріна, Т. Айллона і А. Бандури (США). Завдяки цим дослідженням в 1960–1970-х рр. поведінкова психотерапія довела свою ефективність і стала одним із провідних напрямів не тільки в американській, але й у світовій психотерапії.

Подальший розвиток поведінкової психотерапії пов'язують із відходом від початкової парадигми («стимул-реакція») і розглядом когніцій як проміжних змінних, що регулюють емоційні, мотиваційні і моторні процеси та пояснюють зв'язок між стимулом і поведінкою [220]. Відповідно використовуються більш продуктивні когнітивні та соціальні теорії навчання, а також теорії перероблення інформації, комунікації та ін. (А. Елліс, А. Бек, Д. Мейхенбаум, М. Махоні та ін.). Таким чином, можна сказати, що поведінкова психотерапія — це напрям, який постійно розвивається, змінюючи теорії, модифікуючи старі і розширюючи спектр нових методик. В цілому ж поведінковий рух, започаткувавшись у лоні експериментальної психології, подібно до психоаналізу, що розвинувся на здобутках медицини, сприяв зміцненню авторитету психотерапії у суспільстві, становленню її як науки і окремої професії.

Наступний етап в історії психотерапії пов'язаний із виникненням і розвитком гуманістичного напрямку. Як ми вже зазначали вище, гуманітарне знання було постійним фактором розвитку психотерапії. Уточнюючи це твердження, скажемо, що становлення психотерапії як науки і практики є результатом постійної взаємодії біологічно зорієнтованої та гуманітарно зорієнтованої гілок знань, у ході якої то одна, то інша з них виходила на перші позиції. У 60–70 рр. XX ст. у Європі та США склалися умови, за яких гуманітарний аспект розвитку психотерапії найбільше відповідав потребам суспільства, у якому актуалізувалися проблеми смислу життя, самотності, відокремленості, формальності людських стосунків тощо. У вирішенні цих проблем психоаналітичні

і поведінкові підходи поступалися гуманістичним, які стрімко розвивалися і виступили у своїй сукупності як третя сила в психотерапії.

Розвинувшись на теоретичних засадах гуманістично-екзистенційної психології (Г. Оллпорт, Г. Мюррей, Дж. Келлі, Ш. Бюлер, К. Роджерс, А. Маслоу, Р. Мей та ін.), гуманістична психотерапія вирізняється такими загальними принципами, як визнання провідної ролі свідомого досвіду у розвитку людини, цілісного характеру її природи, акцентування свободи волі, спонтанності, творчого потенціалу індивіда. Згідно з теоріями основоположників гуманістичного напрямку (А. Маслоу, К. Роджерс), для людини характерно також прагнення до самоствердження і позитивного росту: у А. Маслоу — це прагнення до самоактуалізації як вища людська потреба; у К. Роджерса — це вроджена тенденція людини до розвитку своїх оптимальних здібностей. Фрустрація цих важливих потреб веде до послаблення людини, розвитку різних патологічних змін. Гуманістичний напрям визнається як найменш однорідний в психотерапії, що поєднує у собі такі різні методи, як клієнт-центровану психотерапію К. Роджерса, логотерапію В. Франкла, екзистенційний аналіз Ж.-П. Сартра, гуманістично-екзистенційну психотерапію Дж. Бюдженіаля, гештальттерапію Ф. Перлза, біоенергетичний аналіз О. Лоуена, трансперсональну психотерапію та ін.

Що стосується ролі гуманістичного напрямку у становленні психотерапії як наукової дисципліни, то свого часу саме цей напрям зазнав найбільше критики за свою «ненауковість», суб'єктивізм, невизначені технології, «тріюактв», тяжіння до містики та інші особливості. Разом з тим гуманістична психологія і психотерапія, акцентуючи унікальність людської природи взагалі і кожної окремої людини зокрема, змогла запропонувати для вивчення її внутрішнього світу — сфери інтуїції, смислів, цінностей, інтенцій — більш чутливі методи (екзистенційні, феноменологічні), ніж, наприклад, біхевіоризм, який досліджує людину переважно з точки зору причинно-наслідкових пояснень. З часової перспективи видно також, що гуманістичний рух суттєво вплинув на розвиток інших напрямів психотерапії. Вже говорилося вище про трансформаційні процеси в поведінковій психотерапії, яка змушена була розширювати рамки своїх теорій для врахування змінних, що регулюють як зовнішню поведінку, так і внутрішні психічні процеси людини. Суттєвих змін зазнала і психоаналітична парадигма, зокрема, сучасний психоаналіз відрізняється від класичного саме більш гуманістичними установками у взаємостосунках «пацієнт — психотерапевт». Отже, гуманістичний напрям вніс свій особливий внесок у розвиток психотерапевтичної науки і практики і, як зазначають його дослідники [254], продовжує мати свої специфічні завдання, пов'язані із дослідженням і розвитком людської особистості в контексті пильної уваги як до її актуального досвіду, так і до історичного і культурного фону її становлення.

До цього часу ми говорили переважно про еволюційні процеси в західній психотерапії. Якщо ж звернутися до вітчизняної психотерапії, то шлях її становлення яскраво підтверджує висловлені вище міркування стосовно взаємозв'язку та взаємодії психотерапії і суспільної свідомості. Як відомо, в Російській імперії, а потім і в Радянському Союзі функціонування психо-

терапії було обмежене виключно медичною галуззю, і навіть там вона мала вельми звужене поле діяльності. Інтерес до психоаналізу та інших психологічних моделей психотерапії, який виник на початку ХХ ст., в постреволуційний період не дістав належної підтримки і розвитку як в наукових колах, так і з боку держави [317]. У радянські часи спеціальною «соціальною терапією» займалися ідеологічні працівники комуністичної партії — сама партія актив-но протидіяла поширенню будь-яких ідеологічно сторонніх теорій впливу, позитивно оцінювались у державі головним чином гіпно-сугестивні методи у їх директивному варіанті. Дослідники історії вітчизняної теорії і практики психологічної допомоги, відзначаючи складнощі і переривчастість її шляху, підкреслюють при цьому своєрідність її становлення на вітчизняних теренах. Так, О. Ф. Бондаренко виділяє три напрямки наукового пошуку, які склалися у суспільстві на початку ХХ століття і стосувалися практичного опанування психологічної проблематики [36]. Перший з них, медико-біологічний, пов'язаний з іменами І. М. Сеченова, І. П. Павлова, В. М. Бехтерева, О. О. Ухтомського та інших, мав яскраво виражену природничо-наукову спрямованість і став у подальшому основою медичних моделей радянської психотерапії (В. М. Мясіщев, В. М. Блейхер, Б. Д. Карвасарський, В. С. Рожнов та ін.). Другий напрямок — філософська психологія, яка розвинулась у лоні православної духовної традиції російської культури і предметом розгляду якої були не лише стосунки людини з Богом, але й взаємостосунки з ближніми, норми цієї взаємодії і взагалі поведінка людей, їх ставлення до речей та явищ світу. Саме в рамках цього напрямку з'явилися перші книги, спрямовані не просто на загальне керування та настанову в житті, а й на розраду та духовну підтримку в стражданнях. Третій напрямок пов'язується із становленням радянської культурно-історичної психології та ім'ям Л. С. Виготського, у теоретико-методологічних і методичних розробках якого звучить проблематика психологічної допомоги. Як зазначає О. Ф. Бондаренко, саме завдяки плідній праці і діяльності Л. С. Виготського в роки розгрому російської філософії й культури зберігся все ж зв'язок з європейськими та американськими течіями і тенденціями в розвитку психології і психотерапії.

Тільки після послаблення тоталітарного режиму, у середині 80-х років ХХ ст., розвиток вітчизняної психотерапії набуває вираженого характеру: вивчаються західні моделі і технології психотерапії та набувається досвід їх застосування на вітчизняному ґрунті; вводиться викладання психотерапевтичних дисциплін у вищих навчальних закладах відповідного профілю; розвивається терапевтичне психологічне знання в науці; на основі наукової рефлексії психологічної практики розробляються власні оригінальні підходи і моделі у психотерапії і психологічному консультуванні; створюються професійні асоціації, які намагаються об'єднувати спеціалістів за їх інтересами, організувати систематизовану спеціальну освіту, професійне спілкування, контакти із закордонними колегами тощо. Сьогодні можна вже говорити, що становлення вітчизняної психотерапії іде у контексті європейського і світового психотерапевтичного простору з притаманними сучасному етапу

його розвитку досягненнями і, водночас, дискусійними питаннями, суперечливими тенденціями і рухами. При цьому суттєво позначаються також на розгортанні і розвитку психотерапевтичної допомоги в Україні фактори соціокультурного контексту — умови життя людей, особливості менталітету, культурні традиції, цінності, норми тощо [35; 122; 278].

1.2. Соціокультурний контекст розвитку сучасної парадигми психотерапевтичної допомоги: аналіз основних понять

Розглянемо основні поняття, які висвітлюють важливі тенденції у становленні сучасної парадигми психотерапії та характеризують соціокультурний контекст, що зумовлює цей процес у вітчизняному просторі.

Парадигма. Про наукову парадигму говорять, коли мають на увазі сукупність теоретичних поглядів, переконань, цінностей, методологічних підходів, які характеризують членів певного наукового співтовариства. На основі парадигми створюються моделі для розв'язування нових завдань, поставлених наукою, обираються самі завдання, розробляються критерії «науковості» та наукової достовірності гіпотез і досліджень [264].

Сам термін «парадигма» отримав широке розповсюдження в науці після знаменитої роботи Т. Куна — в російському перекладі «Структура научних революцій» [141]. За Т. Куном, на науковий статус може претендувати лише та наука, яка характеризується єдиною системою знань — дисциплінарною парадигмою. Якщо такої системи знань немає, наука як така не існує, точніше вона знаходиться на донауковій або допарадигмальній стадії розвитку. Психологію, зокрема, Т. Кун відносив до останньої категорії, оскільки вона, порівняно із точними природничими дисциплінами, не має єдиної системи знань. Як зазначає А. В. Юревич [320], в психології розірвані три фундаментальні зв'язки, без яких єдина система знань неможлива: між окремими фрагментами знання (різні школи, течії, напрями в психології часто не мають між собою точок перетину); між минулим і теперішнім (більшість психологічних концепцій будується ніби на пустому місці: попереднє знання або ігнорується, або використовується як мішень для критики); між дослідницькою і практичною складовими (розрізняються їх «мови», «єдиниці» аналізу і «логіки» його побудови).

Разом з тим в самій психології існують різні думки про те, що являє собою парадигма в психології і яким є її парадигмальний статус. А. В. Юревич виокремлює декілька позицій у цьому питанні:

- психологія є «донауковою» дисципліною, у ній парадигма ще не утворилась (співпадає з поглядами Т. Куна);
- в психології існують різні, несумісні між собою парадигми, представлені різними школами (біхевіоризм, психоаналіз тощо), теоретичні системи в яких виконують функції парадигми. Отже, психологія є поліпарадигмальною наукою;

- психологія є не допарадигмальною, а позапарадигмальною дисципліною, до якої уявлення про парадигми, розвинуті на основі аналізу природничих наук, не застосовні.

Згідно окресленим позиціям, єдиної парадигми у «системі співвіднесення» Т. Куна, в психології немає. Однак, зазначає А. В. Юревич, якщо вийти за межі цієї системи і збільшити «одиницю аналізу науки», то можна побачити, що більшість течій в психології все ж мають об'єднуючу засаду, і нею є позитивістська дослідницька традиція, тобто побудова дослідницької методології за зразком точних природничих наук. У зв'язку з цим виокремлено природничо-наукову парадигму в психології, яку ще називають класичною. Таким чином, термін «парадигма» в психології вживається в більш широкому значенні (коли потрібно підкреслити загальну методологію, на якій будуються дослідження) і у вузькому (коли говорять про певну школу з її теоретичною системою, що задає ті чи інші критерії адекватності знань і способів їх отримання).

Сучасна парадигма в психології. У зв'язку з модерністськими і постмодерністськими рухами в культурі (у філософії, літературі, мистецтві, стилі життя тощо), утвердженням некласичних і постнекласичних типів раціональності в природничих науках, в психології теж стає помітною тенденція до зміни методології, асиміляції нових некласичних способів бачення людини і світу [96; 126; 184; 261; 319].

М. С. Гусельцева, аналізуючи зрушення в культурі і науці від класичної до постнекласичної картини світу [96], виділяє як основні наступні ознаки класичної парадигми у пізнанні: ідея прогресу; практика як критерій істини; протиставлення суб'єкта об'єкту; настановлення щодо оволодіння природою; вимога об'єктивності і прикладного результату (ефективності) від знання; пріоритет природничо-наукової методології; передбачуваність; пандетермінізм.

Розвиток пізнання у відповідності до вказаних постулатів поступово призвів до кризи у ряді наук (зокрема, у фізиці), шлях подолання якого вбачався у переході до некласичної, релятивістської картини світу, а саме: від об'єктів — до відношень між об'єктами; від культа детермінації — до невизначеності і неоднозначності; від єдиної — до множинності інтерпретацій; від тотальності — до самоорганізації (у сфері ідеології — до толерантності, в методології — до «системного плюралізму»).

Ще виразніше перехід від механістичного до екологічного принципу у взаємодії зі світом відчувається у постнекласичній парадигмі, яка характеризується наступними рисами: світ міркується як цілісна система; зростає популярність теорії самоорганізації (синергетики); знімається дихотомія природничого і гуманітарного знання; розмиваються обриси речей і кордони предметів, головними є відношення між ними, взаємодія; людина усвідомлюється як «антропогенний фактор», як активна одиниця космоеволюційного процесу; ідея гуманізації світу через інформатизацію як механізм культурогенезу; осягнення співпричетності і загального взаємозв'язку речей («у миті — вічність», «у точці — повнота буття») та децентралізованості Всесвіту («центр — усюди, у кожній точці»); поняття «духовної невизначеності»

і незавершеності як цінності; визначення амбівалентності і суперечливості основною властивістю і двигуном життя; взаємовідношення людини і природи розглядається як діалог і коеволюція; еволюціонує світ в цілому; світ міркується як мережа взаємовідношень, «павутиння»; поруч із природним виділяється ймовірнісний, розсіювальний, неприродний, естетичний та інший види відбору; ноосферогенез осягається як процес почасти рукотворний, що піднімає питання відповідальності і етичної експертизи соціальних проєктів; провідна роль духовності у космoeволюційному процесі осмислюється як екологічний фактор. В цілому постмодерністська, постнекласична парадигма виглядає «як парадигма синтезів: Заходу і Сходу, людства і природи, гуманітарного і природничо-наукового, науки і досвіду культури» [96].

Змістовний порівняльний аналіз модерного і постмодерного підходів у психології особистості знаходимо у Т.М. Титаренко [271]. Дослідниця характеризує модерн як такі ознаки розвитку психології, коли особистість починає розглядатися системно, вона сприймається вже не окремо від реальності, в якій існує (як це характерно для класичної парадигми), а як така, що перебуває всередині світу і зумовлюється ним. При цьому, переживаючи тиск з боку суспільств, особистість прагне до свободи, автономії, створює свій окремий життєвий світ і врешті-решт почувається самотньою. Отже, модерн являє собою індивідуалістичну персонологічну парадигму з провідними ідеями соліпсизму, автономії, суб'єктності.

Постмодерн як проблемне поле розвитку сучасної психології, з точки зору Т.М. Титаренко, дозволяє по-іншому розглядати особистість та її взаємини зі світом. Проблема відчуження людини від соціуму знімається у цій парадигмі тим, що нівелюється сама проблема єдиної для всіх реальності, натомість визнається, що «кожна людина, вступаючи в контакт, створює власну реальність, свій життєвий світ з його простором значущих стосунків і часом самотворення» [271, с. 95]. При цьому актуальність комунікації у сучасному світі сприяє формуванню таких рис новітньої особистості, як творчість, відкритість, діалогічність, здатність до розуміння і прийняття. Отже, постмодерн являє собою соціокультурну парадигму з акцентом на самоконституюванні особистості у взаємодії з оточенням та різними історико-культурними контекстами.

Варто зазначити, що дослідники, які опрацьовують проблему некласичних підходів у психології, відзначають, що вони не є чимось абсолютно новим для даної науки, оскільки давно визрівали в ній і проявлялись через представників некласичної думки, які за своєю методологічною культурою випереджали час. До них, зокрема, відносять у західній психології В. Джемса, К. Юнга, А. Маслоу та ін., у вітчизняній — Л. С. Виготського, С. Л. Рубінштейна, В. А. Роменця [126; 184].

Крім того, деякі дослідники вважають, що в цілому для сучасної психології характерною є скоріше класична дослідницька традиція, ніж некласична. Що ж стосується постнекласицизму, то сьогодні можна помітити лише ознаки постнекласичної раціональності, отже, дана парадигма уявляється ними лише як майбутнє психології, її горизонт [126]. На думку інших дос-

лідників, в сучасній психології вже співіснують усі три підходи, а, наприклад, в психології особистості найпоширенішим є неklasичний підхід в його екзистенційно-гуманістичному різновиді [271].

Ф. Е. Василюк, здійснюючи методологічний аналіз наукової ситуації у пост-радянській психології [52], пов'язує її перехід до нової парадигми з розвитком власної психологічної практики. Саме поява такої практики змушує теоретичну психологію реалізовувати таку методологію, яка б дозволила науково вивчати цілісну унікальну людину. «Для того, щоб продуктивно розвиватись, психологічна теорія повинна включитися в контекст психологічної практики і сама включити цю практику у свій контекст. Двома словами: психологічна теорія повинна реалізувати психотехнічний підхід» [52, с. 209].

Сучасна парадигма в психотерапії. Перш ніж розглянути сучасну психотерапію з точки зору методології і переважаючих у ній типів наукової раціональності, зупинимось на виразних тенденціях, властивих їй на даному етапі розвитку.

Продовжує зростати популярність і престижність психотерапії як галузі знання і професії. Сьогодні вона широко представлена не тільки в медицині і психології, але й в інших сферах соціальної практики (педагогіці, соціальній роботі, рекламі, менеджменті тощо). Розвиваючись, психотерапія сприяє становленню споріднених з нею видів діяльності — психологічного консультування, організаційного консультування, коучінгу та ін. Зростає міра присутності психотерапії у суспільній свідомості, її вплив на мистецтво, художню літературу, уклад життя, соціальні норми, тобто в цілому на культуру суспільства.

Історично психотерапія розвивалась через формування різних напрямів, шкіл, течій. І сьогодні продовжують з'являтися все нові підходи: як свідчать літературні джерела, нині існує і здійснюється на практиці біля 600 різновидів психотерапії [201]. Разом з тим у сучасному психотерапевтичному просторі є помітною й інша тенденція — інтегративний рух, прагнення до синтезу різних підходів, утворення цілого ряду нових напрямків і шкіл, які називають себе інтегративними [123]. Що ж спричинило розвиток цього руху в психотерапії? Виділяють наступні фактори його виникнення: розповсюдження багаточисельних форм та методів психотерапії, що ускладнювало їх вибір, а також вивчення та застосування; неадекватність жодного з психотерапевтичних напрямів щодо всіх категорій пацієнтів; пошук загальних базових процесів, характерних для всіх форм психотерапії, та поступове визнання того факту, що різні методи, по суті, мають більше схожого, ніж розбіжностей; приблизно однакова ефективність лікування незалежно від форм психотерапії; акцент на суттєвій ролі взаємостосунку «психотерапевт-пацієнт» за будь-яких форм психотерапії; соціально-економічні процеси в суспільстві, що висувають підвищені вимоги до якості, тривалості та ефективності лікування і здійснюють скоріше поєднуючий щодо психотерапевтичних підходів вплив, ніж роз'єднуючий. Найзагальнішим фактором розвитку інтегративного руху в психотерапії визнається необхідність врахування психотерапевтом при виборі методів не стільки власних теоретичних позицій, скільки ін-

дивідуальних клініко-психологічних характеристик особистості пацієнта, а також особливостей його розладу і потреб.

Отже, ідея інтеграції різних психотерапевтичних підходів і методів є помітною тенденцією в сучасній психотерапії. Вироблені принципи, дотримання яких передбачає поняття інтегративності: використання еkleктизму як складової частини інтеграції; об'єднання можливостей відповідних наукових дисциплін — медицини, психології, соціології, педагогіки, нейрофізіології та ін.; синтез теоретичних положень різних психотерапевтичних напрямів. Разом з тим відмітимо, що існують і скептичні погляди щодо розвитку інтегративних підходів. Останні критикуються за прагматизм і слабку, у більшості випадків, пропрацьованість науково-теоретичного рівня [48].

Наступною і, судячи з літератури, найважливішою тенденцією в сучасній психотерапії є її становлення як самостійної наукової дисципліни [46; 48; 201; 240; 258; 276; 278]. Страсбурзькою декларацією (1990 рік) вона вже визнана як незалежна наука, що не зводиться ні до медицини, ні до психології, а є унікальною гуманітарною дисципліною, яка базується на досягненнях як медицини і психології, так і широкого спектру різних сфер гуманітарного знання. Важливим завданням сьогодні є визначення наукових атрибутів нової науки — її об'єкта, предмета, цілей і завдань, методології і методів тощо. Хоча література з цього питання нечисленна і серед авторів немає одностайності у виділенні і визначенні властивостей психотерапії як науки, спробуємо зробити все ж певні узагальнення.

Згідно сучасних поглядів, психотерапія як самостійна наукова галузь складається з декількох важливих розділів: теорії — уявлень про природу людської психіки та внутрішні рушійні сили, механізми різних форм порушень; технічних прийомів та методів роботи; власне процесу та мистецтва психотерапії; проблем особистості самого психотерапевта та його професійної підготовки; питань психологічної діагностики; проблем наукового дослідження. Що стосується загальних *визначень* психотерапії, то у більшості з них акцентується переважно її практичний аспект, наприклад, її характеризують як особливий вид міжособистісної взаємодії, при якому пацієнтам надається професійна допомога у розв'язанні проблем чи труднощів психічного характеру психологічними засобами [225], або ширше — «як взаємодію між одним чи декількома пацієнтами та одним чи декількома психотерапевтами (які пройшли відповідне навчання і підготовку) з метою лікування порушень поведінки чи хворобливих станів (переважно психосоціальної природи), психологічними засобами (у тому числі шляхом комунікації, як вербальної так і невербальної), із застосуванням доступних хворим прийомів, з цілком визначеною метою та на основі теорії нормальної і аномальної поведінки» [225, с. 656]. В деяких визначеннях автори намагаються дати характеристику психотерапії, охоплюючи всю її предметну ділянку. Так, Р. Бухман, М. Шлегель, Й. Фетгер вважають, що «психотерапія — це лікувальний підхід, який: 1) звертається до людини, яка страждає, в її тілесно-душевній єдності у рамках конкретної життєвої ситуації і біографічного розвитку та 2) зводить техніки

чи підходи душевно-духовного лікування в єдину терапевтичну процесуальну модель (терапевтичну концепцію) і, виходячи із неї, постійно піддає їх рефлексії» [46, с. 108–109]. У відповідності із цим визначенням автори говорять про *предмет* психотерапії як науки — «це: а) людина (особливо її душевне життя), як вона розкривається терапевту-досліднику в психотерапевтичному процесі, б) інтеракція між терапевтом і пацієнтом, в) метод лікування включно із вченням про втручання» [46, с. 120]. Питання предмету психотерапії і психотерапевтичного пізнання досліджує також О. О. Фільц. Порівнюючи психотерапію із психологією і психіатрією, він доходить висновку: якщо психологія має справу із нормальним душевним життям людини, а психіатрія — із порушеним душевним життям, то предметом психотерапії є сукупне душевне життя. Для пояснення цього висновку автором вводяться поняття «нозосу» і «патосу». Якщо нозос (предмет психіатрії) означає звернення до «хворобливого в нормальному», що психіатрія намагається виокремити, класифікувати і у відповідності з цим лікувати, то патос (чи страждання) як предмет психотерапії означає звернення до «нормального (здорового) у хворобливому», тобто до процесу «виживання нормального всупереч хворобі і подолання розладу зі сторони здорових часток людини» [278, с. 290].

Виокремлюють декілька *моделей* психотерапії, при визначенні яких акцентуються дещо різні уявлення про її *цілі і завдання*. Так, описуючи *медичну модель* психотерапії, зазначають, що йдеться про метод лікування, який впливає на стан і функціонування організму людини у сферах психічної і соматичної діяльності [225]. У вітчизняній літературі прийнятим є визначення медичної психотерапії як системи лікувального впливу на психіку і через психіку на організм хворого. Вказується, що основна увага в медичній моделі психотерапії приділяється знанню нозології, синдромології, клінічної картини розладу, а основним її завданням є робота з симптомом та його ліквідація [45]. *Психологічну модель* психотерапії характеризують як метод впливу чи діяння, що приводить у рух процеси розвитку свідомості і особистості людини (розширення ідентичності, самореалізацію, навчіння, особистісне зростання і т.д.). У даній моделі постановка діагнозу не є обов'язковою, а основне завдання пов'язане не стільки із зняттям симптомів, скільки із сприянням особистісному розвитку людини [45; 225]. Виділяють ще так звану *філософську модель* психотерапії, що орієнтована на комплекс явищ, які відбуваються у ході взаємодії і спілкуванні людей, та *соціологічну модель* як метод інструментальної маніпуляції, що слугує цілям соціального контролю [225]. У подальшому викладі при розгляді інших характеристик психотерапії як науки ми будемо мати на увазі перш за все медичну і психологічну її моделі як відоміші і такі, що більше підпадають під загальні визначення психотерапії.

Об'єкт впливу в медичній моделі — «пацієнт», «хворий», в психологічній — частіше говорять про «клієнта», що підкреслює більшу рівноправність сторін у останній моделі, а також притаманні їй уявлення щодо більшої активності і відповідальності самої людини за розв'язання своїх проблем, ніж це має місце в медичній моделі. Відповідно, психотерапевт у медичній моделі

виконує директивну, експертну роль, у психологічній — скоріше партнерську, супроводжуючу. Зауважимо при цьому, що в медичній психотерапії зазвичай акцентується організмичний аспект об'єкту впливу, в психологічній — об'єктом практичного прикладання завжди виступає особистість.

Що стосується методів психотерапії як конкретних *технік* та *приймів*, то в медичній моделі традиційно використовуються сугестивні техніки, раціональна терапія, фармакологічні засоби; в психологічній моделі фармакологічні засоби зазвичай не використовуються, а прийоми і техніки вербальної і невербальної комунікації варіюються у залежності від напрямів, прийомів і шкіл психотерапії.

Як бачимо, є певні відмінності у властивостях медичної і психологічної моделей психотерапії. Разом з тим, на думку авторів підручника «Психотерапія» [45], між ними немає прірви, оскільки їх об'єднує орієнтація на допомогу людям, частина з яких тяжіє до психологічної моделі, а частина складається з так званих «непсихологізованих» пацієнтів, яким більше підходить допомога у руслі медичної моделі. Однак, існування як різних моделей психотерапії, так і великої кількості психотерапевтичних шкіл і методів, які в деяких випадках суперечать одне одному в принципових позиціях, формують у психотерапевтичному просторі запит на метатеорію, узагальнюючу модель, «загальну психотерапію» [200; 258]. Певною мірою на цей запит відповідає розвиток інтегративного руху в психотерапії (див. вище), а також виникнення діалогу між різними школами, спроби осмислення психотерапії поза межами окремих напрямів, поява теоретичних моделей, які намагаються структурувати різноманітність різних підходів [48]. Здійснюються також і спроби створення загальної теорії психотерапії [200; 258], хоча більшість дослідників достатньо скептичні стосовно можливості такої розробки, відзначаючи все ж необхідність вироблення загальних методологічних принципів. Так, на думку Є. Вагнер, адекватною відповіддю на вказаний запит є тенденція до розвитку загального розуміння науковості і досліджень в психотерапії: «Поступово вимальовується перспективне наукове і дослідницьке розуміння психотерапії, яке готове відмовитися від віри у можливість незалежної від простору, часу, типу спостерігача і методу універсальної теорії людських стосунків. ... мова йде... про таку позицію пізнання, яка була би особливо придатна для психотерапевтичної ситуації і яка дає відставку парадигмі істини та об'єктивації, звертаючись до конструкцій і реконструкцій різних шарів реальності» [48, с. 276]. При цьому, зауважує авторка, теоретичні концепції, які пропонують різні школи, є важливими, оскільки вони, не претендуючи на абсолютну істинність, задають певні нормативи, які допомагають психотерапевту структурувати сприйняття психотерапевтичної ситуації та раціонально діяти. Крім того, вони забезпечують зрозумілість і прозорість практики, а отже, відкритість для критики теоретичних моделей. Таким чином, підкреслюючи пріоритетність для психотерапії герменевтичного пізнання, дослідниця в той же час вказує на важливість концептуалізації психотерапевтичного процесу, створення теоретичного дискурсу, який би забезпечував

зрозумілість і доступність для критики аргументації, що базується на різних формах емпіричного досвіду.

Означений вище контекст дає підстави для таких міркувань стосовно *методологічних засад* психотерапії. Оскільки остання як галузь знання розвивалась через формування різних напрямів (і шкіл), кожний з яких випрацьовував скоріше власну теоретико-методологічну систему, ніж єдину загальну методологію, то, застосовуючи термін «парадигма» у його вужчому значенні, можна сказати, що психотерапія, як і психологія, поліпарадигмальна дисципліна. Однак, якщо більшість шкіл психології у якості об'єднуючої основи мають позитивістську (класичну) дослідницьку традицію, то психотерапію (майже всі її напрями, починаючи з психоаналізу) об'єднує постійне перебування у полі напруження між ідеографічним та номотетичним підходами у пізнанні, тобто між прагненням досягти розуміння індивідуальності окремої людини, її тонких, суб'єктивних переживань і прагненням отримати знання про певні закономірності, зв'язки, патерни, які проступають у проявах індивідуальності [48]. В зв'язку з цим можна сказати, що більшість «парадигм» психотерапії носять риси некласичної раціональності, а деякі сучасні психотерапевтичні підходи (наприклад, наративний підхід) являють собою проєкцію вже постнекласичних позицій у галузь психотерапії [44]. Отже, становлення сучасної парадигми психотерапії відбувається у контексті постнекласичної свідомості, що, як зазначає А. Блатнер [29], позначається на її цілях, завданнях, методах.

Соціокультурні чинники. Як було показано вище [див. 1.1] суттєвим фактором формування існуючих психотерапевтичних підходів і методів виступив *соціокультурний контекст*, що домінував у суспільстві під час їх виникнення і розвитку. Взаємовплив соціокультурної ситуації в суспільстві та психотерапевтичних підходів, що формуються, простежується і в феномені появи і бурхливого розвитку психоаналізу, і в історії біхевіоризму як напряму в психології, що став теоретичним підґрунтям поведінкової психотерапії, і в формуванні і розвитку психотерапевтичних підходів гуманістичного спрямування.

Взаємозв'язок між розвитком психотерапії і станом суспільної свідомості яскраво виявився і в історичному шляху вітчизняної психотерапії. Остання, зокрема в часи СРСР, коли суспільству була нав'язана єдина панівна ідеологія, практично не розвивалась, функціонуючи виключно у сфері клінічної медицини і переважно на основі застосування гіпно-сугестивних методів, а в пострадянський період в умовах демократизації, відкриття кордонів, вивільнення свідомості людей отримала достатньо швидкий і бурхливий розвиток як у галузі практики (розширення сфери функціонування, виокремлення немедичних моделей, відкриття різного роду центрів і консультацій тощо), так і у галузі теорії (вивчення і критичний аналіз західних підходів і методів, розвиток терапевтичного психологічного знання в науці, наукова рефлексія психологічної практики і розробка власних оригінальних підходів тощо).

Отже, наразі вітчизняна психотерапія інтенсивно розвивається. Однак цей розвиток, зумовившись соціальними змінами в суспільстві, внаслідок яких з'явився запит на психотерапію як клінічну і наукову дисципліну, а та-

кож «соціокультурну практику» особливого роду [175; 239], супроводжується цілою низкою наукових і практичних проблем, які активно обговорюються нині на сторінках професійних видань [35; 62; 121; 130; 200; 257]. Однією з таких проблем є необхідність вивчення і врахування впливу соціокультурного контексту, в якому відбувається становлення сучасної парадигми психотерапевтичної допомоги у вітчизняному просторі.

Розгляд означеної проблеми передбачає, зокрема, виокремлення тих аспектів вітчизняної культури, за якими її представники як суб'єкти життєдіяльності відрізняються від представників інших культур. У сучасних культуро-психологічних дослідженнях виділяють дві складові культури: зовнішню (об'єктну), що включає інститути і артефакти культури, матеріалізовані у різних формах, та внутрішню (суб'єктну), ознаки якої ідентифікуються на рівні суб'єктів — носіїв певної культури [221]. Надалі ми будемо розглядати перш за все саме внутрішній аспект культури, який стосується особливостей функціонування людей у соціумі і який можна охарактеризувати за допомогою ряду чинників, що зумовлюють ту чи іншу їх активність як представників культури, в тому числі як суб'єктів психотерапевтичної взаємодії.

В зарубіжних дослідженнях для опису людини як представника певної культури використовується поняття «суб'єктна культура», яке включає всі уявлення, настановлення, цінності, ідеї, що є об'єднуючими для тієї чи іншої групи людей (народу) і відображаються в нормах і моделях їх поведінки [221]. Запропоновані також параметри, за допомогою яких можна більш систематизовано описати суб'єктну культуру: особливості сприйняття людиною часу-простору; особливості сприйняття себе як суб'єкта діяльності; особливості сприйняття інших як партнерів по спілкуванню і взаємодії, форми здійснення активності [191; 221].

У кроскультурних дослідженнях виділені так звані «виміри» культури, які дозволяють диференціювати культурно зумовлені особливості життєдіяльності людини відповідно до означених вище параметрів і встановлювати розбіжності між представниками різних культур. Такими вимірами є: «монохронність-поліхронність»; «відкритість-закритість»; «простота-складність»; «індивідуалізм-колективізм»; «дистанція влади: висока-низька»; «рівень уникнення невизначеності: високий-низький»; «маскуліність-фемініність» тощо [104; 146; 147; 221].

До головних елементів суб'єктної культури відносять культурні настановлення та цінності. Культурні настановлення стосуються основних уявлень про природу і світ, вони є певними загальними концепціями, які визначають світогляд і поведінку людини, і є різними у представників різних культур. З даним поняттям співвідноситься поняття базисного культурного сценарію, запропонованого В. М. Рознім [237], у тому сенсі, що культурні настановлення включені у ці сценарії (картини світу) і задаються людям через міфи, а також релігійні, філософські, наукові тексти, твори літератури і мистецтва. Типовими сюжетами базисних культурних сценаріїв є походження світу і людини, будова світу, пояснення і обґрунтування способу життя людини

(чому вона живе саме так, а не інакше), тобто екзистенційні сюжети, які визначають, що є «істинним» для представників культури. З часом базисні культурні сценарії можуть дещо змінюватися і ускладнюватися, однак у кожній культурі незмінним залишається певне «ядро», яке забезпечує, поки є константним, здійснення основних культурних процесів.

Культурні настановлення тісно пов'язані із цінностями, однак, якщо перші визначають передусім світогляд людини, то другі більше стосуються етичного аспекту і визначають характер стосунків між представниками культури. Як зазначається в літературі [146; 147], кожна людина має певну ієрархію ціннісних орієнтацій, яка проявляється у особливостях поведінки і стосунків, властивих представникам даної культури, поступово перетворюючись у всеохоплюючу рису цієї культури. Отже, культурні настановлення і цінності розглядаються як основне джерело мотивів — *чинники*, що зумовлюють ту чи іншу поведінку людини в соціумі.

Дослідження цінностей як чинників в життєдіяльності людини здійснюється на двох рівнях: індивідуальному і культурному [146; 147]. На першому з них цінності розглядаються як основа мотивів, якими людина керується в житті. При цьому взаємовідношення між різними цінностями відображують **психологічну** динаміку конфлікту і згоди [146], що переживається кожною людиною в процесі щоденної актуалізації її цінностей. Якщо цінності на індивідуальному рівні в психології вивчалися достатньо глибоко (відомі дослідження М. Рокича), то цінності на культурному рівні є менш дослідженими. До такого роду цінностей відносяться певні абстрактні ідеї, які поділяються у суспільстві і які стосуються уявлень про те, що є добрим, правильним, бажаним для даного суспільства чи культурної групи. При цьому підкреслюється, що стосунки між різними цінностями на культурному рівні, відображуючи **соціальну** динаміку конфлікту і згоди, що виникає в результаті прагнення культурних груп і інститутів до своїх цілей, не обов'язково є такими ж, як на індивідуальному рівні. Сучасні дослідження цінностей на культурному рівні ґрунтуються на ідеях Г. Хофстеде, С. Шварца, В. Білскі та ін., згідно яких, виміри культурних цінностей відображують альтернативні вирішення групами (суспільствами) основних проблем життєдіяльності. Можливі варіанти вирішення цих проблем розташовуються уздовж таких біполярних вісей: «консерватизм — автономія», «ієрархія — рівноправність», «майстерність — гармонія». Кроскультурні дослідження, проведені у багатьох країнах на основі моделі С. Шварца, показують перспективність даної моделі для вивчення цінностей з метою визначення їх культурної специфіки [146; 147].

У сучасних вітчизняних дослідженнях для опису людини як представника конкретної культури, зокрема української, використовуються різні поняття: національний характер, національна свідомість, ментальність, менталітет, соцістальна психіка тощо [102; 103; 158; 159; 291 та ін.], категоріальна сутність яких і співвідношення між собою є, однак, недостатньо визначеними і окресленими. Найбільш активно сьогодні розробляється поняття «ментальність», у межах якого розкриваються як суто психологічні феномени, так і соціальні.

Зокрема А. В. Фурман, характеризуючи ментальність, зазначає, що даний феномен є продуктом духовного життя нації, у якому відображаються природні умови її життя, історично усталені моделі поведінки та традиції, система соціальних інститутів, культурні стратегії індивідуального розвитку і самореалізації. Узагальнюючи, автор визначає ментальність як функцію соціальної матриці, «як спільне психологічне оснащення представників певної культури» [291, с. 31]. Отже, наголошується, по-перше, на історичному вимірі ментальності, тобто її розвитку і змінах в результаті «історично-вітального поступу народу», по-друге, на її процесуальності у сенсі впливу на особливості ставлення людини до світу і власного життя, а також форми виявлення у ньому. А. В. Фурман визначає також психокультурні координати ментальності, тобто її структуру, до якої входять: **вітальність** (універсум психологічної унікальності людського буття, що визначає думки, почуття, поведінку людей, їхні цінності, смисли), **культурність** (квінтесенція культури народу), **свідомість** (глибинний пласт колективної і індивідуальної свідомості, включаючи несвідоме), **духовність** (засада духовного життя суспільства). Інші автори, зокрема О. В. Лисеєнко, у структурі менталітету основними вважає такі елементи, як мислення, почуття і цінності, надаючи останнім пріоритетного значення [158].

Продуктивним з точки зору розуміння природи соціальної свідомості людей виявилось запропоноване О. А. Донченко поняття «соцієтальна психіка», яке, на думку автора, містить інформацію про історико-культурний шлях соціуму, традиційні форми задоволення потреб людей, взірці їх діяльності і поведінки, установки та ті чи інші реакції, мислительні та духовні спрямування [102; 103]. Розглядаючи феномен соцієтальної психіки як певний архетип, авторка розробила її структурно-функціональну модель, яка дає можливість зрозуміти підґрунтя самоорганізаційних процесів у суспільстві. Зокрема, властивості соцієтальної психіки описані у вигляді бінарних опозицій: «екстраверсія — інтраверсія», «раціональність — ірраціональність», «прагматичність — емоційність», «сенсорність — інтуїтивність», «інтернальність — екстернальність», «інтенціональність — екзекутивність». На цій основі виділені соцієтальні особливості українського соціуму, який визначається як **інтровертований** (досить закритий, орієнтований на внутрішні традиції, потреби, інтереси, можливості і цілі; йому притаманне пристрасне ставлення до своїх ідей, своєї культури, що інколи призводить до відставання від історичного поступу; люди у такому соціумі спокійні, терплячі, миролюбні, не агресивні; суттєвою рисою соціуму є індивідуалізм); **раціональний** (домінує установка на детальне, точне, послідовне сприймання будь-яких явищ, ідей, процесів — абстрактний вираз ідей чи проблем не сприймається; для соціуму характерні загалом стабільність і передбачуваність соціальної динаміки); **емоційний** (головними критеріями вирішення проблеми є не логічні — «розумно-нерозумно», «вигідно-невигідно», «правильно-неправильно», а емоційні і етичні: «чесно-нечесно», «гуманно-негуманно», «добре-погано», «приємно-неприємно»; нові логічні відносини і методи дії утворюються важко, соціум ніби не здатен вчитися на досвіді свого мину-

лого, у нього знижений інстинкт самозбереження); **сенсорний** (схильність до стандартних, вже знайомих способів вирішення соціальних проблем, момент творчості успішно замінюється кропіткою роботою; виражене прагнення до комфорту і безконфліктності); **інтернальний** (здатний до соціальної відповідальності, в складних обставинах люди шукають не «ворогів», а об'єктивні чинники, які потрібно осмислити і подолати); **екзекутивний** («жіночний», вирізняється певною незахищеністю, наївністю, сугестивністю, потребою в союзникові, внутрішньою конфліктністю, помірністю в діях тощо).

Цікаве прикладне розгорнення даної характеристики українського соціуму знаходимо у Є. Л. Носенко і Н. А. Маєвської, які, запропонувавши нове поняття «психологічні ознаки культури», здійснили диференційоване вивчення психологічних ознак культури українців в контексті сучасних соціально-економічних перетворень у суспільстві [191]. Використовуючи дані вищевказаного та інших досліджень, автори проаналізували психологічні особливості українців як суб'єктів активності, суб'єктів взаємодії з іншими та суб'єктів пізнання і перетворення світу. Так, розглядаючи особливості українців як суб'єктів активності, автори відмічають такі їх риси, як самообмеження у сфері життєвих потреб, мінімізація загальнолюдських бажань, що пов'язане із загальною низькою мотивацією досягнень. Екзекутивність української культури виявляє себе у домінуванні серед людей, у тому числі чоловіків, установлень на цілевиконання, обслуговувальну активність за рахунок самодетермінації, визначення аксіологічних засад діяльності, активного, творчого начала. Своєрідність має і український індивідуалізм: він є скоріше споглядальним, інтроспективним, емотивним, ніж таким, що стимулює мотивацію досягнень, особистісну незалежність, потребу і готовність спиратись на власні сили. Інтровертованість українців теж має свою специфіку: вона корелює скоріше з пасивністю, униканням зовнішньої проблемності, недіянням, ніж передбачуваністю, умінням запобігати небажаним наслідкам і втратам. У цьому зв'язку толерантність — визначна позитивна риса українців як спільноти — має і свої негативні аспекти: терпимість до всього наявного, слабкість волі, брак інтенціональності, поступливість.

Розглядаючи особливості сучасного українця як суб'єкта взаємодії з іншими, Е. Л. Носенко і Н. А. Маєвська звертаються до аналізу родинного життя як важливого чинника оформлення ментальності народу, особливо тих її аспектів, які стосуються взаємодії і стосунків з іншими. Дослідники визначають роль сакралізованого образу жінки в українській ментальності, що позначається на властивостях як жінок, так і чоловіків соціуму. В Україні жінка з давніх часів більш вільна, активна, енергійна, ніж в інших суспільствах. З одного боку, це сприяло встановленню егалітарності в українській сім'ї, з іншого — жінка як мати, відіграючи провідну роль у вихованні дітей, виховувала їх, в тому числі і хлопчиків, скоріше для сім'ї, ніж для суспільства, захищаючи від травмуючої взаємодії зі світом, а отже, гальмуючи розвиток самостійності і прагнення до самореалізації в соціумі. Поряд із особливим статусом жінки

в українській родині іншою рисою останньої, що позначилась на формуванні ментальності народу, дослідники називають рівний розподіл спадщини, незалежно від віку та статі нащадків. Такий принцип розподілу майна, екстраполюючись українцями і на соціальний рівень, формував у ментальності народу уявлення про природну рівність усіх членів суспільства.

У взаємодії з іншими позитивно виявляє себе толерантність українців як здатність вирішувати конфлікти мирним шляхом, як ознака розвинених комунікативних здібностей та умінь. Українці гостинні і доброзичливі, однак, їх спілкування має, по-перше, локальний характер (зазвичай, це скоріше «мала група», ніж широкий загал), по-друге, емоційно-поверхневий: українець обережний у розкритті свого внутрішнього світу, а свої потаємні думки і почуття не довірить навіть близьким людям.

Що стосується особливостей українців як суб'єктів пізнання і перетворення світу, то, посилюючись на дані різних досліджень, Е.Л. Носенко і Н.А. Маєвська вказують на детермінанти, що вплинули на світосприймання українців (географічний аспект — особливості ландшафту, природи; специфіка господарського життя — землеробство, особливе ставлення до землі), а також на сформовані в результаті дії цих чинників ментальні стереотипи українців — любов до землі і бажання працювати на ній, дбайливість і відповідальність стосовно навколишнього світу; тонке відчуття гармонії з природою, ліричність, підвищена емоційність. Розвинена сенсорно-чуттєва сфера українців виявляється також у сентименталізмі, чутливості, емпатійності, любові до природи, яскравій обрядовості, естетизмі народного життя, культуротворчості. Розвинене емоційно-етичне начало української культури корелює з поміркованим традиціоналізмом, консерватизмом, замкненістю особи на проблемах внутрішнього світу, своєї сім'ї, родини, громади; натомість, зовнішній світ, який не стосується безпосередніх потреб та інтересів українця, мало його цікавить. Таким чином, у світосприйманні українців переважає емоційно-почуттєвий аспект (вольовий, інтелектуальний, прагматичний виявляються значно меншою мірою), а також замкненість на своєму внутрішньому світові і самодостатність в умовах свого дому і «малої групи».

У проведеному емпіричному дослідженні, яке було спрямоване на виявлення тенденцій змін у психологічних ознаках культури українців в умовах переходу до ринкової економіки, Е.А. Носенко, Н.А. Маєвська встановили, що всеохоплюючі і більш-менш усталені психологічні ознаки культури сучасних українців поки що не сформувались. Однак встановлені суттєві розбіжності за психологічними ознаками культури у різних верств населення залежно від міри включеності їх (за особливостями діяльності) в умови ринкової економіки. Зважаючи на системність даних розбіжностей, автори роблять висновок про глибинність змін і про складність завдань суспільства (зокрема, освітньої галузі) щодо сприяння збереження гуманістичного потенціалу культури, її позитивних традицій, цінностей, ідеалів та закріпленню у ній нових прогресивних тенденцій, зумовлених соціально-економічними перетвореннями в суспільстві [191].

У контексті даного висновку зауважимо, що в науковій літературі, окрім освітньої, виділяється ще ряд дискурсивних галузей, які складають простір культури і, постачаючи сценарії, зразки, норми, схеми для інтерпретації людяною оточуючого світу і свого власного досвіду, впливають на її поведінку і діяльність. Це, зокрема, дискурс художньої літератури, фольклорний, сімейний, політичний, професійний, спортивний тощо [303].

До вказаних дискурсів, на наш погляд, можна додати і психотерапевтичний дискурс, який давно вже є повноправним у західній культурі і все певніше заявляє про себе у вітчизняній. Досліджуючи цей дискурс у практиці вітчизняної психотерапії і порівнюючи його з англо-американським, А. Ф. Бондаренко, Н. С. Кондратюк [35] виділяють ряд його відмінних характеристик: співпричетність, метафоричність, орієнтованість на такі екзистенційні концепти, як життя, сенс, цінність, справжність. Дослідники декларують також психотерапевтичний підхід — етичний персоналізм, який, на їх думку, відповідає руській (східнослов'янській) ментальності, архетиповими рисами якої є духовність і споглядальність, а основними моральнісними цінностями — любов і обов'язок (на відміну від англосаксонської культури з її практицизмом і такими значущими цінностями, як свобода і відповідальність). При цьому автори акцентують на неприйнятності прямого перенесення, без належного осмислення і пропрацювання, у вітчизняну психотерапевтичну практику методів, що виникли в іншій культурі і в інших соціальних умовах. Ми погоджуємося з даною думкою дослідників, однак, зазначимо, що уважне ставлення і врахування соціокультурного контексту є необхідним також і у застосуванні психотерапевтичних підходів і методів, які розробляються вітчизняними авторами. Важливість цього питання для становлення сучасної парадигми психотерапевтичної допомоги все частіше піднімається у психотерапевтичному просторі [35; 52; 62; 122; 131; 201; 258]. Однак, виокремлення і вивчення відповідних соціокультурних чинників, зокрема тих, які пов'язані з ментальністю народу і які, маючи тенденцію до змін у кризові, зламні періоди життя суспільства, визначають як особливості застосування в Україні західних психотерапевтичних підходів, так і створення власних концепцій і методів, само по собі є серйозним і складним завданням для вітчизняної психотерапії.

У контексті вирішення цього завдання у наступних розділах ми розглянемо ряд соціокультурних чинників, які, на наш погляд, суттєво позначаються на становленні сучасної парадигми психотерапевтичної допомоги на вітчизняних теренах.

1.3. Вітчизняна філософсько-психологічна традиція та професійне і особистісне самовизначення фахівців у галузі психологічної допомоги

Вагомий внесок вітчизняної філософсько-психологічної думки у світову культурну скарбницю полягає у свідомій орієнтації на людянознавство, людяність — від давньоруської моральної традиції і аж до нинішніх екси-

стенційно-гуманістичних спрямувань у психотерапії. Персоналістична етико-психологічна концепція людини традиційно спрямована до душевного здоров'я й рівноваги. Тенденції пошуку вертикалі, філософська традиція етичного персоналізму є тим здобутком нашої культури, який набуває особливої ваги у світлі проблем метафізичної та постметафізичної доби європейської гуманістики, саме тепер, у час, коли відбувається докорінна зміна методологічних засад та світоглядних орієнтацій [6; 14; 184; 275].

Відзначимо, що людинолюбність вітчизняної філософії, її дійсно гуманістичний характер були визначним явищем у сучасній їй європейській культурі; це стало і стратегічною інтенцією подальшого розвитку вітчизняної духовної традиції, психологічної культури та філософії; це важливо і для сучасної теорії та практики психологічної допомоги [108; 109]. Відзначимо також, що нині, як у європейських країнах, так і в Україні, а також у Росії й Білорусі частина психотерапевтичної спільноти не лише цікавиться, але й активно використовує в теорії та на практиці здобутки християнської антропологічно-психологічної думки [34; 37; 115; 199; 303; 316], а також залучає ці здобутки до **філософсько-світоглядного рівня методологічних знань, які забезпечують становлення сучасної парадигми психологічної допомоги** [109, с. 15].

У цьому підрозділі ми маємо за мету змістовно розглянути вітчизняну філософсько-психологічну традицію сприяння людині в становленні її особистості та показати її зв'язок з особистісним і професійним самовизначенням сучасних психологів-практиків.

Спочатку зупинимося на деяких важливих для нас поняттях. **Психологічну допомогу** ми розглядаємо як одну з існуючих у сучасній культурі гуманітарних сфер (поряд з такими, як педагогіка, соціальна робота, медична допомога, юридична допомога й ін.). Психотерапію і психологічне консультування розглядаємо як види психологічної допомоги. Вбачаємо, що винятково важливого значення для особистісного і професійного самовизначення фахівців, зайнятих у цій сфері, набуває безпосередній зв'язок із вітчизняною культурою та наближення до ідейних витоків традиції надання психологічної допомоги. Це особливо стосується значної частини українських психологів — як теоретиків, так і практиків, що нині самовизначаються у широкому світоглядному і методологічному просторі, пов'язуючи свою професійну ідентичність із екзистенційно-гуманістичним підходом як одним із базових у становленні сучасної парадигми психологічної допомоги. **Поняття самовизначення особистості** стосується, зокрема, визначення себе щодо соціокультурних цінностей, яке має ціннісно-сміслову природу. Ми орієнтуємося як у особистісному, так і у професійному аспектах самовизначення на таку дефініцію: «віднаходження людиною своєї ціннісно-сміислової єдності та її реалізація — це визначення себе у світі, тобто самовизначення» [80, с.45]. Ідейно-змістовно і сутнісно пов'язаний із європейською філософією екзистенціалізму (філософією існування) **екзистенційно-гуманістичний підхід** дійсно постає одним із провідних у сучасній консультативній психології та

психотерапії [14, 141]. Потреба в антропологічній визначеності, в єдиному фундаментальному вченні про людину гостро відчувається в різних сферах суспільної практики, відчутна ця потреба і у тривалішій науковій дискусії з філософських проблем психології, у парадигматичних змаганнях між головними напрямками теорії та практики психотерапії. Розгортання даного дискурсу виводить на передній план досліджень проміжну між філософією і психологією галузь **філософської психології**.

Термін «філософська психологія» використовується зараз у фаховій літературі [157], принаймні, у двох значеннях. По-перше, для позначення галузі психологічних знань, які існували протягом тривалого часу перебування психології у лоні філософії, до ствердження психології як окремої науки, і це відповідає донауковому періоду становлення психотерапії. По-друге, для позначення певної галузі досліджень, яка виникла вже після виокремлення психології із філософії, продовжуючи існування психології у сутнісному зв'язку із філософією; філософська психологія стверджує себе як сфера досліджень за межами природничо-наукових, редукціоністських підходів у психології; вона з'явилася у другій половині XIX — на початку XX століття, коли починався науковий період становлення психотерапії, і має сучасні перспективи розвитку, в тому числі обумовлені закономірностями розвитку сучасної психотерапевтичної думки. З одного боку, багата і своєрідна філософсько-психологічна традиція глибоко вкорінена в історії вітчизняної культури. З іншого — важливими є тут і досягнення вітчизняних психологів XX століття, які поділяли погляди на особистість як на людину, що самовизначається, як на самодетерміновану істоту (В. В. Зеньковський, С. Л. Рубінштейн, Г. С. Костюк, В. А. Роменець та інші вчені), і сучасних дослідників (Г. О. Балл, О. Ф. Бондаренко, М. Й. Боришевський, С. Д. Максименко, В. О. Татенко, Т. М. Титаренко, та ін.), які працюють над філософсько-психологічним розкриттям наукових уявлень про людську сутність, про психологічну допомогу людині в її особистісному становленні. У цьому зв'язку ми пропонуємо використовувати термін філософська психологія ще й у третьому значенні — як **філософсько-психологічна традиція**, тобто як певна існуюча у соціокультурному просторі, в суспільній свідомості і практиці (зокрема у філософії, у науковій і практичній психології, у психотерапії, в різноманітних антропокультурних практиках) традиція сприяння людині в її особистісному становленні.

Зазначимо, що як європейська, так і вітчизняна філософсько-психологічна думка протягом багатьох століть розвивалася під засадничим впливом християнського антропологічного вчення, суттєвим положенням якого було те, що піднесення розуму, серця, волі й орієнтація на духовно-моральні чесноти вважалися важливими завданнями особистісного становлення. Відповідно, призначенням людини ставала необхідність динамічної актуалізації: в опануванні власною природою та у виході за межі природно-соматичного, у надіндивідуальному людина може набувати сенсу свого існування. Узгодженість метафізичних та емпіричних аспектів у людині уможливорює цілісність особистості, здатної до постійного духовного зростання, самовдос-

коналення й самореалізації, соціальної й морально-практичної активності, до становлення у якості суб'єкта життя і суб'єкта перетворюючої соціокультурної діяльності. До початку ХХ ст. вітчизняна філософсько-психологічна думка головним чином здійснювалася в парадигмі православної антропології [109; 215]. Розвивалася вона в лоні не стільки теоретичного, скільки духовно-практичного осмислення світу і людини, осмислювала крайні основи реального й ірреального світу, орієнтувалася на людяність, на конкретне, земне та дохідливе православно-християнське настановлення до праведного життя, сприяючи людині в її особистісному становленні. Персонологічний і етичний, педагогічний і психологічний аспекти релігійно-філософського знання існували синергічно, несуперечливо й неподільно. І саме християнське розуміння особистості стало одним із важливих ціннісно-сміслових аспектів вітчизняної філософсько-психологічної спадщини.

Дослідники української історії філософії [109; 157] звертають увагу на те, що від часів Київської Русі в подальшій вітчизняній філософсько-психологічній традиції в усіх визначеннях і характеристиках, які стосуються антрополого-психологічної сутності людини, неодмінною і конституюючою ознакою людини є її особистість. Власне кажучи, **поняття особистості**, яке почало викристалізуватися практично від часу зародження античної філософії і напружене осмислення якого триває й нині, є універсальною європейської культури. Адже саме це поняття позначає і фіксує ключовий аспект внутрішнього світу людини, а саме — її винятковість, творчу природу і трансцендентність щодо умов соціального і природного життя. Відзначимо, що сукупна філософська думка, яка передувала християнству, не виявила здатності сформулювати і, тим більше, розробити й аргументувати навіть саме поняття «особистість». Початок було покладено працею давніх християнських подвижників, містиків та метафізиків, і особливо — святими Василем Великим, Григорієм Богословом і Григорієм Ніським. Вони дали богословське визначення поняттю «лице», знайшли обґрунтування для поняття «іпостась», виявили ноумен людської особистості та осмислили богословсько-персоналістичну цінність людини. І у подальшій, навіть сучасній персоналістській екзистенційно-гуманістичній, трактовці особистість виступає як єдність трьох суттєвих характеристик: екстеріоризації (самоздійснення особистості назовні, творчість у світі), інтеріоризації (внутрішнє самозвернення, духовна самозаглибленість) та трансцендування (спрямованість на вищі божественні начала й цінності — благо, истину й красу, орієнтація на максимально вищу самореалізацію). Важливою є ідея про необхідність існування, залученого в навколишнє життя, спільну з духовно-гуманістичними силами діяльність із метою перетворення світу на принципах людяності. Особливо підкреслюється розвивальна функція й духовний потенціал особистісної філософії, що виступає як соціокультурна і антропокультурна практика, спрямована на пробудження особистісного начала в кожній людині.

У філософії й психології XIX-XX століть прямим спадкоємцем християнської філософії і її антропологічного знання стала **персоналістична** (від. лат. *persona* — особистість) **концепція людини**, яка визнає особистість первинною творчою реальністю і вищою цінністю буття. Для цієї філософсько-психологічної тенденції гуманітарного знання особистість із її духовними цінностями виступає як вищий смисл людської культури. У трактатах німецького філософа й богослова Ф. Е. Д. Шляєрмахера у 1799 році вперше вживається термін «персоналізм». Ним виразно підкреслюється ідея особистості, моральне завдання якої полягає в завершеному розвитку людини, яка в рівновазі своїх різних сил має здійснити свою внутрішню сутність. Однак моральний розвиток людини можливий тільки на основі загального культурного життя. Досягається це індивідуальною переробкою всіх моментів, що складають ціле. Саме тому морально зрілий індивід має відчувати свою єдність із цілим, що наявне в ньому як його власне індивідуальне. Згодом персоналістичну парадигму трактовки особистості в Європі продовжили Ф. Якобі, Х. Тілліке, Б. Олкотт, Ш. Пегі, М. Шелер. Виокремилосся кілька різновидів персоналізму. Так, американська гілка персоналізму (Б. П. Боун, Дж. Ройс, Дж. Х. Хауінсон, Р. Т. Флюезллінг, Є. Ш. Брайтмен, У. Хокінг) трактує поняття особистості як процес розвитку особистісного начала, яке досягається шляхом єднання з Богом. Головна увага тут приділяється проблемам свободи й морального виховання, що має привести до суспільної гармонії. Французький персоналізм (Е. Муньє, Ж. Лакруа, М. Недонсель, П.-Л. Ландсберг, Г. Мадіне, Д. де Ружмон, Ж. М. Доменак) прагне створити універсальне вчення про людську особистість як найважливішу турботу людської цивілізації. Німецька гілка персоналізму (В. Штерн, Х. Тілліке) на перший план висуває завдання розвитку задатків і здібностей людини та проникнення в глибинні сфери індивідуального життя [33; 277]. В Росії персоналістські ідеї, які мають своїми витоками філософські побудови Ф. М. Достоєвського, розвивали М. О. Бердяєв, С. Л. Франк, Л. І. Шестов, певною мірою М. О. Лоський, С. Н. Булгаков та інші. Центральними тут виступають проблеми свободи і відповідальності, влади і людської гідності, насилля й ненасилля, страждання й блага [6; 23; 35; 277; 279]. В українській філософії, де предтечею персоналізму стали праці Г. С. Сковороди, означену тенденцію продовжили численні автори (починаючи від XIX століття і аж до сучасності), які піднімали питання щастя, спорідненої праці, серця як духовного центру життя особистості, субстанціальності, розвитку духовної першооснови в людині тощо [6; 157].

Загалом, у своїх теоретичних побудовах персоналізм виходить із фундаментального для теїзму **принципу діалогічності** співіснування людини і Бога, а також людини й іншої людини і розвиває **ідею особистісного спілкування**, в чому і вбачається мета, смисл та призначення людського існування. Кожна людина має мету не тільки в собі, але й у інших людях, саме в зустрічі Я і Ти в Ми формується особливий духовний досвід, досвід здійснення ідеї

трансцендентності цілей існування. Єдність екзистенції й трансценденції виступає однією з фундаментальних ознак особистості. Особистість характеризується «залученим існуванням», вона укорінена в земному, матеріальному бутті. Але, поруч з «речовинним», у ній виявляє себе і «неречовинне», духовне, божественне начало — душа. І вся людська історія в своєму глибинному смислі для персоналізму виявляється історією «саморозвитку персонального духу». Звідси саме буття особистості набуває ключового смислу лише через детермінацію її майбутнім. Разом з тим, особистість піддається небезпеці тиску на неї усіх тих соціальних вимог, які висуває до неї цивілізація та приналежна їй масова буденна свідомість. У зв'язку з цим деструктуючим впливом на особистість на перший план виходить суто гуманістичне завдання сприяння їй у тому, щоб бути вільною, а розвиток особистості, свобода особистості стають критеріями не тільки її психічного здоров'я, але й людяності суспільства, у якому людина живе.

Тема свободи, самовизначення людини, вибору між добром і злом, знаходження засобів уникнення зла в собі й зла в соціокультурному довкіллі — **стрижнева тема** християнського людинознавства. У свою чергу, проблема вибору стає генератором страждання й насолоди, співчуття й терпимості, непротивлення злу й духовного опору, вини й відповідальності, страху й щастя, каяття й спасіння, смислу й абсурду, надії й відчаю, морального й аморального, совісті й неподобства, альтруїзму й егоїзму, віри й знання, правди й кривди, соборності й самотності, масового й індивідуального, цілей і цінностей, тактики й стратегії власного життя, людського співжиття та стосунків з Богом. Усі ці екзистенціали в християнській філософії не лише осмислені й пережиті, вони поставлені в теоретично-концептуальній площині та принципово вирішені [21; 109; 115; 117; 157; 279; 316; 323].

Таким чином, вітчизняна філософсько-психологічна думка, розвиваючись під впливом християнського антропологічного вчення, згідно якого піднесення розуму, серця і волі людини та орієнтація на духовно-моральні чесноти є важливим завданням її особистісного становлення, у своїй персоналістичній концепції людини її призначення вбачала у необхідності динамічної актуалізації: в опануванні та у виході за межі природно-соматичного, у надіндивідуальному людина може набувати сенсу свого існування. Узгодженість метафізичних та емпіричних аспектів у людині уможливило цілісність особистості, здатної до постійного духовного зростання, самовдосконалення й самореалізації, соціальної й морально-практичної активності, до становлення у якості суб'єкта власного життя і суб'єкта перетворюючої соціокультурної діяльності. Це говорить про те, що філософсько-психологічна думка вбачала саме в особистості основу та джерело психічного розвитку людини, а мету та принципи сприяння розвитку особистості пов'язувала зі створенням відповідних сприятливих умов для усвідомлення людиною її життєвого призначення, морального самовдосконалення і подолання діалектичної суперечності між метафізичним та емпіричним

планами існування у творчому зв'язку з вищими цінностями. Ці ідеї представлені у творчій спадщині П. Д. Юркевича, К. Д. Ушинського, М. Я. Грота, Л. І. Шестова, М. О. Бердяєва, С. Н. Булгакова, В. В. Зеньковського. Пізніше проблеми розвитку і саморозвитку особистості, морально-ціннісної їх складової були предметом дослідження радянських психологів (С. Л. Рубінштейн, Л. С. Виготський, Б. Г. Ананьєв, К. А. Абульханова-Славська), в тому числі українських: Г. С. Костюк (концепція саморозвитку особистості), В. О. Сухомлинський (екзистенційна теорія виховання), О. М. Ткаченко (методолого-аналітичний підхід), В. А. Роменець (вчинковий підхід) та інших.

Можна сказати, що у наш час саме філософсько-психологічна традиція з її своєрідним етико-персоналогічним, ціннісним, вчинковим, екзистенційним змістом стала історичним підґрунтям цілої низки сучасних концепцій, важливих для становлення вітчизняних психотерапевтичних підходів, переважно екзистенційно-гуманістичного спрямування: Г. О. Балл — раціогуманістичний підхід; А. Ф. Копйов, Т. А. Флоренська — діалогічний підхід; О. Л. Братусь — моральнісна психологія; Ф. Є. Василюк — синергійна психотерапія; В. О. Татенко — суб'єктний підхід; Т. М. Титаренко — концепція життєвого світу особистості; О. Ф. Бондаренко — концепція «етичного персоналізму»; Г. І. Онищенко — християнськи зорієнтована психологічна допомога; В. В. Рибалка — особистісно-аксіологічний підхід.

Отже, є підстави вважати, що дана традиція, глибоко вкорінена в історії вітчизняної культури і актуалізована у сучасній психології і психотерапії, є одним із чинників становлення вітчизняної теорії і практики психологічної допомоги. Основне значення цієї традиції пов'язане з: а) здобутками у постановці та розгляді таких проблем, як особистісний розвиток, особистість як самодетермінована істота, моральнісно-ціннісна складова у становленні особистості, суспільства та культури; б) розробками щодо мети та принципів сприяння розвитку особистості: створення умов для усвідомлення людиною її життєвих цілей та завдань, моральнісного самовдосконалення, подолання суперечності між емпіричним та метафізичним аспектами існування у синергійному зв'язку з духовними смислами та цінностями.

Розглянемо тепер, наскільки ці засади психологічної допомоги кореспондують із світоглядними та методологічними орієнтаціями вітчизняних психологів-практиків у сфері особистісного та професійного самовизначення.

Нами було проведене дослідження, яке складалося із циклу фокус-групових занять, що об'єднувалися загальною темою «Вітчизняна філософсько-психологічна традиція і особистісне та професійне самовизначення фахівців у галузі психологічної допомоги».

У даному дослідженні у якості учасників серії фокус-групових занять виступили фахівці, які працюють протягом різного часу (від одного року до вісімнадцяти) у різних галузях психологічної допомоги (переважно дитяча консультативна та психотерапевтична практика, робота шкільного психолога, психологічна допомога сім'ї і екстремальна та кризова психологіч-

на допомога). Всього у дослідженні взяли участь двадцять осіб. Як відомо, в основу інтегрального методу «фокус-група» покладено групове фокусоване інтерв'ю, яке проводиться у формі багатопланової групової дискусії. Воно спрямоване на отримання від учасників певної суб'єктивної інформації про сприйняття ними досліджуваної теми, має частково структурований характер і утримує фокус на конкретній темі та вільній формі відповідей учасників. Наші заняття включали також епізоди теоретичного осмислення матеріалу, що пропонувався (усно і письмово, в групі й індивідуально), а також аналіз випадків із практики учасників.

Вкажемо на основні гіпотетичні положення, виходячи з яких будувалося емпіричне дослідження:

- у наданні психологічної допомоги присутня ціннісна проблематика;
- існує можливість дослідницького підходу до неї з боку особистого світогляду психолога, його цінностей;
- ці особистісні цінності часто бувають невідрефлексованими і неузгодженими з професійною парадигмою;
- принципово важливою у наданні психологічної допомоги є узгодженість між світоглядними і методологічними позиціями фахівця; при цьому, перш за все, йдеться про несуперечливість вихідних ціннісних уявлень про людину й особистість людини, про сутність, зміст і способи людського буття, про свободу і відповідальність тощо, якими керується психолог — як особистість і як професіонал;
- актуалізація відповідного процесу рефлексії цінностей, що лежать в основі діяльності психолога-практика, може стати частиною його професійного становлення;
- вітчизняна філософсько-психологічна традиція сприяння людині у становленні її особистості, яка несе в собі значний екзистенційний, персонологічний, етичний, ціннісний зміст, впливає на особистісне і професійне самовизначення сучасних психологів-практиків.

Для перевірки цих положень було створено специфічні (безпечні і водночас проблематизуючі) умови для виявлення цінностей, які хоч і не завжди усвідомлюються суб'єктом професійної діяльності, однак прямо чи опосередковано впливають на процес і результати психологічного консультування і психотерапії.

Ми визначили для себе такі дослідницькі завдання:

- презентація і відстеження психологами-практиками власних особистісних цінностей;
- виявлення робочої професійної парадигми: тих аспектів теорії і практики психологічної допомоги, на які кожен із них переважно орієнтується;
- співставлення особистісно-ціннісної позиції і професійної парадигми учасників з метою з'ясування їх власної соціокультурної позиції, міри її пов'язаності з вітчизняною філософсько-психологічною традицією.

Процедурно дані завдання розв'язувалися через такі етапи і форми роботи:

- 1) знайомство учасників та їх самовизначення щодо власної мети участі у заняттях;
- 2) опрацювання учасниками певного теоретичного матеріалу, групова дискусія;
- 3) представлення випадку з практики роботи когось із учасників, його аналіз з точки зору засобів, що використовувались, та відображених у них тих чи інших цінностей — як особистісних, так і парадигмальних;
- 4) підготовка індивідуальних коротких доповідей, в яких представлялися ціннісно-сміслові та ідейні преференції учасників, їх методологічні уподобання та парадигмальні орієнтації.

Науково-теоретичний матеріал, який пропонувався учасникам, включав наступні блоки питань:

- Морально-ціннісна проблематика психологічного консультування і психотерапії. Психологія, етика і мораль у сучасному світі. Етика і мораль у християнській філософії.
- Проблематика набуття власної соціокультурної позиції у ході особистісного і професійного самовизначення фахівця у галузі психологічної допомоги.
- Сучасна психологія: трансформація парадигм теорії і практики. Вітчизняна філософсько-психологічна традиція як один із соціокультурних чинників становлення сучасної парадигми психологічної допомоги.

Звернімося тепер до отриманих у ході емпіричного дослідження результатів і розкриємо зміст виявлених особистісних цінностей психологів-практиків, їхніх преференцій стосовно різних аспектів професійної парадигми і узгодженості ціннісної складової світогляду з професійно-парадигматичним самовизначенням.

Початковий стан ціннісної сфери учасників характеризувався, в цілому, невисоким ступенем усвідомленості і диференційованості. Це ілюструвалося, наприклад, тим, що про цінності, як такі, при презентації учасниками своїх інтересів і очікувань стосовно своєї участі у фокус-групових заняттях мова ще не йшла; у їхніх висловлюваннях навіть слово «цінність» або ще не зустрічалося, або ж зустрічалося не в точному значенні, не у відповідності до змісту цієї психологічної категорії. Заявлялися, приміром, такі очікування:

- «обговорити і вирішити професійні і особисті питання»;
- «усвідомити свої фундаменти: індивідуально-онтологічні, світоглядні, науково-теоретичні, етичні»;
- «продовжити самодослідження для визначення себе у суспільстві і подолання моєї професійної кризи»;
- «дослідити себе як психотерапевта»;
- «з'ясувати методологічні засади мого творчого існування у професійній діяльності»;
- «визначити відповідальність психотерапевта, межі втручання»;

- «відповісти на деякі питання, що виникають при рефлексії своєї роботи як психолога-практика»;
- «усвідомлення себе у психотерапії і психотерапії у історії культури».

Як можна помітити, у цих висловлюваннях учасників цілком очевидно, але недостатньо диференційовано звучали дві основні групи цінностей: особистісні і професійні. І в особистісному, і в професійному аспектах на першому плані були: *цінності пізнавальні* (знання про себе і про професійну діяльність) і *цінності етичні* (свідомого, відповідального, творчого здійснення себе у суспільстві, у культурі). Показово, що у психологів-початківців превалював інтерес до самопізнання, а у більш досвідчених — до методологічних засад професійної діяльності (у перших — усвідомлення себе через психотерапію, а у других — усвідомлення себе у психотерапії).

В процесі групових дискусій, які мали місце на кожному із занять, відбувалася професійно-особистісна проблематизація, що сприяло розглядові самих методологічних, парадигматичних засад роботи фахівця у галузі психологічної допомоги, відповідності чи невідповідності цих засад світоглядів психолога, його особистісним цінностям. Учасники інколи тяжко переживали виявлення суперечностей у власних професійних і особистісних проявах. Між деякими з них виникали конфліктні ситуації з приводу «істинності» індивідуальних «картин світу», які вони презентували. Відбувалася також певна диференціація парадигмальних цінностей, цілей, підходів, засобів. Сам термін «цінність» у дискусії уточнювався, набував чіткішого і вагомішого значення. Проводилось розрізнення між професійними і особистісними цінностями. Особливо уважно розглядалися концепції, засоби і базові цінності екзистенційно-гуманістичного підходу, орієнтацію на який з самого початку занять заявила більшість учасників. Виявлялася (практично у кожного з учасників) неточна професійна ідентичність, деяка еклектичність, мозаїчність професійної «картини світу». Звучали питання: «як професіонали, що, по суті, ми робимо, з якою метою?», «чому саме так, а не інакше?». Одним із ключових питань у групових дискусіях було питання про соціокультурну позицію і професійну парадигму психолога-практика.

Було констатовано, що та базова освіта, яка свого часу допомогла у професійному самовизначенні психологів, тепер уже філософськи-методологічно, соціокультурно, ідейно, предметно-змістовно не повною мірою відповідає вимогам подальшого, уточнюючого професійного самовизначення у якості психолога, який працює у галузі консультативної психології і психотерапії.

Обговорювалося парадоксальне, маргінальне положення психолога-практика у вітчизняному соціокультурному просторі. З'ясувалося, що через відсутність соціально встановлених меж професійної діяльності сам він діє, фактично, на межі власних ціннісних можливостей. Він має продукувати свою соціокультурну позицію власними зусиллями. Повсякчас він виступає у якості дослідника і практика, суб'єкта філософії, суб'єкта моральності, суб'єкта культури. Дедалі зростає потреба в укоріненні, у живому зв'язку з

культурними витоками своєї професії, з вітчизняними етнічними, релігійними і філософськими традиціями. Учасники визнали свій інтерес до етнокультурних традицій, бажання долучитися до притаманних нашому суспільству шляхів надання психологічної допомоги людині.

Жваво і доволі зацікавлено учасники порівнювали витоки і сучасний стан своєї професії, коли опрацьовували запропоновані нами науково-теоретичні роздаткові матеріали. Частина цих матеріалів за змістом і хронологією представляла етапи становлення вітчизняної філософсько-психологічної традиції сприяння людині в її особистісному розвитку і характеризувала цю традицію як один із чинників становлення сучасної парадигми психологічної допомоги. Ось одне із висловлювань, що прозвучало в дискусії: «І для мене особисто, і для багатьох, я думаю, моїх сучасників (і клієнтів, і психотерапевтів) традиційне наше філософське вчення про людину може давати зрозумілі світоглядні орієнтири у міркуваннях щодо вибору між етичним і неетичним, щодо вчинку, життєвого вибору, професійного самовизначення». Ще висловлювання однієї учасниці: «Хочеться, з одного боку, як слід засвоювати кращий досвід зарубіжних колег, по-своєму адаптувати його до наших умов, а з іншого — розробляти власні підходи, що ґрунтуються на таких оригінальних ідейно-змістовних і практичних напрацюваннях, орієнтованих на вітчизняну традицію!».

Розглядаючи випадки із своєї консультативної і психотерапевтичної практики, учасники занять констатували, що у їхній повсякденній роботі значної уваги потребує морально-ціннісна складова тієї психологічної проблематики, з якою клієнти звертаються до них за професійною допомогою. Аналіз випадків із практики яскраво засвідчив те, наскільки важливою є особистісна і професійна готовність і психотерапевта, і психолога-консультанта до ціннісної дискусії, до пред'явлення, за необхідності, вираженої й обґрунтованої аргументації власної етичної позиції.

Важливі дані щодо особистісних цінностей психологів-практиків, їхніх преференцій відносно тих чи інших психотерапевтичних парадигм, а також визначення адекватності їхніх особистісно-ціннісних позицій професійно-парадигматичним отримано на етапі обговорення їх доповідей стосовно особистісного і професійного самовизначення і саморозвитку з урахуванням з'ясованої соціокультурної позиції.

Пропонуючи свої короткі доповіді до уваги колег, кожен з учасників репрезентував своє — яким воно є на даний момент, уявлення про психотерапію і про себе, у різноманітних аспектах. В одному з найважливіших світоглядних аспектів — ціннісному — виявилася суттєва подібність, за всього розмаїття унікальних і динамічних індивідуальних уявлень. У всіх учасників, у підсумку, на передній план виступили три групи вищих цінностей: пізнавальних, етичних, естетичних. Доповідачі зверталися до відповідних категорій істини, блага, краси, кожен по-своєму характеризує їх зміст і варіюючи пріоритетність для себе тієї чи іншої з них. Ось деякі показові висловлювання учасників про цінності:

- «Цінністю у психотерапії для мене є благо іншого»;
- «Мої цінності: пошук істини та Істини»;
- «Гармонія, краса, естетика; рівновага душевних сил»;
- «Свобода, істина, творчість, оригінальність, переживання, щирість»;
- «Цінність людського життя, цінність здоров'я, зокрема психічного здоров'я людини»;
- «Необхідність»;
- «Свобода волі у психотерапії»;
- «Любов, відповідальність, жертвовність, залученість, причетність»;
- «Свобода творчості, внутрішній мир у душі, баланс»

Як бачимо, найяскравіше дали про себе знати етичні, моральні цінності (означення їх: благо іншого, свобода, любов, відповідальність, причетність, щирість, залученість, жертвовність тощо).

Виявилося можливим продуктивно поставити під сумнів багато значних і нібито звичних сторін існування професійних психологів, підняти питання, які хвилюють фахівців — як досвідчених, так і початківців. Кожен із тих, хто взяв участь у дослідженні, виявив проблематизацію (більшою чи меншою мірою усвідомлювану) у сфері особистісного і професійного самовизначення, в етичному вимірі психологічної допомоги, на межі культури й екзистенції. Але між колегами-початківцями і більш досвідченими колегами виявлялася значна різниця у навичках аналізу практики, у рівні узагальнень, у широті рефлексивного погляду, у стилістиці формулювань.

Наведемо деякі показові висловлювання учасників, сформульовані як усно, так і письмово. Один із наймолодших учасників сказав щиро і весело: «Мене все щось жбурляє з боку в бік, від ідеалу — до що-попало!».

Ще характерне висловлювання однієї з колег-початківців: «Я не розумію, чому воно так. Я ж навчаюся у гештальті, читаю Перлза, дивлюся, як треба працювати з клієнтами. Ну а сама беру техніки і залишаюся один-на-один із клієнтом, працюю — а щось не так! Немає того, чого чекала від нього, немає такого відгуку, такої реакції, як слід би. Ось і думаю: чи я щось не так роблю, чи він якийсь не такий, як ті клієнти у Перлза. Тепер тут із вами вже думаю: це щось, може, й соціокультурне таке, бо, мабуть, ми тут трохи інші».

А ось така цікава репліка молодшої колеги: «Наші цінності, наші смисли — вони ж схоплені нами через сім'ю, через якусь свою родинну педагогіку з колісковими, казками, забавками й іграшками, із сімейними легендами і якимись особливими «скелетами у шафі», з сімейними міфами, героями й виродками... А ще цінності і смисли — з того, як ми спілкувалися із старшими і однолітками, коли навчалися, з друзями, з людьми у професії. Ні, таки це не все, це ще далі, глибше, ширше, вище: із культури і субкультур, від книжок, від цієї землі, цього неба...».

Учасник із шестирічним стажем роботи у своїй доповіді сказав так: «Переді мною вже, та, мабуть, і перед кожним психологом, що практикує, постають питання щодо змісту і сенсу його праці, методології роботи, морально-

ціннісної складової тієї психологічної проблематики, з якою звертаються за допомогою. Ось ці питання спонукають і мене особисто, дослідниці, прискіпливо поставитися до власних світоглядних засад, до своїх моральних цінностей, до методологічної бази своєї роботи».

У нотатках однієї із досвідчених колег знаходимо такі міркування: «За моїми спостереженнями, психологи-практики, в силу особливостей сучасної ситуації у вітчизняній психології, запозичують уявлення про мету і засоби своєї професійної діяльності із парадигм, які виникли на інших, часто не відомих їм філософських, етнопсихологічних і соціокультурних засадах. А між тим, той, хто звертається за психологічною допомогою — співвітчизник і сучасник психолога — є, як і він сам, суб'єктом не якоїсь, а саме цієї культури. Якщо ж ці засоби і уявлення недостатньо відрефлексовані і суперечать особливостям світогляду консультуючого і консультованого, то можуть виникати непередбачувані ефекти. Так, на практиці психолог часто зустрічається з труднощами прогнозування процесу надання психологічної допомоги, з відчуттям деякої невдоволеності від своєї роботи з клієнтом, із певною недовірою з боку клієнта, зі спробами переходу з професійного на особистісний рівень спілкування. Одну з причин, які зумовлюють подібні труднощі, я вбачаю саме в тому, що запозичені парадигмальні цінності не повною мірою відповідають особистісним цінностям консультованих-клієнтів і консультантів-психологів».

Результат роздумів ще одного досвідченого колеги був оформлений таким чином: «Раніше я мало замислювався над питаннями методології, а тепер дійсно вважаю потрібними дослідження узгодженості професійної парадигми, на яку орієнтується психолог, і його особистого світогляду. Уточнюючи мою власну дослідницьку зацікавленість, зазначу, що для мене наразі важливими питаннями є співставлення особистої філософії і філософії професійної діяльності, їх узгодженість чи суперечливість, а також те, що ж саме відомо мені про це і, нарешті, — як це виявляється в моєму житті і роботі. Бо це дійсно дозволяє почуватися впевненіше».

На завершення розглянемо, як змістовно здійснилось розв'язання завдань дослідження і наскільки підтвердилися наші гіпотетичні положення.

По-перше, виявилось недостатньо відрефлексованим професійно-парадигматичне самовизначення фахівців:

- невідповідність між парадигмою, орієнтація на яку заявлялась психологами-практиками, і тими ціннісними уявленнями та засобами, які реально проявлялися в їх роботі;
- незгодженість між ціннісним, концептуальним і процесуальним аспектами реальної робочої моделі психолога.

Спостерігалася динаміка: від декларованої на початку занять певної визначеності більшості учасників стосовно екзистенційно-гуманістичної парадигми — до виявлення суперечностей і невідповідностей, а далі — до продуктивного сумніву і відновленого, більшого інтересу до свого профе-

сійно-особистісного самовизначення, до внутрішньої несуперечливості між світоглядною і методологічною позиціями.

По-друге, в особистому світогляді психологів-практиків послідовно у ході занять спостерігалися такі тенденції:

- з'ясування, зростання, усвідомленість, перехід від меншої до більшої диференційованості індивідуальних цінностей;
- вихід серед них на перший план цінностей етичних, моральнісних.

Отже, актуалізація процесу рефлексії цінностей, що лежать в основі діяльності психолога-практика, стає частиною його професійного становлення.

По-третє, для психологів-практиків, які взяли участь у дослідженні, унаочненим і актуальним стало те, що:

- цінності декларовані, представлені у мисленні і мовленні, та цінності реальні, які проявляються в самих діях, втілені в житті і творчості особистості, — нетотожні;
- соціокультурні цінності (декларовані і реальні), тобто цінності соціуму, культури, в тому числі і цінності професійної спільноти, в якій існує фахівець, — також не тотожні.

Такого роду прояви суперечності між особистістю і культурою присутні традиційно. Однак сучасна соціокультурна ситуація містить у собі, зокрема, тенденції постмодерну, який стверджує руйнацію норм як норму. У зв'язку з цим, як виявилось у нашому дослідженні, загострюється конфлікт між цінностями особистості і цінностями культури, світогляд особистості не повною мірою узгоджується з методологією професійної діяльності людини. Це наочно дало про себе знати у проблематичності співвіднесення ціннісних аспектів особистого світогляду психолога-практика з професійною парадигмою, на яку він орієнтується.

Разом з тим, підкреслимо, що на становлення вітчизняної парадигми психологічної допомоги суттєво впливає та обставина, що сучасні українські психологи-практики є суб'єктами своєї культури, продовжувачами вітчизняної традиції сприяння людині в її особистісному розвитку. Про їх причетність до рідної культури, про їх (більшою чи меншою мірою усвідомлювану) залученість до її ціннісно-смыслового спадку свідчить те, як в особистісних і професійних цінностях учасників нашого дослідження наочно або латентно, більше чи менше відрефлексовано проявився властивий нашій культурі морально-ціннісний зміст. Це дає підстави стверджувати, що вітчизняна філософсько-психологічна традиція є одним із чинників становлення сучасної парадигми психологічної допомоги.

Розділ 2.

ХРИСТИЯНСЬКІ ТРАДИЦІЇ І ЦІННОСТІ ЯК АКСІОЛОГІЧНА ОСНОВА СТАНОВЛЕННЯ ВІТЧИЗНЯНОЇ ТЕОРІЇ І ПРАКТИКИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ОСОБИСТОСТІ

2.1. Християнські традиції і цінності в культурі і психотерапії

Характерним для сучасності є пошук духовності в царині психологічної теорії та практики, увага до її ціннісних основ. В українській і російській психології він тісно пов'язаний з християнством, його антропологією, аксіологією (М. Й. Боришевський, Б. С. Братусь, Ф. Є. Василюк, М. Я. Дворецька, Ю. М. Зенько, Б. Ничипоров, О. Ригін, М. Савчин, В. І. Слободчиков, Т. М. Титаренко, Т. О. Флоренська, Л. Ф. Шеховцова та ін.).

Проблема цінностей у психології на методологічному рівні піднімається В. В. Знаковим, В. Є. Клочко, В. І. Слободчиковим, А. В. Юревичем та ін. Тема цінностей існуючих психотерапевтичних парадигм розглядається в роботах О. Ф. Бондаренка, М. А. Гуліної, С. О. Черняєвої та ін.

Цінності психотерапії залучають практикуючих психологів до деякої понадіндивідуальної спільноти і цілісності — професійної та культурної, усвідомлено чи неусвідомлено транслюються у соціумі, у взаємодії з клієнтами. Враховуючи вище сказане, ігнорувати ситуацію власне ціннісного вибору культурної позиції психологом, вважає Ф. Ю. Василюк, сьогодні вже не можливо [52]. У зв'язку з цим постає нагальне питання розуміння ціннісних основ культури, що, в свою чергу, приводить до пошуків її духовно-релігійних засад.

Історико-аналітичний погляд на європейську культуру минулого і сучасного відкриває взаємовплив («реальні контрасти і напруження») грецької, біблійної і римської культурних традицій, які увійшли спочатку в християнську патристику, а згодом і в християнську культуру в цілому. Їх взаємодія, на думку С. С. Аверинцева, забезпечила умови виникнення європейського персоналізму, гуманізму, центрального поняття європейської ментальності — *ідеї особистості, цінності людини, її свободи, особистісного розвитку* [2]. Історично ідея особистості, тобто усвідомлення внутрішньої основи людини, в тій формі, яка є у сучасників, стверджує С. Франк, виступає плодом власне християнського світогляду, оскільки ні античність, ні вітхозаповітний світ не мали чіткого уявлення про особистість; і позахристиянський східний світ, наприклад, індуїзм, буддизм не знає про неї. В кращому випадку можна у них у всіх зустріти приблизне передчуття особистості, проте в них відсутній один із суттєвих моментів її розуміння, а саме — абсолютної цінності і непорушності, неповторної індивідуальності [280, с. 576–577].

Секуляризований гуманізм, вібравши персоналістичні ідеї християнства, разом з тим заперечує духовно-релігійну сутність людини, метафізичне ядро

її особистості, і цим самим відходить від своєї суті — ствердження людського в людині, розвитку її особистості. Характерно, що в психотерапії, що виникла на основі ідей гуманізму європейської культури, в уявленнях про особистість домінує цінність індивідуальності, її автономності. За думкою Г. Уілера, індивідуалістична парадигма західної культури переживає зараз кризу, про що свідчить одночасне існування множинних теорій і методів у психології і психотерапії. Характерними для сучасності є тенденції до пошуку і творення духовно-холістичних концепцій, в яких враховувався б полюс не лише індивідуальності, але і цінності існування інших людей, взаємин з ними [275]. Таким чином, культурна парадигма, що лежить в основі психотерапії зазнає певних впливів часу і перетворень, в яких полюси «індивідуальність-відношення» зближуються. Це може бути важливим і для вітчизняного соціокультурного простору розбудови психотерапії.

Як зазначає С. Франк, людина, для якої духовність трансцендентно-іманентна, знаходить і стверджує себе в своїй істинній людськості лише коли знаходить і стверджує (у вільному виборі) Вище, ніж вона сама [280]. Віра в безумовну цінність людської особистості передбачає віру в її богоподібність, в її абсолютне Начало.

Нагальною для становлення вітчизняної психотерапії виступає проблема рефлексії і розбудови сучасних аксіологічних, антропологічних та онтологічних основ, відповідних соціокультурному контексту. На думку О. Ф. Бондаренка, на цьому шляху слід спиратися на вітчизняну філософську традицію, яку він визначає як етичний персоналізм, на принципи фундаментальної науки і соціокультурних норм, що відносяться саме до руської (від слова Русь) ментальності, котра визначається передусім досвідом *православної християнської віри* [34].

Дійсно, не дивлячись на всі гіркі моменти нашої історії, складнощі сучасного життя, у нашому суспільстві збереглася духовна традиційна основа культури — **християнство (для більшості регіонів України — православне)**. Його традиції зараз активно відроджуються і все більше впливають на суспільне життя. Саме традиційна віра, на наш погляд, може стати духовною і культурною опорою, основою ідентичності в наш час для людей різних етнічних груп і соціальних прошарків, а отже і розбудови теорії і практики психологічної допомоги.

Розглянемо особливості співвідношення *християнства і культури, культури і віри*. Перш за все з'ясуємо, що внесло християнство у вітчизняну культуру, позначимо духовні традиції, що живлять сучасність. Відмітимо, що втілення цінностей Добра, Краси, Істини в нашій культурі пов'язані передусім з православним християнством. Нагадаємо, що справи милосердя на Русі розквітлі і вперше знайшли державну підтримку і організацію при князі Володимирі — після його хрещення і прийняття православної віри. В подальшому (до радянських часів) бідні, немічні, бездомні могли знайти не лише духовну, але і матеріальну підтримку, медичну допомогу саме при

монастирях, у так званих, богадільнях, а від можновладців очікувалося благодійництво. Зараз ця традиція поступово відроджується.

Наука і релігія тривалий час підтримували одна одну у боротьбі з марновірством, забобонами, окультизмом, неосвіченістю. Громадські організації православних громадян — братства — відігравали активну роль в утвердженні ідей гуманізму на Україні в епоху Відродження. Братства засновували типографії, відкривали школи, утримували вчителів і бідних учнів, надавали допомогу декому з учнів для продовження навчання у вищих учбових закладах. На основі київської і лаврської братських шкіл була створена святителем Петром Могилою Києво-Братська колегія — Києво-Могилянська академія, перший заклад вищої освіти на Україні і у всій Східній Європі. Очевидно, що традиції просвітництва на Україні тісно пов'язані з Православ'ям.

Щодо мистецтв, то свідченням краси і духовної спроможності православних християн на українській землі є храми Києво-Печерської і Почаївської Свято-Успенських Лавр, архітектура і розписи святої Софії Київської, Кирилівської церкви в Києві та ін. церков. Дорогоцінним надбанням вітчизняної культури є духовна музика Д. Бортнянського і М. Березовського, церковні піснопіви, плідною є зустріч народної творчості і церковної — колядки, щедрівки, вертепи.

Як релігія християнство принесло віру в триєдиного Бога, відмову від кривавих жертвоприношень, біблійні заповіді, Євангеліє і постанови Вселенських соборів. Богословські науки: Моральнісне, зокрема богослів'я та Аскетика, показують, як можна досягти цілей християнської віри — обоження і спасіння, через віру в Бога, устрій життя (зовнішнього і внутрішнього) християнина, аскезу, які сприяють моральнісному відродженню спотвореної гріхом людської природи, досягненню досконалості. Постулюється цінність участі християнина у церковному житті, його Таїнствах для відновлення здатності розрізняти добро і зло, розвитку моральнісних почуттів — *совісті, обов'язку, відповідальності, свободи, сорому, мужності, мудрості, поміркованості, справедливості* та ін. Велике значення придається цнотливості у стосунках з протилежною статтю, сімейному укладу життя для мирянина. Видами християнської аскези є *молитва, ніст, сповідь, тілесні і душевні обмеження, послух, духовна відвага, жертва, самозречення, страждання*. Завдяки моральнісному зростанню, життю по заповідям, аскетичному вправлянню (з Божою допомогою) подвижник може перебороти пристрасті (плотські і духовні) і досягти чеснот *смирення, терпіння, лагідності, милосердя, любовчестя, віри, любові, надії* і нарешті — *святості і вічного життя*. Характерно, що найбільшу увагу і співчуття на Русі викликали святі мученики і страстотерпці (невинно вбиті) і першими руськими святими були визнані невинно замучені князі Борис та Гліб. Ідеї жертвовної любові, покаяння, милосердя, розуміння нижчої природи матеріальних благ, спрямованість до вищого, пошуки сенсу життя, цнотливість, цінність сім'ї, щедрість — щільно увійшли в тканину слов'янської культури і загадку «слов'янської душі».

Досліджуючи духовні основи нашої культури, О. Ф. Бондаренко стверджує, що людина культури східновізантійського ареалу не настільки ірраціональна,

як це прийнято вважати (культурологічні міфи), проте в її гуманітарному пізнанні і уявленні про людину переважає не «гнозис», а «ноезис» — тобто, відається переважає не емпіричним, а універсальним принципом буття Всесвіту і людини; архетипічною рисою ментальності виступає більше споглядальність, ніж прагматизм; для співвітчизників *саме любов* є абсолютною і вищою моральнісною цінністю, а сутністю людини є обов'язок [34].

Християнство не лише вносить етико-аскетичний принцип у вітчизняну культуру, але, як ми показали вище, і животворить її. Воно виступає культуротворчим фактором, може внести і внесло в культуру людства новий, благодатний дух, котрий оживив саму субстанцію культури, її «душу». Розглядаючи сутність цього духу, І. Ільїн говорить наступне [117].

Дух християнства є духом, що навертає людину всередину. Через внутрішнє, сокровенне, духовне вирішується питання про зовнішнє, наявне, речове. Християнську культуру може творити лише християнсько укріплена душа. Культура твориться зсередини; вона є витвором душі і духу.

Дух християнства є дух любові. Христос показав у любові останнє і безумовне першоджерело творчості а, значить, і культури. Культура творить і стверджує, любов є першою і найбільшою здатністю приймати, стверджувати і творити.

Дух християнства є дух споглядання, зосередженості; він вчить дивитися в чуттєво невидиме, духовне. Християнська віра загоряється в духовній очевидності, яка відкривається оку серця (любові). Ця очевидність є ділом Божественного Одкровення і внутрішньої свободи людини. Християнство заповідає будувати культуру, виходячи з молитовного споглядання, перебуваючи в ньому.

Дух християнства є дух живого творчого змісту, а не форми. Форма стає живим способом змістовного життя. Тому формалізація і механізація культури суперечать християнському духу і свідчать про виродження. Християнин шукає ширшої форми, хоче бути, а не здаватися.

Дух вдосконалення, він і дух відповідальності, каяття, добросовісності, дисципліни, самозвинування. Боже діло на землі стає предметом служіння християнина. Цей дух служіння християнин вносить у всю культуру людства — в сімейне життя, у виховання, у службу, хазайство, політику, науку, мистецтво.

Тезисно відзначимо три положення щодо співвідношення культури і віри.

В традиційній європейській культурі (духовна основа християнство) базовими є християнські цінності (особистість, милосердя, повага, людська гідність, свобода, гуманізм, сім'я, моральнісність, законність, істина та ін.). Дані цінності можуть не усвідомлюватися як християнські, змінюватися за формою і змістом, в умовах сучасності все більше секуляризуватися.

Деякі тенденції в сучасній культурі постпостмодерну заперечують установлені цінності і норми, пропонують розглядати життя як гру, смисл заміню-

ється на «цікаве». Масова культура виступає як антикультура, відмовляючись від духовних основ, від пошуків Божественного.

Нехристиянська культура можлива лише у народів нехристиянської віри — як культура ісламу, конфуціанства, індуїзму. Іван Ільїн у своїх роздумах на цю тему відмічає, що народи, котрі тривалий час були християнськими і втратили віру, марно намагатимуться створити культуру поза вірою і Богом. Спроби марні, тому що культура твориться не розумом чи примхою, а цілісним, тривалим і натхненим напруженням всього людського ества, що шукає прекрасну форму для глибокого змісту, а значить — і інстинктами. Віра є духовна мова інстинкту; без неї він стає німим і безсилим чи розбещеним [117].

«Серцевиною» культури вважаються цінності. Вони зберігають надбання культури і сприяють її розвитку, виступають її духовним ядром. Цінності традиційної культури формуються на основі провідної *релігії і віри*. Думка релігієзнавців з даної проблеми: релігія завжди задавала ціннісні основи культури, релігійні канони виступали як тексти, котрі формували базисні ціннісні уявлення культури [84].

Розглянемо *поняття цінності* в психології. Часто дане поняття уживають разом з поняттям «смысл» — як близькі за значеннями чи синоніми. Особлива складність дослідження даних понять виникає у зв'язку із їх полідисциплінарністю (вивчаються у філософії, соціології, етиці та інших гуманітарних науках). Уявлення про цінності і смисли прийшли із філософії і лише в певній мірі увійшли основний тезаурус психології особистості (крім окремих наукових шкіл). Смисли відносять у психології до найбільш загадкових і трудноосяжних психологічних феноменів. Загадка цінностей і смислів полягає в тому, що вони не розміщуються в межах лише суб'єктивної чи об'єктивної реальності. Обидві категорії мають, безумовно, відношення до психіки, проте не можуть бути віднесені до розряду суто психічних.

«*Смысловий ряд життя*», за М. М. Бахтіним, це «пізнавально-етичне напруження життя зсередини його самого» [21, 96]. Він розводить значеннєву сторону твору і його ціннісно-смысловий момент, що породжується причетністю до вищої цінності. В цілому категорія смыслу розглядається через *інтенціональність* (вказує на призначення, цільову спрямованість), *контекстуальність* (співвіднесення значення із контекстом), *духовність*. Втрата людиною смыслу викликана втратою духовного центру і породжує специфічну форму тривоги, вважає П. Тілліх [269]. Смысл життя є інтегративною характеристикою людини як особистості і, на наш погляд, він унікальний: заданий в духовному плані, смыл потребує відкриття і індивідуальної творчої реалізації.

Смысл, відмічає Ф. Ю. Василюк, це межове утворення, в якому сходяться свідомість і буття, ідеальне та реальне, *життєві цінності та можливості їх реалізації* [53].

Позитивні узагальнені смисли людського буття фіксуються у цінностях. Цінності існують у 3-х формах суспільної та індивідуальної свідомості: 1) *суспільні ідеали* — узагальнені уявлення про досконалість у різних сферах громадського життя, уявлення про благо; 2) *предметне втілення* цих ідеалів

у діяннях і творах конкретних людей; 3) мотиваційні структури особистості — моделі «належного» [154, 37]. Найбільш загальною формою втілення цінностей виступають загальнолюдські цінності (добро, істина, краса, справедливість, вірність тощо).

В. Франкл виділяє три групи цінностей: цінності творчості, цінності переживання і цінності ставлення. Завдяки цінності ставлення за будь-яких тяжких обставин життя людина здатна зайняти осмислену позицію щодо них і придати своєму стражданню глибокий смисл. Цінність творчості реалізується в праці. А із *цінностей переживання* найбільше підкреслюється *любов* як взаємини на рівні духовного, смислового виміру, переживання іншої людини в її неповторності і унікальності, пізнання її глибинної суті [282].

Психотерапія існує і розвивається в межах культури (стикаючись в душевному плані зі світом інстинктів чи духовності людини) і сама впливає на неї. Вона має свої онтологічні, антропологічні та аксіологічні засади. Щодо останніх, то в *соціокультурному аспекті аксіологія* фіксує *антропологічні уявлення* і важливі для даної культури *онтологічні прояви*, де цінності виступають усталеними позитивними смислами (враховуючи духовні першооснови), які знайшли визнання і відповідну культурну форму.

Позитивними тенденціями, які принесла епоха постмодерну, є звернення психології і психотерапії до філософії духа, постонтології понад-буття, що включає в себе спів-буття. Ключовими темами, осмислення яких є принциповим для даної філософської позиції, виступають наступні: досвід, страждання, діалогічність, етика і віра (як стійка настроєність людини на абсолютні духовні начала життя і смислу). Ціннісним орієнтиром виступає досвід людини, що пройшла шлях духовного самовизначення, по-новому відкриває для себе буття — не як внутрішню стихію, а як свободний дар, явище Благодаті; не як джерело потягів до задоволення, а як світ вільної причетності і любові. Звичайна любов дарує людині своє звичайне диво — диво зустрічі з Абсолютом в бутті іншого, в інобутті. Можна говорити про *духовну філософію як філософію любові*, стверджує В. Малахов [172].

Світоглядною основою філософії любові безумовно є християнство. Християнство, констатує С. Франк, є релігія людської особистості, Боголюдства і любові [280]. Любов є остання основа даної релігії як щось більш просте і одночасно ще більш значне. *Християнська релігійна установка є установкою любові*. В Євангелії дається дві основних заповіді — любові до Бога і до ближнього, і вони взаємопов'язані. Сам Бог є любов — Бог не характеризується наявністю абсолютної любові, як абсолютної мудрості, влади та інших благ, а є нею. «Хто не любить, той не пізнав Бога, тому що *Бог є любов*» [1 Ін; 4.8]. Любов не просто суб'єктивне почуття, об'єкт якого мусить приносити нам радість чи задоволення. *Любов — це безпосереднє сприйняття абсолютної цінності того, кого люблять*. Любов означає зміщення на улюблену істоту центру ваги особистого буття того, хто любить (децентрація), свідомої потреби і обов'язку служити улюбленому. Любов є щастям служіння іншому, котре робить осмисленим всі страждання і хвилювання, пов'язані

з цим [280]. У філософській психології любов розглядається як ставлення, спрямоване на ствердження буття іншого [243].

Християнство як релігія особистості і любові має своє вираження в своєрідності християнської моралі. С. Франк розгортає цю тезу таким чином. Християнська мораль є мораль вдосконалення і розвитку добра святині у складі людської особистості як гігієна людського духу. Її змістом виступає всеохватна для душі любов до Бога і жертвна любов до ближнього — цим самим вказуються відповідні сутності людської особистості умови її розвитку і збереження. Любов до Бога і ближнього є вищим і справжнім блаженством людини, необхідним для життя її душі, що впливає із взаємопов'язаності людських душ. Заповіт любові, таким чином, є вказівкою здорової, міцної, досконалої будови внутрішнього буття особистості. Оскільки внутрішній устрій особистості не видний нікому, крім неї і Бога, то звідси виходить невидимість, утаємниченість, індивідуальна своєрідність моральної якості людини — її досягнень, гріхів і недоліків [280, с. 579].

Християнство зазвичай бере сторону особистості в разі її конфлікту з моральними цінностями, не дивлячись на їх значущість: «не людина для суботи, а субота для людини». У всіх етичних релігіях ступінь моральної доброякісності людини визначає ступінь її близькості до Бога, а в християнстві має місце протилежне співвідношення: інтенсивність її потягу до Бога, сила покаяння визначає істинну доброякісність людини [280, с. 580]. Лише при такому налаштуванні душі, доброї волі людини Бог може її спасти.

З. С. Карпенко розглядає християнські чесноти — віру, любов і надію як духовні здатності людини, як генетико-семіотичні віхи формування смислувтворювальних мотивів особистості. Авторка розрізняє любов-поклик (симбіотичне утворення) і любов-вибір. Любов-вибір стає можливою, коли людина позбувається об'єктної орієнтації, в якій інший існує заради неї самої. Справжня зустріч з духовним простором іншої людини при збереженні власної автономії можлива лише при здатності індивіда зайняти позицію інтерсуб'єктивності, тобто визнати рівноправне буття інших людей, їхніх прав і цінностей. При цьому любов перетворюється на безкорисливий, альтруїстичний акт сприяння інтересам прозвитку іншого. Реальність любові тоді виникає із суб'єктивної цінності іншої людини, що є «каталізатором розвитку того, хто любить, різновидом духовної творчості, що реалізується в діалогічному спілкуванні з іншою духовною істотою...» [119, 233].

2.2. Уявлення про особистість людини у християнсько зорієнтованій теорії психологічної допомоги

Розбудова наукових засад православно зорієнтованої психологічної допомоги передбачає розробку понятійного апарату, центральним елементом якого є поняття «особистість». Розглянемо *уявлення про особистість* у православному богослов'ї та філософії, які виступили для нас основою теорії особистості у православно зорієнтованій психології. Богословські положення, розроблені у релігійній філософії та філософській психології, представ-

лені в духовній спадщині П. Д. Юркевича, Л. М. Лопатіна, Н. О. Лосського, П. О. Флоренського, В. В. Зеньковського, О. І. Введенського, С. Л. Франка та ін. Деякі питання філософсько-теоретичного обґрунтування християнської вітчизняної парадигми здійснювалися нами у контексті філософсько-теоретичного обґрунтування християнсько зорієнтованої парадигми психологічної допомоги [197]. Пропонуємо короткий виклад власного погляду щодо провідних положень православного погляду на людину і особистість.

Аналіз православної богословської літератури щодо уявлень про особистість показав наступне: в сокровенній глибині начало особистості персоналізоване, має духовну сутність і енергію саморозвитку, покликане до оволодіння людською природою, очищення від гріха, спасіння. Людство в цілому покликане до одухотворення і перетворення природи як такої, проте в результаті гріхопадіння первісна духовність людини спотворилася, в людині утворився корінь зла — прагнення не Бога, а земного і богопротивного. Через віру, молитву, життя по Заповідям людина відновлює зв'язок з Богом і повертає духовне первородство — пріоритет духовного начала в собі. В таїнстві Хрещення особистість отримує силу благодаті для виконання цієї місії.

Центральним для розуміння особистості в православ'ї, як уже зазначалося, є поняття образу Божого в людині. Розглянемо його сутнісні характеристики. У православній богословській літературі і релігійній філософії відзначається наявність у Бога багатьох властивостей, що надаються богоподібній людській особистості як потенційні (абсолютні вони лише у Бога). Розум, творчість, свобода, мудрість, прагнення безсмертя, совість, влада над природними силами та ін. — все це належить богоподібній особистості. Образом Божим у людині традиційно визнається сукупність досконалостей, усіх благ, що надані людині (св. Григорій Нисський).

Існує, проте, думка щодо *особливого статусу любові в людині* — образі Божому, як її центральної, сутнісної характеристики. Так ап. Павло вказує, що любов (духовна) є вершиною досконалості християнина, а ап. Іоанн свідчить, що «Бог є Любов» в Новому Заповіті. Сказати так, що Бог є любов, вважає архієпископ Нафанаїл (Львов), можна тому, що лише любов входить у саме ество Боже, оскільки не мудрістю, не всеприсутністю, а силою Божественної любові здійснюється повна і абсолютна єдність Божества, не дивлячись на відмінність Особистостей [9]. *Любов*, як відзначалося, а, крім того, на думку свт. Феодана Затворника, *прагнення і пошуки Божества, совість* входять у духовну складову людини [106]. Отже, *духовне ядро* слід розуміти як таке, що характеризується всіма духовними якостями з пріоритетом вище розглянутих і має *свободу як атрибут*, тобто необхідну умову свого функціонування і реалізації.

Людина як особистість має свободу вибору між Добром і Злом, свободу здійснення своєї духовної місії. Не можна нікого присилувати любити чи вірити. Віра є актом свободи. Як пише М. О. Бердяєв, невидимі речі не силують нас, не примушують подібно видимим речам [24]. Знання базується на видимості і доказовості, воно гарантоване і безпечне, віра ж потребує ві-

льного вибору і ризику. (Тому в ній є подвиг). Христос — предмет християнської віри — не з'являється в образі, котрий матеріально примушує щодо віри. Він з'являється в образі раба, що гине принизливою смертю і потрібна свобода вибору, подвиг любові, щоб побачити в рабському і приниженому образі Христа Царя і Сина Божого, Єдиносутнього Отцю. «Це — невидима річ, цього не можна знати, це не силує нас» [24, с. 208–209].

Особистість, крім того, — це відмінність від Іншого, інших — і передбачає існування у спілкуванні. (Іноді у богослов'ї особистість взагалі визначають як спілкування).

Зазначимо ще один суттєвий момент. Щоб здійснити духовне покликання, особистості надана особлива здібність — бути хазяїном собі, управляти власною природою. Коли людина піддається гріховному потягу, відмічає св. Григорій Палама, то вона повстає не лише проти Бога-Пантократора («Всержителя»), але і проти притаманного їй автократора («самовладця»). Характеристиками особистості, за Х. Янарасом, є самоусвідомлення та інакість [323].

Отже, богоподібна особистість людини визначається як духовний суб'єкт в його інакості, здатності до самоусвідомлення, вольової дії, а також до досконалої (духовної) любові, віри, совісливого вчинку, які здійснюються в результаті її вільного вибору у спілкуванні (з Богом, з людьми, з природою). Джерелом Абсолютної любові є Бог.

Розрізняють також у філософській психології «дух» і «душу». Наведемо декілька суттєвих для телеологічного розуміння особистості положень за С. Франком. Так, «душа» (можна сказати, психіка) є не єдність субстанційна, замкнена, а єдність, що формується, енергетична, центр цілеспрямованих, формоутворюючих сил. Духовне чи ідеально-розумне «я» безпосередньо виступає як об'єктивна і понадіндивідуальна інстанція в людині, абсолютний корінь її особистості. Сутність людської душі, її «я» виявляється як творча сила живої, об'єктивної ідеї, як дух, що протистоїть безформенним стихіям душевного життя і навіть формуючим його інстанціям чисто душевного порядку. Це начало (ядро) душевного життя не іманентне, а трансцендентне, формуюча його сила — Логос [279, с. 853–858]. Звернемо увагу на певне протистояння душевного і духовного та на зв'язок інстанції з енергією. Розвиток особистості здійснюється в процесі самовизначення і навіть самопереборення, в укоріненні в абсолютному Смислі, Духовному світлі. Оскільки вічне світло є не щось непорушне, але творча діяльність і пізнавальне осяяння, то актуальне буття його в людині здійснюється нею самою в процесі життя, під час якого вона повинна стати тим, ким потенційно є, здійснити в собі істинне вічне «я» [279, с. 907].

Енергії духовного ядра, згідно філософській психології проф. В.В. Зеньковського, яка базується на православному вченні про особистість, є рушійною силою вітальності людини, її цілісності, спрямованим вектором її особистісного розвитку [112]. Однією з особливостей духовного начала особистості є її просоціальна спрямованість.

Пропонуємо можливе узагальнене (телеологічно-філософське) визначення особистості.

Особистість — це ідеальна особова сутність, надана і задана людині для становлення в її емпірії з метою здійснення унікальної духовної місії на основі самовизначення і свободи волі. Особистість покликана здійснювати це соборно у зв'язку з іншими в любові.

Визначальними сутнісними властивостями особистості є любов, совість, віра і свобода як атрибут, котрий передбачає здатність людини бути «автократом» чи суб'єктом своєї життєдіяльності, розпорядником власних душевно-тілесних сил, енергій. Особистість існує в двох вимірах: метафізичному (ядерному, глибинному, духовному), що повинен бути розкритий, втілений в емпіричному (психофізіологічному, душевно-тілесному). Емпіричне життя людини, що протікає в часі і просторі, є певним інакобуттям по відношенню до її метафізичного ядра, становлення якого опосередковується розвитком емпіричної особистості людини і її самовизначенням у плані духовності. Таким чином, людська особистість і дана, і задана.

Аналіз начала (ядра) людської особистості в християнській антропології та персонології, може, на наш погляд, в площині теорії філософської психології бути співвіднесений і розкриватися через взаємозв'язок категорій «субстанція» (духовна сутність), «суб'єкт» («автократ», рефлексуючий відповідальний виконавець і творець) і «енергія» як ентелехія, духовна життєва сила. Розуміння субстанції чи сутності, суб'єкта та духовної енергії як модальностей (найбільш загальних якостей) духовного ядра особистості людини є теоретичним конструктом і ще потребує свого дослідження, обґрунтування і психологічного наповнення.

Функції особистості. Особистість у цілому має функцію інтеграції всіх рівнів, процесів, структур людини в їх спрямуванні до вищих (духовних) начал. Духовне ядро особистості є джерелом і спрямовуючою силою розвитку людини, онтологічною основою її цілісності. Особистість як суб'єкт життєвої активності емпіричного буття індивіду відповідальна за реалізацію інтенцій і потенцій ядра, за автентичний розвиток людини.

Структура особистості задається модальностями метафізичного ядра (субстанція, суб'єкт, енергія), які забезпечують цілісність її буття, тобто сутнісними змістовними характеристиками, суб'єктністю, їх енергійним вираженням (духовними силами).

Сутнісні засади — інтенції-здатності духовного ядра особистості, як от: совість, пошуки Вищого начала, любов, а також творчість, розум, мужність та ін., пов'язані зі становленням змістовних характеристик її мотиваційної сфери і формуванням характеру, спрямованості, вищих почуттів.

Інтегративною змістовною характеристикою особистості в психології передусім вважається смисл, що співвідноситься із сутнісними характеристиками людини, найперше, совістю і морально-ціннісною сферою. В. Франкл, зокрема, визначає *совість* як смисловий орган і пов'язує унікальність особистості з прагненням реалізації унікального смислу свого життя,

що відповідає висловленим уявленням про потребу реалізації духовної місії особистості. Життєвий зміст людини може бути розкритий у діалозі. Атрибутом осмисленості життя є *свобода*, котра, він вважає, залишається у людини навіть у самих скрутних обставинах [282].

Телеологічний вектор розбудови психології особистості, за думкою З. С. Карпенко, повинен бути зосереджений саме на ціннісно-цільовій детермінації людської поведінки як прояву свободи волі [119, с. 460].

Функції інтеграції особистісного смислу здійснюються *суб'єктом* життєвої активності людини. Суб'єктний вимір самості є основою ідентичності, образу-Я особистості; становлення його забезпечується розгортанням субстанційних інтуїцій суб'єктного ядра в онтогенезі (екзистенційної, інтенційної, потенційної, віртуальної, актуальної, рефлексивної, експеріментальної) [266], здатністю ставити і досягати мети. Категорія суб'єктності, як зазначає С. В. Васьківська, позначає міру свободи людини в житті, її здатність ставати причиною світу і себе, творити смисли буття, діяти і брати відповідальність за власні дії [224].

Суб'єкт здійснює функції самопізнання, самопокладання, саморегуляції і самоорганізації, самовизначення, самореалізації, самоствердження, самовідстоювання та інші конструктивні, а в разі несприятливих умов розвитку людини, деструктивні «само». Саме він здійснює особистісні вибори, найголовнішим серед яких є онтологічний вибір — вибір Добра чи Зла.

Метафізичне ядро, з яким дитина народжується, є *духовним енергетичним джерелом* і рушійною інтенційно-потенційною основою її розвитку в цілому — природи і особистості. Розвиток у процесі життєдіяльності людини, її активність на будь-якому рівні існування як істоти природної і соціальної передбачає наявність енергії. Оскільки особистість включена у весь духовно-душевно-тілесний устрій людини, її завданням є підпорядкування енергій нижчого плану, що мають матеріальне джерело поповнення, енергіям вищого порядку, душевно-духовним, основним енергетичним джерелом яких для людини виступає трансцендентна духовність Божественних енергій.

Разом з тим, оскільки поруч із метафізичним ядром знаходиться *негативний духовний полюс*, що створює біполярність у духовності людини, припускається також наявність джерела негативної духовної енергії («духовної безодні»). Негативні енергії індивіду — *пристрасті* — викривлюють сили душі і потреби людини, чим задають і підтримують напрямок неавтентичного розвитку її особистості, позбавляють чи обмежують свободу волі, фіксуючись у певних психологічних механізмах і структурах. (Так, наприклад, сила мужності, гнів, онтологічно дана людині для боротьби зі злом, протистояння йому, а в результаті дії пристрасті перетворюється в гнівливість; любов — у ненависть та таке ін., реалізація вищих потреб підміняється нижчими, різного роду залежностями).

Структуру особистості можна розглядати і як систему ставлень — до людей, до себе, до світу, до Вищої Інстанції; як співвідношення центральних і периферійних зон становлення особистості.

Особистісний розвиток задається передусім духовним становленням індивіду, який здійснюється як моральнісний, інтелектуальний, естетичний, релігійний. Розвиток особистості задається в напрямках змістовному, суб'єктному, енергійному; він біполярний, а також пов'язаний зі становленням соціальної сутності особистості. Особистісний розвиток може бути автентичним (відповідним сутності) та неавтентичним. Показниками автентичного розвитку за змістом є вивищення потреб людини, поява цінностей, розвиток мотиваційно-ціннісної сфери, спрямованої на розкриття соціальної суті особистості; за суб'єктними характеристиками — здатність до відповідального вибору і його реалізації, самостійності, адекватність (і соціальний зміст) Я-образу; в енергійному аспекті — орієнтація на енергії вищих потреб, етичні, естетичні, інтелектуальні, релігійні почуття, воля до саморозвитку, в ідеалі — синергія з Божественною благодаттю.

Показниками неавтентичного розвитку особистості людини є зниження, примітивізація потреб; виражена егоїстична чи антисоціальна спрямованість; різноманітні порушення характеру, суб'єктних функцій, волі. Універсальним регулятором і внутрішнім свідченням відхилень у становленні особистості виступає *совість*. Протягом життя людина періодично переживає кризові стани, в центрі яких знаходяться передусім смислові кризи, що можуть бути випробовуванням її особистісних цінностей, їх адекватної реалізації в ситуації чи свідченням неспроможності здійснення, реального розходження із сутнісними задачами особистісного розвитку.

В процесі особистісного зростання відбувається гуманізація взаємин людини з оточуючими, з собою, відновлюються зв'язки з Богом, зі світом; встановлюється здатність не лише до етичного любовного ставлення до все більшої кількості людей, але і до інтимного спілкування, самовіддачі. Зростає, відповідно, здатність людини до внутрішнього і зовнішнього діалогу.

Можна припустити, що розвиток особистості в онтогенезі відбувається як становлення інтенцій її метафізичного ядра в емпірії у взаємодії з оточуючим світом. Основні процеси відбуваються на глибинному та емпіричному рівнях. Як відомо з психології, найбільш глибокі порушення в розвитку особистості, її ідентичності закладаються в ранньому віці. В ранньому дитинстві (за В. В. Зеньковському — це період від народження до молодшого шкільного віку) дитина насичується *любов'ю*, що підтримує всі її душевні сили, любов до життя [112]. В молодшому шкільному віці відбувається активний розвиток емпіричного Я дитини — інтелектуальний, фізичний, етичний, моральнісний; навчання — провідна діяльність. Цей вік є сенситивним для засвоєння зовнішніх норм і правил, зокрема, моральних. З одного боку, йде активний процес соціальної адаптації дитини, з іншого, — *совість* як духовна здатність розрізнення добра і зла знаходить свої соціокультурні форми прояву.

Підліток занурюється в глибинні переживання, пов'язані із відчуттями своєї статі і суб'єктивної *свободи*. Виходом із ейфорії в переживанні свободи і негативізму на поведінковому плані може бути розуміння підлітком своїх потреб і постановка цілей чи знаходження об'єкту закоханості. В юнацькому

віці відбувається гармонізація інтенцій розвитку, спрямованих вглиб особистості і назовні, це проявляється в підйомі душевних сил молодой людини, її натхненності і віри в себе. Задачею цього періоду є самовизначення особистості в духовному плані, в «*символі віри*». Якщо молода людина вибирає шлях релігійної віри, вона йде по ньому цілісно, включаючись всіма рівнями свого єства, всіма «фібрами» душі.

Вище ми говорили про особливий статус любові в людині за православним вченням. Зупинимося на дослідженні цього феномену детальніше. Існують два підходи до дослідження любові в психології. Почнемо з першого, найпоширенішого: любов важко досліджуване в природничо-науковій парадигмі явище, краще її оминати. Г. Оллпорт, посилаючись на Яна Сутті, називає «*втечею від ніжності*» відмову сучасної науки від теології, оскільки наука занадто хворобливо віднеслася до ніжності в житті, яку настільки сильно підкреслює християнство, і навмисне закрила на неї очі [195]. Вчений, який досліджує афіліативні почуття, боїться видатися сентиментальним і особистісно пристрасним. Крім того, існує ще одна фундаментальна причина «втечі від ніжності». Афіліативні почуття є незмінним фундаментом людського життя і в цій якості їх досить природно не помітити: нам важко описати те, що завжди з нами, повсякденність сприймається як щось саме собою зрозуміле. Саме з цієї причини мало уваги приділяється *стану злагоди*, котра одна надає смисл незгоді. В людському обличчі, як і в самому житті, набагато легше ідентифікувати і досліджувати прояви нетерпимості і гніву, ніж прояви любові і терпимості, які сприймаються як саме собою зрозуміле [195].

Інша точка зору — поняття любові стосується основ психології, і як сказав В. П. Селіванов, *любов — опора душі, а відповідно і всієї науки про душу* [249]. С. Д. Максименко (і співавтори) однією з атрибутивних властивостей нужди — центрального поняття концепції особистості — вважають її афіліативну природу і стверджують, що дійсною формою існування нужди є любов. Любовні стосунки являють собою повний вияв нужди як всезагальної генетичної «одиночності» існування людської істоти, в них яскраво і глибоко відображуються всі сутнісні ознаки особистості, її життєві сенси і цінності [171].

Любов у психології розглядається передусім як інтимне і глибоке почуття, спрямованість на іншу особистість, людську спільноту чи ідею. Любов обов'язково включає в себе порив і волю до постійності, що оформлюється в етичний вимозі вірності. Любов виникає як найбільш вільне і тому «непередбачуване» вираження глибин особистості; явище любові визначається тим, що в ньому, як у фокусі, пересікаються протилежності біологічного і духовного, особистісного і соціального, інтимного і загальнозначущого.

Розглянемо загальновідому типологію любові (на основі давньогрецької мови). «Ерос» — стихійна і пристрасна самовіддача, закоханість, спрямована на плотське чи духовне. «Філія» — це любов-дружба, любов-приятельство індивіду до індивіду, обумовлена соціальними зв'язками і особистим вибором. «Сторге» — це любов-ніжність, особливо сімейна, «агапе» — жертвна і поблажлива любов «до ближнього».

Але говорять останнім часом про 4 типи любові дещо зміненим чином: додається «секс» — як чуттєвий потяг, лібідо, котрий відділений від «еросу», і випадає із класифікації «сторге». Будь-яке почуття істинної любові є сумішшю (в різних пропорціях) усіх чотирьох видів любові. Сучасні парадокси любові і сексу характеризуються, як зазначає Р. Мей, баналізацією і сексу, і любові, що пов'язано з відділенням сексу від еросу. Секс (у даному контексті) використовується для того, щоб втекти від обтяжливих глибоких взаємин, пов'язаних з еросом [183]. Зараз постає нова і специфічна проблема — війна між еросом і технологією; при цьому секс і технологія не воюють: технічні винаходи роблять секс безпечним, доступним і ефективним. Ерос — прагнення до відтворення і творчості — є загрозою для технології; заоханий, як і поет, несумісний з технологією.

В любові є трагізм — він надає цінності людському життю, хоча і виражає його вразливість і конечність, наявність страждання. Любов тісно пов'язана з волею, проте вони можуть і блокувати одна одну. Воля створює основу для порівняно зрілої любові і в процесі особистісного розвитку людина вирішує задачу об'єднання любові та волі [183]. Додамо, що справжньої цілісності і зрілості людина досягає лише в разі єдності почуття, волі і розуму.

Е. Фромм писав про екзистенційний і соціальний характер любові. Любов, на його думку, — це настановлення, орієнтація характеру, що задає загальне відношення людини до світу; а також форма прояву турботи, відповідальності, поваги і розуміння; бажання і здатність зрілого характеру до активної зацікавленості в житті і розвитку об'єкта любові. Одна з провідних ідей Е. Фромма: якщо любов — це здатність, то її можна розвивати. Він розглядав наступні види любові: 1) братська — любов між рівними, фундаментальний тип і основа всіх інших видів любові; 2) батьківська і материнська — любов до безпомічної істоти; 3) еротична любов; 4) любов до себе; 5) любов до Бога. У разі фрустрації потреби людини в любові виникають патології любові та різні види псевдолюбові [290]. Істинна любов можлива лише в онтології «бути» на відміну від «мати», «володіти».

Описують і мови любові: служіння, час, що приділяємо людині, турботу, слова-заохочення, емоційне вираження почуттів, доторки, подарунки.

2.3. Християнська цінність любові у вітчизняному психотерапевтичному просторі

У першому розділі монографії (1.2) вже обговорювалися сучасні тенденції у розвитку психології і психотерапії, пов'язані із епохою постмодерну. У даному розділі ми хотіли б розглянути ще деякі з цих тенденцій, що стосуються змін у цінностях психологічної теорії та практики. Сучасні дослідники аксіологічних основ науки відмічають, що традиційна теза про цінність нейтральності науки серйозно розмита і розхитана в сьогоdnішньому розумінні, оскільки саме наукове пізнання перетворилося на цінність. Формування науки, таким чином, стало можливим лише в умовах ціннісного закріплення її базових установок, після того, як статус цінностей отримали наукова істина

та інші орієнтири наукового пізнання. У психології О. В. Юревич виділяє 6 рівнів цінностей, а саме: 1-й — базальний рівень ціннісних основ науки, утворений універсальними цінностями наукового пізнання; 2-й рівень — об'єднує психологію з найбільш близькими їй соціогуманітарними науками; 3-й рівень включає специфічні цінності психологічного знання, передусім, цінність психологічної практики, психологічну практику як цінність; 4-й рівень конституюється внутрішніми цінностями існуючих у ній наукових шкіл і напрямів; 5-й — утворюють цінності, втілені у вивченні конкретних психологічних проблем; 6-й рівень ціннісних основ психології — рівень особистих цінностей дослідників.

Базові цінності науки націлені на відкриття об'єктивної істини. Щодо соціогуманітарних наук, то вони мають певну специфіку в методології і цінностях. Одна із таких *специфічних цінностей* (це стосується і теорії психологічної практики) полягає в прагненні не лише пізнавати людину і суспільство, але й *удосконалити їх природу, зробити їх краще*. Ця цінність рідко експлікується наукою, проте вона явно чи скрито закладена у практичній спрямованості психологічних досліджень — допомоги особистості чи оптимізації групових процесів і т. ін. [319]. Відмічена цінність вдосконалення людської природи, як було показано вище, *бере свій початок від християнства*.

Цікавим для нашого дослідження є виділення такого підрівня як *специфічні цінності вітчизняної психології і філософії*. Яскравим прикладом національних особливостей є російська (додамо і українська) філософія, спрямована на *обговорення етичних і смисложиттєвих питань, а в психологічних концепціях, на відміну від західних, спостерігається очевидний примат соціуму над індивідом* [319].

Ряд дослідників визнають (і з цим важко не погодитися), що ціннісна складова психологічних теорій, на відміну від теорій у природничих науках, в основному представлена особистими цінностями їх авторів, які виражають їх загальний психологічний склад, життєвий шлях, особливості культури, релігійний та соціокультурний статус та ін. [90; 257; 319].

Розглянемо *цінності практичної психології* (включаючи психологічне консультування і психотерапію). Найбільш загальною їх цінністю як *гуманітарного знання є цінність людини*, зокрема її особистості, індивідуальності. У практичному плані провідною є *цінність допомоги особистості*, яка реалізується виходячи з уявлень про те, що є для неї цінністю допомоги («благом»), фіксується у меті психологічної допомоги. На наш погляд, *названі цінності є іпостасями базової цінності любові*, яка, проте, рідко виводиться у наукову рефлексію.

Наступними за загальногуманітарними (цінність особистості, допомоги їй) виділяємо *базові психотерапевтичні цінності*, серед яких дослідники виділяють *цінність свободи, творчості* [52; 319], як перспективні розглядаються цінності духовності [275], дехто з православно зорієнтованих авторів говорить про важливість визнання молитви (додамо і віри) для психотерапії [5; 304].

М. О. Гуліна, розглядаючи різні терапевтичні підходи у терапевтичній і консультативній психології, пропонує концептуальну рамку із трьох компонентів, які вона вважає принципово нерозривними: *цінності* — *концептуальна модель* — *процесуальна модель*. На думку авторки, психологічна практика є унікальною для суспільства завдяки *сполученню переконань як сформульованих цінностей, які сповідають професіонали, їх знань та навичок*. Аналізуючи цінності різних парадигм психотерапії, автор відмічає, що *спільною цінністю* для всіх напрямів є розвиток *потенціалу індивідуальності* [90]. Підкреслимо також, що жоден із видів психологічної допомоги не може бути вільним від теоретичних принципів і цінностей, які лежать в його основі.

Цінність любові визначається як особлива цінність у гуманістичній і християнській психотерапії [304].

Далі розглянемо результати емпіричного дослідження, присвяченого: а) вивченню уявлень вітчизняних «клієнтів» про любов та її ціннісні прояви; б) вивченню цінностей психологічної допомоги (консультування, психотерапії) для вітчизняних психологів, що мають досвід практичної роботи.

У рамках першої частини дослідження (а) було проведено опитування респондентів з гуманітарно-психологічною освітою (умовно — перша група досліджуваних) та слухачів педагогічно-богословських курсів православно-го віросповідання (умовно — друга група). Всього взяли участь в опитуванні 48 респондентів, з них 35 жінок і 13 чоловіків. Їм пропонувалося дописати незавершені речення «Любов — це...» і «Любов проявляється...», а також дати відповідь на запитання «Чи хотіли б Ви розвивати свою здатність до любові?». Серед визначень любові в першій групі (невоцерковлені гуманітарії) зустрічалися наступні: *любов як прийняття і турбота, розуміння, близькість, підтримка, увага, визнання, симпатія, ласка, довіра, прощення, секс, служіння, відданість, безпека, прив'язаність*. Ми розподілили отримані значення по 4 групам, які назвали «зобов'язання» (турбота, відданість, безпека), «цінність іншого» (прийняття іншого, визнання, повага), «тілесний контакт» (ласка, секс) та «емоційна близькість», куди попала решта значень (близькість, довіра, симпатія та ін.).

Виявилось, що значення *любові як емоційної близькості* у стосунках респондентів першої групи виходить на перше місце, на друге місце попадає «цінність іншого», на третє — «зобов'язання», найрідше зустрічаються значення любові як *тілесного контакту* — четверте місце. (Ми не розглядаємо гендерні відмінності, оскільки чоловіків у першій групі було лише двоє).

Щодо другої групи (воцерковлені православні християни), зокрема жінок, то на перше місце в розумінні любові вийшла знову ж таки «емоційна близькість», що доповнилася значенням *ніжності*. Наступне друге місце зайняли «зобов'язання» (включаючи *допомогу*), а далі виділилася окрема група, яку ми назвали «*духовні прояви любові*» — *жертвність, самовіддача, терпіння, молитва, милосердя* (третє місце). Четверте місце зайняли значення любові як *цінності іншого* і останнє — «*тілесний контакт*».

Траплялись і метафоричні визначення любові, як от: «*єдність душ*», «*всю себе віддати*».

Для чоловіків із групи віруючих також найважливішим виявилася *емоційна близькість, зобов'язання, потім духовні прояви любові*. В групі значень любові як зобов'язання разом з тим добавився «*захист*» і акцент робився не на «турботі», як у жінок, а на «*служінні*». У жінок-віруючих любов в аспекті зобов'язань розглядається як *жертвна турбота*, а у чоловіків — як *жертвне служіння*. Серед значень любові як тілесного контакту (останнє місце) чоловіки відзначали ще й «*потяг*».

Порівнюючи результати по дослідженню розуміння любові у групі гуманітаріїв і слухачів богословських курсів, відмічасмо наступне. В обох групах найбільш значущим виявилось розуміння любові як емоційної близькості, найрідше згадувалися тілесні прояви любові. Особливе значення у воцерковлених християн в емоційній близькості надається *прощенню*. Щодо «цінності іншого» та «зобов'язань», у другій групі пріоритетним є «зобов'язання», за якою розташовується гуманістична «цінність іншого», а в першій групі — навпаки (за «цінністю іншого» йдуть «зобов'язання»). Крім того, у воцерковлених християн серед визначень любові з'являються такі, що пов'язані з духовними аспектами любові, і вони займають третє місце по значущості. Суттєво, що крім любові до ближнього віруючі відзначали також любов до Бога і Бога до них.

В цілому дослідження показало, що співвітчизниками зберігається **вітчизняна християнська традиція з виділенням духовного аспекту любові — агапе — як любов у стосунках з Богом, молитва, акцентуація турботи, служіння як жертвності і самовіддачі (передусім у віруючих), прийняттям цінності іншого при провідному значенні емоційної складової, прагнення близькості (філія)**. Крім того, підкреслюється **важливість збереження любовного ставлення до ближнього — через прощення, терпіння**.

Показово, що дуже мало всіх респондентів виділяли ознаки чуттєвих проявів любові (ерос): так, лише декілька чоловіків сказали про секс і любов як *потяг*; і кілька жінок назвали ніжність і ласку. Оскільки таке замовчування еротично-сексуальних аспектів любові притаманне двом групам респондентів, то можна припустити, що для сучасних дорослих людей (переважно з вищою освітою) у вітчизняній культурі характерним є **такий традиційно стриманий (чи цнотливий) підхід у питаннях обговорення інтимних проявів любові, що найбільшою мірою обумовлено культурально**. Все вище сказане варто враховувати психологу в роботі з вітчизняними клієнтами.

Відповіді на запитання про бажаність розвитку здатності любити в цілому були позитивні — 74% опитуваних ствердно відповіли на нього, хоча частина жінок-гуманітаріїв вважала, що вони вже вміють любити (чоловіки не коментували свою незгоду).

В рамках другої частини дослідження була розроблена і апробована анкета для вирішення задачі дослідження цінностей психотерапії (і консультування) у вітчизняних практикуючих психологів. Ми *виходили з ідеї*:

а) у вітчизняних практикуючих психологів збереглося уявлення про зв'язок психотерапевтичних цінностей з християнським періоджерелом; б) пріоритетними для вітчизняних психологів можуть бути цінності любові, смислу, відповідальності, особистісного зростання, творчості і свободи, що обумовлено, як культурально, так і базовими цінностями психотерапії; в) любов для практикуючих психологів визначатиметься передусім як цінність іншого (цінність особистості в онтологічному зв'язку з іншими). Респондентам пропонувалося вибрати найбільш значущі цінності психотерапії, відзначити серед пред'явлених цінностей ті, котрі вважаються християнськими, і розкрити зміст цінності любові. Експертами виступали практикуючі психологи з Києва, Донецька, Харкова (46 опитуваних). Більшість із них мали спеціалізацію в психотерапевтичній підготовці з різних напрямів психотерапії: психодинамічного, гуманістичного, гештальт-терапії, когнітивно-поведінкової, екзистенційного, тілесно зорієнтованого, системно-сімейного.

В анкеті збиралися певні дані про опитуваних (стать, обраний напрям психотерапії чи психологічного консультування, віросповідання) і пропонувалося 5 запитань, з яких 1 запитання відкрите. Щодо переліку психотерапевтичних цінностей (всього 26), то він був складений на основі аналізу провідних понять і відповідних цінностей, які вони експлікують, в трьох базових парадигмах — екзистенційно-гуманістичної, психодинамічної та когнітивно-поведінкової. Цінності були виділені на основі аналізу літератури, зокрема, робіт Ф.Ю. Василюка, М.О. Гуліної, О. Сосланда, О.Ф. Бондаренка, О.В. Юрєвича та ін.

Деякі з виділених нами цінностей є спільними в різних парадигмах (адаптація, творчість та ін.), деякі є специфічними (раціональність, співбуття). Введено також дві цінності, котрі можуть бути віднесені до християнсько зорієнтованої парадигми (віра і совість). Всі цінності разом з тим є гуманістичними, тобто, спрямованими на людину. В анкеті психологам пропонувалися наступні питання.

1. Відмітьте із запропонованих цінностей психотерапії ті, які Ви вважаєте християнськими: усвідомленість, любов, смисл, відповідальність, здоров'я, творчість, повага, співбуття, свобода, автентичність, реалізм, самопізнання, вибір, адаптація, впевненість у собі, духовність, зрілість, раціональність, особистісне зростання, віра, взаємини, совість, радість, культура, прийняття, емпатія.
2. Виберіть із вище перерахованих цінностей ті, які є найбільш важливими для психотерапії чи консультування.
3. Любов у психотерапевтичній взаємодії для психотерапевта — це: єдність, залежність, визнання цінності іншого, захищеність, жалість, співчуття, повага, симпатія, увага, розуміння, служіння, терпіння, самовіддача, етика психотерапевтичних стосунків, служіння, бажання допомогти, довіра, свобода, щирість, присутність, милосердя, прив'язаність, прийняття, кохання, перенесення-контрперенесення, турбота, ніжність, тепло.

4. Мета психотерапії, на Вашу думку, полягає у ...
5. Чи розглядаєте Ви розвиток здатності любити у клієнта як можливу задачу психотерапії? Так. Ні. Можливо.

З опитуваних психологів 63 % респондентів віднесли себе до християнського віросповідання, а решта — не вважали себе належними до певної релігії чи визначалися атеїстами. Цікаво, що згідно отриманих даних, практично всі психологи (94 %), визнали названі психотерапевтичні цінності — всі, одну з них чи найчастіше, групу цінностей — християнськими. Щодо цінності любові, яка представляє особливий інтерес в нашому дослідженні, то четверта частина респондентів не надають їй статусу християнської, а решта (переважна більшість) відносять до групи християнських цінностей.

Рейтинг психотерапевтичних цінностей визначався на основі показника кількості виборів.

Найбільше виборів отримала цінність «любові» (53 %). За нею по кількості отриманих виборів йдуть цінності «усвідомленість» та «смысл». Наступними по значенню йдуть цінності *відповідальності і здоров'я*, а далі *свободи, самопізнання, особистісного зростання і прийняття, поваги, творчості*.

Далі по значенню розташувалися цінності вибору, духовності, зрілості, адаптації, емпатії.

Найменше виборів отримали цінності раціональності, співбуття і реалізму, совісті. Відносно мало виборів набрали цінності культури, радості, віри, взаємин, автентичності, впевненості у собі.

Таким чином, аналіз результатів показав, що пріоритетними психотерапевтичними цінностями опитуваних є цінності *любові, усвідомленості і смыслу*, які підтверджують припущення щодо орієнтації на «любов» і «смысл» в нашій культурі. Те, що цінність «любові» вийшла на перше місце для вітчизняних практикуючих психологів різних напрямів психотерапевтичної підготовки означає, що вона є базовою для психотерапії і культурально визнаною. Важливою виявилася також потреба в усвідомленості як цінності психологічної допомоги. Поступаються по значущості, хоча і виступають досить цінними для опитуваних, як і передбачалося, «особистісне зростання», «творчість» і «свобода». Нарівні з ними вітчизняні практикуючі психологи відзначають «прийняття», «самопізнання» і «повагу».

Результати рейтингу цінностей психотерапії вітчизняними практикуючими психологами зображено на діаграмі (рис. 2.1).

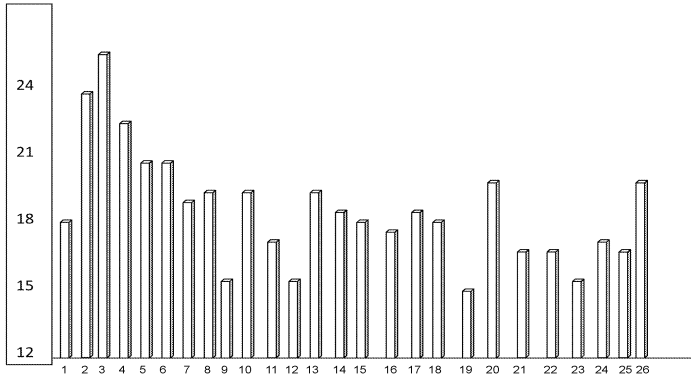


Рис. 2.1 Діаграма виборів вітчизняними практикуючими психологами психотерапевтичних цінностей

ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНІ ЦІННОСТІ (до діаграми на рис. 2.1)

1. емпатія; 2. усвідомленість; 3. любов; 4. смисл; 5. відповідальність; 6. здоров'я; 7. творчість; 8. повага; 9. співбуття; 10. свобода; 11. автентичність (8в.); 12. реалізм; 13. самопізнання; 14. вибір; 15. адаптація; 16. впевненість; 17. духовність; 18. зрілість; 19. раціональність; 20. особистісне зростання; 21. віра; 22. взаємини; 23. совість; 24. радість; 25. культура; 26. прийняття.

Щодо підгруп «віруючих» і «невіруючих», то в першому випадку пріоритетними цінностями виступають любов і усвідомленість (інші позиції йдуть із значним відривом); а в другому — смисл і близькі до нього — відповідальність, любов, здоров'я, самопізнання (схоже, в яких смисл і розкривається). Очевидно, що віруючі психологи особливо підтримують цінність любові у психотерапії і консультуванні. Разом з тим, хоча трохи більше половини віруючих респондентів визнають любов цінністю психотерапії, проте решта так не вважають. (При цьому, як зазначалося, переважна більшість опитуваних вважає любов християнською цінністю).

У підгрупі жінок на перших місцях знаходяться любов-усвідомленість, смисл-відповідальність, а в чоловіків — любов-свобода-вибір. У жінок-психологів, таким чином, поєднуються в психологічній допомозі цінності любові (почуття) і усвідомленості (розуму) з духовно-моральнісними цінностями смислу і відповідальності, а у чоловіків-психологів цінність любові доповнюється суб'єктивними цінностями свободи і вибору.

Розглянемо значення любові в контексті психотерапії, які надають їй вітчизняні практикуючі психологи. Пропонувалося для визначення 29 значень (виділених на основі опитування та аналізу літературних і науково-психотерапевтичних джерел).

Найрідше зустрічалося розуміння любові як залежності, дещо частіше — прив'язаності і співбуття, захищеності, уваги, тепла, жалості, єдності,

а також підтримки в особистісному розвитку. Найчастіше любов характеризували через *визнання цінності іншого, довіру і повагу*. В цілому це є характеристиками зрілої любові, а визнання цінності іншої людини підтверджує вкоріненість у нашій культурі і психотерапії християнського погляду на людину, визнання її цінності.

Дані пріоритетні характеристики доповнюються в контексті психотерапевтичної позиції — бажанням допомогти, співчуттям (по 23%), щирістю (21%), а також свободою, присутністю, прийняттям, служінням і милосердям. Уявлення про любов у психотерапії включають у себе також значення перенесення-контрперенесення і етику психотерапевтичних відносин. До любові як до трансферентного явища в психотерапії чи його етичного аспекту ставляться 21,7%, тобто приблизно п'ята частина респондентів.

Близько 17,3% респондентів розглядали значення любові як кохання і самовіддачі.

По підгрупам «віруючих» і «невіруючих» є певна різниця в пріоритетах. Пріоритетними по кількості виборів значень любові у *віруючих є довіра і визнання цінності іншого*, наступне — «повага» йде зі значним відривом від них. У підгрупі *невіруючих* на перше місце виходить «повага», а друге ділять між собою «щирість», «бажання допомогти» і «цінність іншого».

Щодо виборів жінок і чоловіків, то перші місця у жінок-психологів при визначенні любові займають «цінність іншого», а за ним «довіра». У чоловіків пріоритетними виступають «повага», а далі «присутність» і «служіння». Якщо визнання цінності іншого (характерне для віруючих і жіночої групи) близьке, на наш погляд, до безумовної любові, то повага (пріоритетна для невіруючих і чоловіків) означає визнання гідності іншого за певні заслуги.

Порівняння уявлень про любов у «клієнтів» і психологів показує, що перші орієнтовані у стосунках (і психотерапевтичних в тому числі) передусім на емоційну близькість, а психологи — на визнання цінності клієнта (його прийняття, визнання значущості), а потім на побудову емоційної близькості («довіра»). Невіруючі психологи і психологи-чоловіки особливо важливе значення надають цінності поваги, яка стверджує цінність особистостей клієнта і психотерапевта, регулює дистанцію близькості між ними. Психологи у психотерапевтичних стосунках готові надати клієнту досвід близькості відмінний від звичайних стосунків, що може попервах розчарувати клієнта у зв'язку з його можливими очікуваннями, проте цей досвід є ресурсним для особистісного розвитку.

Ми припускали, що любов виступає не лише базовою мало усвідомлюваною цінністю, цілющою умовою психотерапії, але в результаті рефлексії може стати метою чи задачею психотерапевтичного процесу. Аналіз уявлень практикуючих психологів про мету психологічної допомоги показав, що жоден з респондентів не включив розвиток здатності любити у клієнта в мету психотерапії. (Це при тому, що переважна більшість визнала любов цінністю психотерапії). Нам здається, що означена розбіжність свідчить про те, що оскільки любов, як підтверджує дане дослідження, є базовою цінністю пси-

хотерапії, то вона може «виноситися за дужки» існуючих напрямів психотерапії як гранична мета (чи понад-мета).

Відповіді про можливість постановки розвитку здатності любити як психотерапевтичної задачі розподілилися наступним чином.

Не згодні з такою постановкою задачі в психотерапії 15% віруючих респондентів і 17% невіруючих. Згодні цілком (відповідь «так») і визнають таку задачу як можливу (відповідь «можливо») в сумі 85% віруючих і 83% і невіруючих. При цьому віруючі дали відповіді «так» у 62% випадків, «можливо» — у 23%; а невіруючі відповіли «так» — у 33%, а «можливо» — у 50% випадків. Таким чином, більш оптимістично, з більшою готовністю до постановки такої задачі ставляться респонденти, які визначають себе як християни. «Клієнти», як зазначалося вище, в цілому також згодні на розвиток власної здатності любити, що є перспективним для їх особистісного зростання і співробітництва з психотерапевтом.

На основі всього вище сказаного можна зробити **висновок** про актуальність і перспективність досліджень у напрямку наукової рефлексії ціннісної складової сучасної теорії та практики психологічної допомоги, її характерних особливостей у вітчизняних соціокультурних умовах і духовних джерел, а також трансляції в професійних співтовариствах отриманих даних. Проведене дослідження в цілому підтвердило припущення про готовність вітчизняних психологів до усвідомленості зв'язку християнських цінностей з психотерапевтичними, про особливе значення любові як онтологічної основи і «не прописаної» базової цінності психотерапії, пріоритетної для вітчизняного соціокультурного контексту в його православній традиції

В змістовному плані відзначаємо наступне. Християнство принесло в європейську і вітчизняну культуру творчий імпульс, духовно-моральні цінності і нове уявлення про людину як особистість, що проявилось в гуманістичній концепції людини, розквіті наук, просвіти і мистецтва, в традиціях милосердя в суспільстві, в етиці відносин. В православній традиції — як кардіоцентричний — найбільш виразилися і прийнялися у *вітчизняній культурі цінності милосердя, сенсу життя, совісті, покаяння, жертвовної любові*.

Християнство внесло в культуру принципи етико-аскетичний та персоналістичний, що взаємодоповнюють одне одного при домінуванні останнього. Психотерапія спирається передусім на персоналістичний принцип (цінність індивідуальності, її свободи, творчості, живого досвіду), культивує його, відкинувши як обмежувальний принцип етико-аскетичний. Це проявляється і в розумінні граничних цінностей психотерапії як свободи і творчості. Вимоги часу до холістичності і духовності психотерапевтичної парадигми дозволили поставити проблему повернення «репресованого» етико-аскетичного принципу в його призначенні, спрямованому на розкриття і збереження сутності людини, її особистості.

Любов як глибина живого людського серця і особистості, з одного боку, і основа християнської етики, з іншого, є тією цінністю, що з необхідністю доповнює граничні цінності психотерапії (свободу, творчість, індивідуальність).

Ця цінність не привноситься, проте може бути експлікована із «праксісу» психотерапії, спрямованого на психологічну допомогу страждаючій людині при співчасній позиції психотерапевта. Важливим є розуміння християнських першооснов любові як духовної здатності і завдання особистості в її зверненні до Бога, реалізації і підтримки онтологічного зв'язку з іншими людьми.

Вітчизняні практикуючі психологи, що отримали підготовку в різних школах психологічного консультування та психотерапії, виділили як пріоритетні цінності психотерапії «любов», «смысл» і «усвідомленість»; любов розглядалася передусім як цінність іншого, довіра і повага. Дослідження уявлень про любов можливих клієнтів показало, що пріоритетною складовою любові розглядається емоційна (душевна) близькість, потім у невоцерковлених людей значимими є «прийняття» і «турбота», а у православних віруючих — *жертвоні* «турбота» і «служіння», «прощення».

Полюси, що спостерігаються при співставленні орієнтації західної і вітчизняної культур в розумінні особистості як автономної індивідуальності (свобода) чи істоти, сутнісно пов'язаної з іншими (любов), представлені в цінностях психотерапії. Їх рефлексія як взаємодоповнюючих з урахуванням особливостей власної культурної ідентичності та ідентичності клієнтів, допоможе вітчизняним психотерапевтам у розумінні аксіологічних основ і розробки стратегій здійснюваної психологічної допомоги.

Зроблені висновки допомагають намітити і *стратегію психологічної допомоги вітчизняним клієнтам*, на яку варто зважати вітчизняним психологам, як християнсько зорієнтованим, так і інших професійних орієнтацій. Так, соціально обумовленим у наших умовах життя і онтологічно первісним можна вважати зв'язок людини з іншими, любов, а потім, у перспективі — відділення, свободу. *Перехід від любові до свободи* (і навпаки) здійснюється через *повагу*, в якій цінність іншого, що є в любові, потреба у зв'язку, зустрічається з власною цінністю, любов'ю до себе і потребою в автономії. В роботі з вітчизняними клієнтами варто враховувати цінність емоційної близькості, довіри, турботи (проявах любові) і рухатися в напрямку поваги, усвідомленості, впевненості, свободи.

При цьому відмічаємо і *важливість врахування духовної складової любові*, її актуальності чи потенційної присутності в культурі і житті співвітчизників, цюгтливє ставлення до питань інтимних стосунків з протилежною статтю, цінність сім'ї. Основним *стратегічним напрямом роботи з вітчизняними клієнтами, враховуючи все вище сказане, може бути розвиток здатності любити, з урахуванням його духовного виміру, знаходитись у близьких стосунках, відчуваючи цінність іншої людини і себе, не «зливаючись» з іншими.*

2.4. Психотерапія прощення на прикладі випадку роботи з клієнтом

Одним із аспектів християнсько зорієнтованого напрямку психологічної допомоги є *психотерапія прощення*. Традиційно психотерапія працює із об-

разами як психотравмами, як негативними емоційними станами і внутрішніми конфліктами. Психологія прощення — особливий напрям психологічної допомоги — виник не так давно на основі гуманістично-християнського світогляду і має на меті мотивування клієнта до прощення не лише заради оздоровчо-психотерапевтичного ефекту, але і його моральнісного розвитку, душевно-духовного здоров'я.

Виділяють різні мотиви прощення, істинно моральнісним з яких вважається мотив доброзичливості, що базується на «агапе» — духовній любові. Процес прощення досить складний і потребує напруження всіх душевних сил людини, він може розпочинатися з ознайомлення щодо його психотерапевтичних ефектів, визнання факту образи і ображеності і завершуватися (після проходження поетапної психотерапії) власне моральнісним актом.

Питання образи і прощення досить складні і потребують системного вивчення, мають цікаву перспективу для подальших наукових досліджень і, зокрема в руслі розвитку духовності в царині психологічної теорії та практики [198].

Психотерапія образи виступає необхідною складовою, а в деяких випадках є центральною ланкою психологічної допомоги співзалежному клієнту. *Велике значення має психотерапія прощення як профілактика психосоматичних розладів, виходу із позиції жертви, здатності до побудови задовільних стосунків і любові.* Прощення може стати першим кроком до примирення — відновлення раніше існуючих взаємин між індивідами. У подальшому тексті розглянемо особливості психотерапії образи в психологічній допомозі клієнту у виході із співзалежних відносин і відновленні здатності любити. Психотерапія здійснювалася в руслі християнсько зорієнтованого підходу з використанням психотехнік гештальт-терапії.

Емпіричний матеріал викладається на основі якісного методу феноменологічного опису і аналізу індивідуальної психотерапії, наукової рефлексії психотерапевтичного процесу і учасно-діалогічної позиції психотерапевта у взаємодії з клієнтом.

Дані про клієнтку. Вірі (ім'я клієнтки змінене) 25 років, має вищу технічну освіту, отримує другу вищу освіту по психології. Заміжня, дочці 4 роки. Рік після декрету працювала, а потім її «скоротили». Проживають разом з її матір'ю. Прийняла рішення піти на індивідуальну терапію після участі в навчальному тренінгу (психотерапевт була серед тренерів).

Знайомство і перше інтерв'ю. Віра — висока, худенька, волосся зібрано в пучечок, схожа на дівчинку. Говорить, що прийшла по психологічну допомогу, тому що відкрила для себе важливість своїх емоцій (на тренінгу) і тому, що відчуває довіру до психотерапевта. Клієнтка викликає симпатію, теплі почуття і певну тривогу.

Віра скаржиться на невпевненість у собі і свої постійні «претензії» до мами, звинувачення, часті сварки з нею. Бувають депресії, приймає періодично таблетки. Свого часу (під час сильної депресії) ходила до психоаналітика. Відмітила,

що їй завжди хотілося говорити про дитинство, і там вона мала змогу це робити. Віра і на сесії збуджено розповідала про своє дитинство.

Історія життя клієнтки. Мати Віри пенсіонерка, алкозалежна, живе без чоловіка. Батькові 70 років, живе в іншому місті, офіційно не одружений, але має жінку набагато молодшу за себе. Є старший брат, якого клієнтка дуже любить і жаліє: «За характером він м'який, хоча бувають емоційні вибухи». (Сльози на очах, коли говорить про брата). У брата своя сім'я, живе окремо. Батьки розійшлися, коли Вірі було 5 років. Думає, що винувата мати, оскільки у неї в цей час з'явився інший чоловік, з яким вона потім одружилася. З 5 до 10 років клієнтка жила з матір'ю та вітчимом (згодом мати з ним розійшлася). На матір за це відчуває образу, батька любить, жаліє. До 5 років практично нічого не пам'ятає, зате подальші роки залишили багато важких для неї спогадів.

Вітчим клієнтки часто бив її. Він брав ремінь, а мати виходила з кімнати і закривала двері. Міг розбити тарілку, якщо погано вимита. Пригадала декілька особливо травматичних ситуацій.

- Яюсь загубила ключі, ночувала у сусідки (мати з вітчимом були в ресторані). Мати ввечері не помітила відсутності дочки удома. Віра це сприйняла як її байдужість. Вранці вітчим ще і побив дівчинку за втрату ключів.
- Вітчим одного разу побив її в кімнаті брата, котрий вдавав, що спить.
- Мама (по телефону) давала дочці (8-9 років) завдання виливати горілку у бабусі, яка пила. (Із сімейної історії — бабуся була своєю дочку, коли та була дитиною).
- В дитинстві Віра погано вчилася (звинувачує сімейні обставини), а мати її лаяла і лякала: «Будеш двірником».

Емоційно насичені спогади показали, що у Віри в дитинстві склалися певні — досить песимістичні — враження про світ і взаємини з ним. Основні «ранні рішення» клієнтки, що викривлювали і стримували розвиток її душевних сил (любові, поваги, свободи, творчості) і задовільних стосунків: а) світ досить ворожий і не можна покласти на захист близьких; б) я відповідальна за старших жінок у сім'ї, мені повинно бути соромно, якщо у них щось не так; в) я гірша за інших, нічого в житті не доб'юся; г) чоловіки або слабкі (жертви), їх можна любити, що рівнозначно жаліти, або ті, що чинять насильство (тирани), викликають відчуття страху і ненависті. Одне із найсильніших почуттів у Віри з дитячих років — *образа на матір*.

За сесію лише один раз заплакала, решту часу говорила спокійно, без гніву і злості, усміхаючись.

П (психотерапевт): «Із твоєї життєвої історії я почула, як багато агресії і насильства було у вашій сім'ї, а також є алкозалежність по жіночій лінії. Відчуваю занепокоєння і напругу». К (клієнтка): «І тривогу». Психотерапевт сказала про відчуття ніжності і тепла до клієнтки. Та прийняла це з вдячністю.

Віра іноді «зривається» і сама б'є дочку, потім плаче. Сказала, що на своїх плечах відчуває якийсь тягар, неначе щось тисне. П.: «Так, начебто неза-

вершена справа з минулим не дає жити вільно зараз, бути собою?» К.: «Так, схоже, саме так».

Поточна життєва ситуація клієнтки. Віра хотіла б працювати з негативними переживаннями образи на матір (її запит). Скаржиться на конфлікти з матір'ю, котра п'є (запой бувають по 5–7 днів). Клієнтка намагається її застерігати, але мати захищається: «Нічого поганого не роблю, нікого не чіпаю». Клієнтка вважає, що якби мати зараз працювала, то менше б пила і втручалася в її сімейне життя.

Віра визнала, що хоче отримати від матері визнання своєї жіночої і особистої спроможності, значущості як людини. Молода жінка переживає тривогу і невдоволеність відсутністю професійної самореалізації і визнання. Невеликий досвід роботи перед декретом не за фахом завершився розчаруванням і звільненням. Згадала із задоволенням як доглядала за тяжко хворою бабусею і відчувала себе при цьому значущою, потрібною.

Вважає, що з чоловіком живуть добре, він радиться з нею («поважає»). Чоловік старший за неї, гарно заробляє. Про любов до нього клієнтка не говорить. Рік тому у неї була сильна депресія і в цей час вона думала про зраду чоловікові, «сама не знає чому». Жила «як в тумані». Рано — у 18 років вийшла заміж, лише б швидше відірватися від матері. Була раніше нестримно весела, легка, чоловік її таку якнайбільше любить. А зараз все частіше сумна, тривожна, усамітнюється. В кінці сесії — відчуває деяке пожвавлення, їй приємно, що терапевт «емпатійна».

Попередня психотерапевтична оцінка. Розлади в емоційному стані клієнтки (депресія, тривога) пов'язані з: співзалежними відносинами з матір'ю; значно фрустрованими потребами в безпеці, прихильності і визнанні від батьків; отриманими в дитинстві психотравмами і, зокрема, образою на матір (відношення з батьком і вітчимою знаходяться у «фоні»). З чоловіком Віра знаходить певне задоволення зазначених потреб, проте виникають проблеми в сексуально-партнерських відносинах. Однією з актуальних зон особистісного розвитку клієнтки виступає її професійне становлення.

Динаміка психотерапії. Розглянемо динаміку переживань Віри в психотерапії. Спочатку клієнтка слабо усвідомлювала свої почуття і здебільшого виявляла їх невербально — плакала, не розуміючи чого, усміхалася, жестикулювала, не могла всидіти на місці. Через невербальні прояви і фантазії добиралися до її переживань. Спочатку сказала про відчуття сорому (перед терапевтом) і вини перед матір'ю у зв'язку з розказаною життєвою історією і відкриттям сімейної таємниці. Потім — про любов до матері і страх сказати їй про це (страх неприйняття, насмішки). В ході роботи сплигло почуття відповідальності (за бабусю, матір, дочку), а потім злості, гніву, огиди до матері (відчуття огиди було для неї відкриттям). Потім знову були переживання постійного сорому (в соціумі у зв'язку з пияцтвом матері), гніву і одночасно жалості до неї, страху поговорити про свої образи. Відчуття надії змінювалися переживаннями пустки, безсилля, самотності. На 8-й сесії у Віри прорвалася придушена лютість і ненависть до вітчима, після відреагування в уявній ситуації їй стало легше, спокійніше.

Гнів до матері у Віри в процесі психотерапії і декількох відвертих розмов з нею вдома почав змінюватися ніжністю і теплом, хоча ще залишилися тривога і сум. Молода жінка усвідомила також свій страх за дочку, побоювання, що для дівчинки повторюється ситуація дитинства матері — бабуся, котра п'є, тривога і сором матері за неї.

В психотерапії клієнтка (в якійсь мірі) вбачала в жінці-психотерапевті образ «доброї мами». Був очевидний зсув реальності в ситуації на одній із сесій, коли Віра попросила терапевта потримати її за руку. У цей момент вона зняковіла і навіть злякалася — «Ви ж не мама, а ніби як мама». Психотерапевт підтримала реальність — вона символічна (терапевтична) мама, а не реальна. Наступного дня клієнтка сказала, що відчуття тепла і ніжності до терапевта в той момент швидше за все були відчуттями до її матері. Психотерапевт приймала переживання Віри, надавала визнання і підтримку, яких тій не вистачало, формуючи новий досвід турботливого ставлення від значущої старшої жінки.

В процесі взаємодії була сформульована і уточнювалася наступна **психотерапевтична гіпотеза**. Клієнтка знаходиться у співзалежних взаєминах з матір'ю, які перешкоджають її особистісному розвитку. На даному етапі актуалізувалися її потреби в самостійності, соціальному визнанні. Реалізація даних потреб стримується невпевненістю Віри у собі і відсутністю достатньої підтримки від батьківських фігур, *образою*, а також включеністю у відносини з мамою за відомим трикутником (жертва-переслідувач-спасатель). Потреба, яку реалізовувала в спілкуванні з терапевтом — отримання необхідного схвалення і тепла, віри в себе і дозволу на сепарацію від мами. Основним механізмом переривання реалізації власних потреб виступало «злиття» — відсутність достатнього усвідомлення і розрізнення себе, своїх почуттів, гіпервідповідальність за матір та втеча від відповідальності за власне життя.

Психотерапевтичні дії та етапи психологічної допомоги.

1. На першому етапі роботи було продовжено знайомство з клієнткою і її життєвою ситуацією (описаною вище), проведено перше інтерв'ю, а також відбувалося формування довірчих відносин і укладення контракту. Виділені симптоми — депресія, тривога, складність у соціальній реалізації.
2. Подальша робота була присвячена процесам самоусвідомлення клієнткою свого внутрішнього світу, проблемних зон і ресурсів. Так, виявлялися і піддавалися сумніву слабо відрефлексовані норми, правила поведінки, що підтримували співзалежні взаємини Віри, характерні для сімей з алкозалежним членом сім'ї.

Так, наприклад, Віра вважала: «Соромно розказувати про мамин алкоголізм» — «Перед ким соромно?». Настановлення клієнтки — «Я відповідаю перш за все за матір» — викликало особливу увагу психотерапевта, оскільки дана позиція відображує корінну проблему співзалежних відносин: втечу від відповідальності за себе, за власне життя через гіпервідповідальність за інших. З Вірою обговорювалися питання відповідальності батьків за дітей, її відповідальності за дочку, чоловіка, відповідальність дорослої людини за свої

дії. Була здійснена психотерапевтична інтервенція щодо *упорядкування зон відповідальності (і любові, прив'язаності) з опорою на відповідність психотерапевтичних і християнських позицій* в цьому питанні. Для клієнтки це було важливо, оскільки в неї виникали сумніви моральнісного характеру і вона вважала себе людиною православною, хоча і не глибоко воцерковленою. Авторитетним для неї було посилення на положення моральнісного богослів'я, в яких вказується, що відповідно Біблії, сім'ї в житті людини належить чільне місце і, по-перше, *небесній сім'ї*. Найбільш важливими для людини повинні бути взаємини із Небесним Батьком, що вплинуть на всі інші взаємини. Другим по значущості повинен бути для жінки чоловік, а для чоловіка жінка, третіми — діти. Лише після цього можна назвати церкву, роботу, батьків, друзів, будинок та ін. [186]. При цьому існує *суб'єкт* виділених ставлень і він відповідальний в духовно-моральнісному плані передусім за себе, своє життя і стосунки.

Здійснювалася робота і зі *страхами і тривожними очікуваннями* клієнтки, в яких з'ясувалися причини їх виникнення, відділявся досвід минулого від теперішнього, програвалися тривожні ситуації. Так, при аналізі Віриного страху збожеволіти з'ясувалося, що цим лякає її матір і це материнські страхи щодо себе у зв'язку з пияцтвом.

Віра з усіх сил стримує прояв своїх сумних почуттів, тому що боїться, що інші сміятимуться над її сльозами. П.: «Хто над тобою сміявся? Подивися на мене, чи схоже, що я сміюся?». Для клієнтки видається жахливим сказати матері про свою любов і про образу, тому що є тривожні очікування: а) вона іронізуватиме, висміє і спілкування урветься, б) відчує вину чи образиться.

Пропонується *експеримент* з програванням і зміною ролей: психотерапевт — в ролі матері говорить з Вірою, потім Віра — «мати», психотерапевт — «дочка». Після програвання початку розмови з матір'ю Віра зрозуміла, що варіанти її очікувань: а) мати, яка висміює — їй не страшний, а варіант б) мати образиться, коли клієнтка скаже їй про свої почуття, спростувався тим, що на місці матері вона відчувала тривогу і печаль. Віра сама в ігровому сюжеті знайшла поведінку, яка могла б сприяти продовженню спілкування з матір'ю — мовчки тримати її за руки.

Клієнтка легко і жваво відгукувалася на психотерапевтичні експерименти, на питання про власні переживання (хоча не завжди могла їх визначити).

3. Значне місце в здійснюваній психотерапії відводилося *виявленню і відреагуванню витиснутих переживань клієнтки, зокрема образи*, що дало змогу завершити їх і вийти з невротичного кола. Ми виходили з того, що прощення не варто плутати із псевдопрощенням, коли той, хто постраждав, не визнає нанесення образи чи того, що вона його зачепила, вразила.

Віра не довіряє мамі. Для неї недостатньо того, що та з нею поплаче і обійме. Клієнтка хоче, щоб мати їй відкрилася — у своїх переживаннях, слабкостях, відносинах. Хочеться «вивернути її навиворіт» (показує руками досить енергійно і агресивно). На питання, що відчуває, відводить очі: «якось спокійно»(!). Коли психотерапевт запитала її про можливе пережи-

вання гніву, то сказала: «Ні (перелякано). Можливо, обурення». Мова йшла також про труднощі вираження любові. (При словах про любов гіркі сльози). У клієнтки виникає образ-відчуття перегородки — фанерної дошки, що знаходиться між нею і матір'ю. Що це значить — не знає.

Почуття психотерапевта: турбота і радість, ніжність, печаль — ділиться ними з Вірою. Та посміхається, говорить, що почуває до терапевта тепло, вдячність.

Онис сесії, що включав експеримент на прояв і відреагування неусвідомлюваних витиснутих переживань гніву, люті у клієнтки. У психотерапії прощення *особливо на перших етапах важливим є виявлення факту образи, знаходження його адресату і вияву подавленого гніву, який може розглядатися в психотерапії як прояв самоповаги.*

Віра почала розмову з того, що її мама підтримала психотерапію Віри, чому вона дуже рада. На даній сесії основним *запитом клієнтки було опрацювання взаємостосунків з матір'ю.* Відчуття стіни між собою і мамою зникло, але у Віри ще з'явилося відчуття тривоги за дочку — адже та переживає схожу ситуацію, яку переживала вона в дитинстві: жила у бабусі, що пила. П.: «Тема твоєї відповідальності за бабусю, матір, дочку. За кого перш за все несеш відповідальність?» — К.: «За бабусю, за матір». П.: «А за дочку?» (Вірі здається що вона надійно захищає її від випивок своєї матері). П.: «Звідки тоді відчуття тривоги?» — К.: «Не знаю». Віра сидить зігнувшись, говорить, що заболіли плечі. П.: «Стільки відповідальності за старших, болять плечі». К.: «Так, і зараз відчуваю тиск на них (поява симптому)». — П.: «Що там на них?» — К.: «Не знаю, неначе на плечі руками тиснуть».

Психотерапевт пропонує натиснути руками на її плечі (посилення симптому). Віра згодна, каже, що їй приємно. (Психотерапевт натискає сильніше). — Віра: «Все одно приємно». (Ще сильніше). Клієнтка напружується, але не згинається. (Ще сильніше). «Боляче». Психотерапевт відпускає її плечі. Віра наполягає на тому, що їй було приємно. Потім, прислухаючись до себе: «Ох, як я зараз злюся! Злюся на матір (Прояв витиснутих почуттів злості). Прямо здавила б когось, придавила!».

Психотерапевт пропонує продовжити дії відреагування переживання злості і образи на матір, що переповнюють молоду жінку, за допомогою певних предметів, які призначені для вираження злості в психотерапії. В кінці Віра відчуваю *огиду* до материного пияцтва, їй хочеться говорити «грубі слова». Терапевт не пропонує продовжувати — скоро кінець сеансу і потрібен час для завершення, інтеграції. Клієнтка важко дихає, говорить, що ще відчуває гнів. Заспокоюється потроху. (Вдалося частково в психотерапевтичній ситуації відреагувати застарілі травматичні афекти відносно материнського образу. Поки що цього достатньо для психотерапії, процеси вивільнення запуснені). Віра здивована, вражена тим, скільки в ній злості, гніву по відношенню до матері, а відчуття огиди є просто відкриттям для клієнтки (процес привласнення почуттів). Вона відчуває втому, завершення сесії.

4. Під час інших зустрічей здійснювалася і така психотерапевтична акція як виявлення зв'язку минулого і теперішнього часу, переміщення

з минулого у справжню проблемну ситуацію. Віра розказує ситуацію з дитинства, в якій вона не могла сказати матері про свої *страхи і самотність, біль, потребу в її ласці, захисті, увазі*. П.: «Схоже на ситуацію зараз? Чи говориш ти матері про свої душевні потреби зараз?» К.(задумалася): «Схоже. Я прошу її піти зі мною в магазин, посидіти з дитиною, (навіть лаю) і т.д., але не кажу про свій стан, переживання, про те, що хочу від неї ласки».

5. *В результаті* психотерапії Вірі вдалося і у реальному житті поговорити з матір'ю, виказати їй свої відчуття образи і ніжності, «вивернути матір навиворіт» — почути про біль останньої, отримати від неї визнання провини перед дочкою, разом поплакати і примиритися (протягом декількох розмов), висловити свої очікування і побажання одна одній. Хоча, як сказала Віра, деяка скутість тривогою всередині залишилася — через проблеми пияцтва матері.

Жінкам також вдалося обговорили взаємні претензії по співжиттю в одній квартирі і домовитися з деяких питань. Віра ухвалила рішення самостійно готувати їжу для дитини і чоловіка, в результаті більш чітко визначилися межі молодій сім'ї.

Клієнтка виказала готовність перерозподілити пріоритетність в зонах своєї відповідальності: змістити її з мами і бабусі і включити в більшій мірі дочку і чоловіка. Віра зробила відкриття і здивувалася тому, як мало місця в її житті займають стосунки з чоловіком, а також тому, що вони не безпроблемні.

6. Завершення психотерапії. Віра влаштувалася на роботу. Після цього сказала про потребу на даному етапі завершити психотерапію. Через декілька місяців Віра подзвонила і розповіла про свої справи, сказала що у неї на даний момент немає депресії, є інтерес до життя.

Як показують існуючі дослідження і досвід психотерапії, *прощення має цілющий ефект*, звільняє людину від сильних негативних переживань і деструктивних позицій у стосунках (що особливо актуально для осіб, схильних до емоційної залежності), *повертає здатність до переживання ніжності, прив'язаності, любові*.

Образи, пов'язані з дитячими психотравмами, як у випадку Віри, мають значний негативний емоційний вплив на молоду людину, стримують її особистісний розвиток, процеси сепарації, здатність вступати в близькі зрілі стосунки з іншими і зазвичай, потребують психотерапевтичного втручання.

Вияв і прощення образи в результаті психологічної допомоги дали змогу клієнтці примиритися з матір'ю, котра має алкозалежність, вийти зі співзалежних відносин з нею, взяти відповідальність за своє життя, зайнятися вирішенням власних професійних проблем і проблем власної сім'ї, адекватно перерозподіливши зони відповідальності. Важливими етапами в роботі з образою є її визнання, прояв, називання і відреагування витіснених емоцій, що її супроводжують; виявлення захисних механізмів, котрі перешкоджають усвідомленню, переосмисленню досвіду, звільнення від негативних установок минулого, прийняття особистості і повага до клієнта.

Розділ 3.

ЕКЗИСТЕНЦІЙНІ ЧИННИКИ В ТЕОРЕТИЧНИХ ТА ПРАКТИЧНИХ ОРІЄНТАЦІЯХ ВІТЧИЗНЯНИХ ПСИХОЛОГІВ-КОНСУЛЬТАНТІВ І ПСИХОТЕРАПЕВТІВ

3.1. Свобода як екзистенційний чинник становлення психотерапії та особливості його прояву у вітчизняному психотерапевтичному просторі

3.1.1. Феномен свободи/залежності в психотерапії, зокрема вітчизняній

Займаючись психотерапією професійно, маючи досить великий досвід практичної діяльності і супервізійної практики, ми постійно стикаємося і маємо справу з переживаннями клієнтів і психотерапевтів певної якості. Спробуємо загалом змалювати цей психотерапевтичний феномен.

Якщо говорити про тілесну компоненту цих переживань, то їх можна описати як здавлення в тілі, загиснуті плечі, похнюплений вид, напружена невпевнена поза, хаотична тілесна активність, або однотипні рухи, що повторюються (покусування губ, смоктання ручки, розгойдування тіла, плач і тому подібне). Якщо описати емоційний прояв цього феномену, то можна говорити про різноманітні відтінки переживання залежності: стани невпевненості, розгубленості, обурення, образи, злості, ревнощів, заздрості, іноді сильної тривоги, страху та ін. Якщо говорити про когнітивні прояви феномену, то клієнт може скаржитися, що чогось не знає, що йому щось або хтось заважає, що йому чогось бракує, що він знаходиться у безвиході, в тривожному очікуванні, в невизначеності. У станах сновидіння можуть виникати і переважати образи, що символізують перешкоди, а іноді й ті, що загрожують апокаліпсисом.

На рівні контрперенесення терапевта, тобто його емоційних реакцій на те, що відбувається в психотерапевтичному просторі, можна говорити про аналогічні стани, що дозволяють відчувати те, що у нинішній момент відбувається з клієнтом і завдяки цьому краще його зрозуміти. Тут, до речі, можна помітити, що на відміну від клієнта, терапевт вибудовує своє ставлення до того, що відбувається, мислить те, що відбувається, а не тільки здійснює учування.

Хоча усі переживання індивідуально своєрідні, все ж ті, що описані вище, можна віднести до певного класу переживань: їх можна представити словами, що передають стани буттєвої незабезпеченості, нестачі, тобто екзистенціальної залежності. Ці стани розцінюються клієнтами як негативні, такі, що заважають. Професійний досвід показує, що важливо в таких випадках створити для клієнта умови для його самозцілюючих і гармонізуючих дій. І тоді він зможе переживати стани звільнення, що дозволяють розгортати свою життєвість в можливому для нього напрямі. Для позначень цих станів доцільно використати екзистенційне поняття свободи.

Ю.А. Разінов [229] вказує, що екзистенційні поняття являються експліка-
тами буттєвих рис (здібностей) присутності. Під присутністю мається на увазі
такий тип сущого, який відбувається способом розуміючого ставлення до себе,
до власного буття. Буття присутності завжди так чи інакше визначене до вся-
кої визначальної назви. Присутність екзистенціальна, тобто визначена у сво-
їх буттєвих здібностях, особливих кристалізаціях фундаментального досвіду
присутності, в екзистенціалах. Екзистенціали — суть способи тримання всякої
розімкнутості присутності в просторі самого Буття. Екзистенціали — це ви-
значення буттєвих здібностей присутності, які ніколи не можуть бути даними
наявно, а завжди розкриваються як буттєві можливості, відновлення яких при-
сутність завжди бере на себе сама. Екзистенціали виражають модуси буття сві-
ту в його нерозривному зв'язку з буттям людської свідомості, або, що теж саме,
модуси людського існування в його поєднаності з життєвим світом.

Екзистенція — це не сутність людини. Це відкрита можливість її само-
буття. Людину можна розуміти як становлення, як проект, що будує себе.
І свобода — це вибір особою однієї з незліченних можливостей. Таке розу-
міння людини встановлюється наразі у вітчизняній психотерапії. Осмислю-
ються і розроблюються психотерапевтичні засоби, що дозволяють здійсни-
ти цей підхід у психотерапевтичній практиці. І це притягнуло нашу увагу,
оскільки буття-до-свободи є і для нас особистісно-значимою екзистенцією,
відкритою можливістю.

3.1.2. Свобода як екзистенціал людського буття, як його особистісний вимір. Пошуки онтологічного обґрунтування сучасної психотерапевтичної парадигми

Аналіз літератури, присвяченої даному питанню, дає квінтесенцію ви-
значень категорії свободи як свободи волі: свобода волі — здатність людини
до самовизначення у своїх діях.

У вітчизняній філософії проблема свободи, свободи волі спеціально роз-
роблялася М. Бердяєвим [24]. Він зазначає, що проблема свободи має центра-
льне значення у філософії, і на її дослідженні з'єднуються всі філософські дис-
ципліни — гносеологія, метафізика, етика, філософія релігії, філософія історії.
Книгу Бердяєва «Про рабство і свободу людини» сам автор відносить до соціа-
льної філософії, але в неї вкладено весь його цілісний філософський світогляд,
в основу її покладена філософія персоналізму. Це є плід довгого філософського
шляху шукання істини, довгої боротьби за переоцінку цінностей.

Можна стверджувати, що вказане персоналістичне вчення започаткува-
ло новий підхід до особистості і, тим самим, заклало підвалини сучасної
вітчизняної психотерапії. Особистість розглядалась не субстанціонально,
а як творчий акт: світу об'єктів, де панують страждання і зло, протистойть
творчість, покликана подолати консервативні форми об'єктивації. Результа-
ти творчості неминуче будуть об'єктивовані, але сам творчий акт настільки
ж неминуче є вільним.

Думка М. Бердяєва завжди належала до типу філософії екзистенційної. Суперечність, яку можна знайти в його думці, є протиріччя духовної боротьби, є суперечність в самому існуванні, вони не можуть бути прикриті удаваною логічною єдністю. Справжня єдність думки, пов'язана з єдністю особистості, є єдність екзистенційна, а не логічна. А екзистенційність суперечлива. Особистість є незмінність у зміні. Це одне з істотних визначень особистості, за поглядом М. Бердяєва. Філософ зраджує самому собі, якщо змінюються основні теми його філософствування, основні мотиви його мислення, основоположна установка цінностей. В основі філософського пізнання лежить конкретний досвід, воно не може визначатися абстрактним зчепленням понять, дискурсивною думкою, яка є лише інструмент. Звертаючись до самопізнання, яке є одним з головних джерел філософського пізнання, М. Бердяєв відкриває в собі початкове, вихідне: опір світовій даності, неприйняття будь-якої об'єктності, як рабства людини, протилежність свободи духу необхідності світу, насильству і конформізму.

В результаті довгого духовного і розумового шляху філософ з особливою гостротою усвідомив, що всяка людська особистість несе в собі образ вищого буття, не може бути засобом ні для чого, в собі має екзистенційний центр і має право не тільки на життя, що заперечується сучасною цивілізацією у війнах та інших соціальних катаклізмах, а й на володіння універсальним змістом життя, тобто правом на духовну свободу. Ця євангельська істина недостатньо розкрита, на думку М. Бердяєва. Якісно різні люди не тільки в глибинному сенсі рівні перед Богом, але рівні перед суспільством, якому не належить право розрізняти їх на підставі привілеїв, тобто на підставі відмінності соціального становища.

В людському бутті велике місце займають психічні реакції, тому що людина часто не в силах привести до гармонії і всеєдності укорінені в ній начала, які можуть здаватися протилежними і взаємовиключаючими. Для М. Бердяєва це завжди було зіткнення любові і свободи, незалежності та творчого покликання особистості з соціальним процесом, який людину пригнічує і розглядає як засіб. Конфлікт свободи і любові, як і свободи та покликання, свободи і долі, один з найглибших в людському житті, на його думку.

Дослідник ставиться до людини як до таємниці буття. Людина є загадка не як тварина і не як істота соціальна, не як частина природи і суспільства, а як особистість. Коли людина страждає, вона хоче знати, хто вона, звідки вона прийшла і куди вона йде. Людина може пізнавати себе зверху і знизу, зі свого світла, з божественного в собі початку і пізнавати зі своєї п'ятми, зі стихійно-підсвідомого і демонічного в собі початку. І вона може це робити тому, вважає М. Бердяєв, що вона — двоїста і суперечлива істота, істота надзвичайно поляризована, богоподібна і звіроподібна, висока і низька, вільна і рабська, здатна до підйому і падіння, до великої любові і жертви і до великої жорстокості та безмежного егоїзму.

Попередниками М. Бердяєва у цих уявленнях стосовно людини були Ф. Достоевський, С. К'еркегор, Ф. Ніцше. Вони з особливою гостротою

побачили в людині трагічний початок і суперечливість її природи. Свідомість в людині говорить про її вищу природу і вище поклонання. Якби людина не була особистістю, навіть невиявленою або задавленою, ураженою хворобою та існуючою лише в потенції або можливості, то вона була б подібна іншим речам світу. Але особистість у людині свідчить про те, що світ не самодостатній, що він може бути переборений і перевершений. Особистість ні на що інше в світі не походить, ні з чим не може бути порівнювана і прирівнена. Коли особистість вступає в світ, єдина і неповторна особистість, то світовий процес переривається і примушений змінити свій хід, хоча зовні це не було помітно. Особистість не вміщається в безперервний, суцільний процес світового життя, вона не може бути моментом або елементом еволюції світу. Існування особистості передбачає переривчастість, не може бути зрозумілим ніякою безперервністю.

М. Бердяєв вважає, що особистість не є природа, вона не належить до об'єктивної, природної ієрархії, як підпорядкована їй частина. Людина є особистість не за природою, а за духом. За природою вона лише індивідум. Особистість є мікрокосм, цілий універсум. Тільки особистість і може вміщати універсальний зміст, бути потенційним всесвітом в індивідуальній формі. Особистість не є частина і не може бути частиною по відношенню до будь-якого цілого. Це є суттєвий принцип особистості, її таємниця. Оскільки емпірична людина входить як частина в якийсь соціальне або природне ціле, вона це робить не як особистість, і особистість її залишається поза цим підпорядкуванням частини цілому. Для особистості розкривається нескінченність, вона входить у нескінченність і впускає в себе нескінченність, у своєму саморозкритті вона спрямована до нескінченного змісту. І разом з тим особистість припускає форму і межу, вона не змішується з навколишнім світом і не розчиняється в ньому. Особистість є універсум в індивідуально неповторній формі. Вона є з'єднання універсально-нескінченного й індивідуально-особливого. У цьому удавана суперечливість існування особистості. Особисте в людині є саме те, що в ній не спільне з іншими, але в цьому не спільному укладена потенція універсального. Але особистість не є частиною універсуму. Такий парадокс персоналізму.

На думку М. Бердяєва, особистість не можна мислити як субстанцію, це було б натуралістичне мислення про особистість. Особистість не може пізнаватися як об'єкт, як один з об'єктів у ряді інших об'єктів світу, як частина світу. Так хочуть пізнавати людину антропологічні науки, такі, як біологія, психологія, соціологія. Ними пізнається людина частково, але не таємниця людини як особистості, як екзистенційного центру світу. Особистість пізнається лише як суб'єкт, в нескінченній суб'єктивності, в якій прихована таємниця існування.

Дослідник вважав, що особистість не є готова даність, вона є завдання, людини. Досконала єдність, цілісність особистості є ідеал людини. Особистість самостворюється. Особистість повинна себе творити, збагачувати, наповнювати універсальним змістом, досягати єдності в цілісності протягом

усього свого життя. Зростання особистості, реалізація особистості означає творчі акти особистості як цілого. Особистість себе творить і здійснює свою долю, знаходячи джерело сил у бутті, що її перевищує.

Розуміючи особистість як екзистенційний центр, як відкритий для буття творчий акт, М. Бердяєв стверджував, що таємниця її існування в її абсолютній незамінності, у її однократності і одиничності, у її непорівнюваності. В людині є багато родового, належного людському роду, багато історичного, традиційного, соціального, класового, сімейного, багато спадкоємного і наслідувального, багато «спільного». Але це саме і є не «особисте» в особистості. «Особисте» оригінальне, пов'язане з першоджерелом, справжнє. Особистість повинна здійснювати самобутні, оригінальні, творчі акти, і це тільки і робить її особистістю, складає її єдину цінність. Все родове і спадкове є лише матеріал для творчої активності особистості. Особистість є активність, торжество свободи над рабством світу.

М. Бердяєв розуміє особистість не як біологічну або психологічну категорію, а як категорію етичну і духовну. Вона не може бути ототожнювана з душею. Особистість має стихійно-несвідому основу. Людина в підсвідомому занурена в бурхливий океан першожиття і раціоналізована лише частково. Необхідно розрізнати в людині глибинне і поверхнєве «я». Занадто часто людина звернена до інших людей, до суспільства і цивілізації своїм поверхнєвим «я», яке здатне до повідомлень, але не здатне до спілкування. Поверхнєве «я» людини, дуже соціалізоване, раціоналізоване, цивілізоване, не є особистістю у людини, воно може бути навіть спотворенням образу людини, закриттям його особистості. Особистість людини може бути розчавлена, людина може мати багато лиць, і її образ може бути невловимий. Людина часто відіграє роль в житті і може грати не свою роль. Існування особистості передбачає свободу. Тільки особистість має гідність. Людська гідність є звільнення від рабства.

Філософ указує, що особистість як екзистенційний центр передбачає чутливість до страждань і радощів. Ніщо в об'єктному світі: ні нація, ні держава, ні суспільство, ні соціальний інститут, ні церква, — цією чутливістю не володіють. Про страждання народу говорять в алегоричному сенсі. Ніякі спільності в об'єктному світі не можуть бути визнані особистістю. Особистість не тільки здатна відчувати біль, але в даному разі особистість є біль. Боротьба за особистість, утвердження особистості болючі. Самоздійснення особистості передбачає опір, вимагає боротьби проти поневолюючої влади існуючого світу, незгоди на конформізм зі світом. Відмова від особистості, згода на розчинення в навколишньому світі може зменшити біль, і людина легко йде на це. Згода на рабство зменшує біль, незгода збільшує біль. Біль у людському світі є породження особистості, її боротьби за свій образ. Свобода породжує страждання. Можна зменшити страждання, відмовившись від свободи. Гідність людини припускає згоду на біль, здатність пережити біль. Здатність відчувати біль притаманна кожній живій істоті, але не колективним реальностям і не ідеальним цінностям. Людина, людська особистість є верховна цінність,

а не спільності, не колективні реальності, що належать світу об'єктному, як суспільство, нація, держава, цивілізація, церква. Цінністю є особистість – така персоналістична настанова.

У християнстві, вважає М. Бердяєв, завжди було двоїсте ставлення до людини. З одного боку, християнство начебто принижує людину, визнає її істотою гріховною і падшою, покликаною до смирення і послуху. Але, з іншого боку, християнство надзвичайно підносить людину, визнає її образом і подобою Божою, визнає в ній духовне начало, що підносить її над природним і соціальним світом, визнає в ній духовну свободу.

Дослідник показує, що людина є істота, яка себе долає в трансцендуванні. Людина хоче вийти із замкненої суб'єктивності, і це відбувається завжди у двох різних, навіть протилежних напрямках. Один вихід із суб'єктивності відбувається шляхом об'єктивації. Це шлях виходу в суспільство з його загальнообов'язковими формами, це шлях загальнообов'язкової науки. На цьому шляху відбувається відчуження людської природи, викидання її в об'єктивний світ, особистість не знаходить себе. Інший шлях є вихід із замкненої суб'єктивності через трансцендування. Трансцендування є перехід до транссуб'єктивного, а не до об'єктивного. Цей шлях лежить в глибині існування, на цьому шляху відбуваються екзистенційні зустрічі з Богом, з іншою людиною, з внутрішнім існуванням світу, це шлях не об'єктивних повідомлень, а екзистенціальних спілкувань. Особистість цілком реалізує себе тільки на цьому шляху. Це надзвичайно важливо зрозуміти, вважає М. Бердяєв, для розуміння відносин між особистістю і надособистісними цінностями. Ставлення особистості до надособистісних цінностей може здійснюватися або в царстві об'єктивації — і тоді легко породжується рабство людини, — або в царстві екзистенціального, в трансцендування — і тоді породжується життя в свободі. Об'єктивація ніколи не є трансцендуванням. В об'єктивації людина перебуває у владі детермінації, в царстві безособовості, в трансцендуванні людина перебуває в царстві свободи, і зустріч людини з тим, що її перевершує, носить особистий характер, надособистісне не пригнічує особистості. Трансцендування є активний, динамічний процес, в якому людина переживає катастрофи, переноситься через безодні, відчуває перервність у своєму існуванні, але не екстеріорізується, а інтеріорізується. Трансцендування в екзистенціальному сенсі є свобода і передбачає свободу, є звільнення людини від полону у самого себе. Особистість є перемога духу над природою, свободи над необхідністю.

Персоналістичну філософію М. Бердяєва можна розглядати як методологічний підхід у психотерапії, тому що його учіння про людину, її страждання в світі, що вже існує, її духовні пошуки цілісності, подолання нею в творчому акті трансцендування своєї замкненості закладає основи психотерапевтичної практики в сьогоденні. Поклик до свободи, до здобуття людиною людської гідності є константою і однією з фундаментальних рис сучасної психотерапії, що переживає своє становлення та пошуки онтологічних основ. І екзистенційний підступ до свободи нам дозволяють зробити філософські інтуїції Бердяєва.

Інший аспект – феноменологічний — теми свободи, який привернув нашу увагу, розкрив у своєму філософському дослідженні В'ячеслав Вольнов [73], спираючись на ідеї Мартіна Хайдеггера. Він підходить до феномену свободи, по-перше, як способу буття сущого (в одному ряду з бажанням, ходінням і таке інше) і, по-друге, як до складного феномену, що проявляє себе різноманітно і про це свідчить надзвичайна широта використання слова «свобода».

У своєму аналізі, розглядаючи свободу крізь призму можливості, В. Вольнов починає з найпростішого розуміння свободи: свобода — відсутність перешкод, тобто з негативного розуміння. Відсутність у людини перешкод означає, що людина має можливість, означає, що людина має можливість бути так, як забажає. Отже, негативне розуміння схоплює у свободі можливість, але воно деформує схоплене і виражає його як відсутність перешкод. Разом з тим можливість багатоліка, наприклад, говорять про абстрактну можливість і реальну, про фізичну і правову. Але автор вважає, що для свободи всі ці тонкощі не мають значення. Можливість як момент свободи безмірна. Вона знає лише одне могутнє «можу», в якому всі інші «можу» (маю здатність, маю право, маю спроможність, маю можливість) тонуть і розчиняються без залишку. Людина вільна, якщо вона може. «Можу» в цьому сенсі означає, що лише воля людини відділяє її від буття, в якому вона може бути. Так, якщо здорова людина може встати зі стільця, то паралізована не може; якщо заможна може поїхати за тридев'ять земель, то жебрак не може. Автор запропонував нове слово – «можіння». Цей іменник утворено від дієслова «могти» і переслідує дві мети: витлумачити можливість як спосіб буття (аналогічно читанню, переживанню) та схопити найсильніший зі смислів слова «можливість». Тоді всі інші смисли цього слова розташовуються між «можінням» і так званою «логічною можливістю» (можливо все, поняття чого несуперечливе).

Інше тлумачення свободи – позитивне її розуміння – досить неоднозначне. Існують різні визначення позитивної свободи: бути господарем самого себе, панувати над самим собою, підпорядковувати своїй і тільки своїй волі, підпорядкувати розуму й тільки розуму, не залежати від пристрастей і т.п. Спільним є те, що все перелічене — це способи буття людини. Позитивне розуміння ближче до феномену свободи, але і крізь нього цей феномен проглядає в спотвореному вигляді, тому що у всіх дефініціях людина роздвоюється і стає: то господарем самої себе, то підлеглою самої себе, то незалежною від самої себе. Тоді кого з двох слід вважати вільною? Отже, у позитивному розумінні свобода виявляється не способом буття людини, а способом буття лише однієї з двох.

Аналізуючи сенс метафізики «двох я», в яку впадає позитивне розуміння, В. Вольнов вважає, що воно (позитивне розуміння) пов'язане з бажанням і що воно відрізняє одні бажання від інших, відокремлює бажання, які сприятливі для свободи від бажань, які їй загрожують. Але, переймаючись відділенням одних бажань від інших, позитивне розуміння змушене сформулювати критерій: як відрізнити сприятливі бажання від несприятливих? Не у всіх визначеннях позитивної свободи цей критерій виражений явно. Але навіть там, де він

не виражений явно, він все одно мається на увазі і зводиться по суті до одного: в позитивній формі — до розуму, в негативній — до пристрастей або почуттів. Сприятливі бажання — це розумні бажання, несприятливі — чуттєві, або мотивовані пристрастями. У цьому поділі бажань і полягає сенс метафізики «двох я», яка супроводжує позитивне розуміння. Роздвоюючи людину, позитивне розуміння явно або неявно ототожнює одну з двох з розумом, іншу — з почуттями і пристрастями, і потім різними способами стверджує, що свобода — слідування тим бажанням, що розумні. Тому єдине визначення позитивної свободи таке: свобода — слідування розумним бажанням.

Третє розуміння свободи як буття-самим-собою автор називає синтетичним, оскільки воно намагається поєднати негативне визначення з позитивним. Від негативного воно бере можливість, від позитивного — необхідність розрізнення бажань. Виходить що свобода — відсутність перешкод і слідування бажанням, що відповідають певному критерію. Синтетичне розуміння пропонує два критерії, що розрізняють бажання: самореалізацію та самоідентифікацію.

Самореалізація як критерій означає, що тільки бажання реалізувати себе є по суті те єдине бажання, слідуючи якому, людина вільна (за умови відсутності перешкод, зрозуміло). Всі інші бажання оцінюються в залежності від того, сприяють вони самореалізації або не сприяють, допомагають реалізувати себе або заважають. Самореалізація як критерій безумовно краще розумності. Якщо розумність підміняє феномен свободи феноменом мудрості, то самореалізація нічого подібного не робить. Вона дуже непогано відповідає на питання «для чого людині потрібна свобода?» (для того, щоб реалізувати себе), але і крізь неї феномен свободи проглядає у спотвореному вигляді. Самореалізація як критерій передбачає, що в людині є щось усталене — назвемо це щось «самість», і це щось може і повинно бути реалізовано. Як критерій свободи самореалізація означає, що є тільки одне буття, яке відповідає самоті людини. Автор називає його «саме-своїм». Людина вільна лише тоді, коли слідує бажанням цього буття, тобто реалізує свою самість.

Самоідентифікація не передбачає в людині щось, що може і повинно бути «ідентифіковано». Вона не має на увазі, що існує тільки одне буття, яке тотожне людині. Самоідентифікація означає, що те буття є саме-своїм буттям людини, з яким вона сама себе ототожнила. Не одне, а будь-яке буття людини може стати саме-своїм-буттям. Людина сама ототожнює себе з буттям, і те буття, з яким їй вдалося себе ототожнити, стає її саме-своїм-буттям.

Отже, як критерій свободи самоідентифікація відрізняється від самореалізації принципово. І там і там свобода — слідування бажанням саме-свого буття, але саме це буття розуміється по-різному. Самореалізація розуміє його як напереддане, як відповідне наперед заданої самоті, самоідентифікація — як напередкинута, як буття, яке людина сама кидає перед собою. Те буття, з яким людина сама себе ототожнила, вона кидає перед собою як саме-своє і слідує бажанням цього буття — вільна. Самоідентифікація як критерій найближча до свободи. Однак і вона свободи не досягає. Бо як зрозуміти

самоотожнення людини з буттям? Як може суще — людина — стати тотожним буттю?

Аналізуючи далі, В. Вольнов відмічає те, що синтетичне розуміння схоплює в самореалізації і самоідентифікації і виражає як саме своє буття, є буття-самим-собою. Буття самим собою — це буття, сенс якого в ньому самому. Це буття, яке для людини має сенс, і цей сенс — в ньому самому. Отже, буття-самим-собою і справді деяким чином відповідає або навіть тотожне людині, але лише таким чином, що воно для людини в-собі-самоу-осмислено. І лише в цьому сенсі його можна назвати саме-своїм буттям людини. За будь-яким «хобі» ховається буття-самим-собою, тобто заняття, якому людина віддається заради нього самого, або сенс якого в ньому самому.

Таким чином, в свободу входить не просто бажання, а бажання-буття-самим-собою. Буття-самим-собою — ось що схоплює у свободі синтетичне розуміння і що відповідає на питання, для чого людині потрібна свобода. Вона потрібна йому для того, щоб бути самим собою. Точніше — вона потрібна йому для того, щоб слідувати бажанням і стати самим собою. Отже, ми маємо три моменти свободи – «можіння», бажання, буття-самим-собою, і значить залишилося поєднати ці моменти в єдине ціле. Людина вільна, коли хоче і може слідувати бажанню бути самою собою. Якщо ж вона бажає, але не може слідувати бажанню бути самою собою, вона – не вільна. При цьому неважливо, з якої причини не може: чи то бажане заборонено законом або боргом, чи то в неї не вистачає коштів чи здібностей.

Свобода у феноменологічному розумінні має два модуси. Перший — свобода в модусі бажання: людина бажає, може, але ще не слідує бажанню бути самою собою. Другий — свобода в модусі воління: людина бажає і вже слідує бажанню бути самою собою, тобто волисть буття-самою-собою. Воління тим відрізняється від бажання, що в бажанні людина бажає, але не кидає себе до бажаного. У бажанні бажане далеко і не стає ближче. І лише коли людина кидає себе до бажаного, тобто волисть бажане, воно наближається.

Модус воління є не тільки у свободі, а й у несвободі. Нехай людина волисть буття-самим-собою. У волінні людина слідує бажанню, наближає бажане і нарешті виявляється «біля порогу»: ще «крок» — і вона у бажаному. Але чи завжди людина може увійти в бажане? Буває так, що саме тут і виявляє себе неможіння: досягнувши бажаного, людина не може в нього увійти, не може стати самою собою. Отже, несвобода в модусі воління — це коли людина бажає, слідує бажанням, але не може стати самою собою.

Філософське дослідження феноменологічного аспекту свободи В. Вольнов доповнив психотерапевтичним коментарем, звернувшись до творчої спадщини Медарда Боса, учня і вірного послідовника Мартіна Хайдеггера, у якій простежує втілення учнем основних ідей учителя у глибокому і нестандартному розумінні і опис типової психіатричної патології. Медард Бос, використовуючи екзистенціал свободи, не тільки показав скрутність, звуженість, обмеженість існування хворих пацієнтів, а й відкрив нову психотерапевтичну можливість у їх лікуванні — у бік вивільнення їх людських можливостей.

У вітчизняній психотерапевтичній практиці стверджувалась своя традиція розуміння свободи і її значення. На думку Р. Кочюнаса [135], який розробляв ще в радянські часи екзистенційну проблематику, можна назвати три глобальні теми, дотик до яких може вичерпати практично все розмаїття людських проблем і труднощів, з якими люди звертаються до психотерапевтів. Це — свобода, любов і смерть у нашому житті. У цих найглибших переживаннях, які пов'язані з цими темами, криється як величезний життєвий потенціал, так і невичерпне джерело тривоги і напруги.

Р. Кочюнас пише, що в психотерапії тема свободи може звучати як мінімум у двох основних аспектах. По-перше, як складова практично всіх психологічних труднощів, з якими приходять клієнти, тому що якість їх відносин з іншими людьми, бачення ними свого місця і можливостей у життєвому просторі залежать від конкретного (аж ніяк не філософського), індивідуального розуміння свободи. Суб'єктивне розуміння свободи особливо проявляється в тих життєвих ситуаціях, де вони стикаються з необхідністю вибирати. З виборів виткана тканина життя — вибору дій в елементарних ситуаціях, вибору слів, щоб відповісти іншому, вибору інших людей і характеру відносин з ними, вибору короткострокових і довгострокових життєвих цілей, нарешті, вибору цінностей, які є духовними орієнтирами у житті. Р. Кочюнас, слідом за Ж.-П. Сартром, який вважав, що ми приречені на вибір, стверджує, що свобода і означає постійний вибір між альтернативами, і, що ще важливіше, створення нових альтернатив. Це виключно важливо в психотерапевтичному сенсі. Те, наскільки людина відчуває себе вільною або обмеженою у повсякденних ситуаціях — від цього залежить якість її життя.

Клієнти в психотерапію приносять не лише власне розуміння свободи у житті з усіма наслідками, що витікають з цього розуміння. Їх розуміння свободи безпосередньо відбивається в процесі психотерапії, воно забарвлює стосунки між психотерапевтом і клієнтом. Тому можна говорити, вважає Р. Кочюнас, про свободу клієнта в психотерапевтичному контакті. Характер побудови цього контакту з боку клієнта служить зменшеною моделлю його труднощів. Разом з тим у психотерапії свобода клієнта стикається зі свободою психотерапевта, який володіє своїм розумінням свободи і того, як нею розпоряджатися в психотерапевтичних зустрічах. У психотерапевтичних стосунках психотерапевт представляє життєву реальність, зовнішній світ, і в цьому сенсі служить для клієнта своєрідним резервуаром свободи, що надає певні можливості і накладає певні обмеження в контакті. Таким чином, тема свободи також є важливою складовою процесу становлення та розвитку психотерапевтичних стосунків.

Однією з головних цілей екзистенційної психотерапії, на думку Р. Кочюнаса, можна вважати допомогу клієнту в розумінні, до яких меж простягається його свобода змінювати щось у своїй життєвій ситуації, які його труднощі не можна розв'язати в даний час, в чому він сам обмежує себе, інтерпретуючи свою ситуацію як нерозв'язну і ставлячи себе в положення жертви. Свободу в контексті психотерапії автор пропонує уявити як поєднан-

ня можливостей і обмежень у конкретній життєвій ситуації для конкретної людини в даний час. Про свободу можна говорити настільки, наскільки визнається або усвідомлюється те, що неможливо, що необхідно і що можливо. Це розуміння допомагає розширити бачення людиною свого життя шляхом аналізу можливостей і обмежень — як зовнішніх, так і внутрішніх — в конкретній життєвій ситуації.

3.1.3. Свобода як чинник становлення сучасної вітчизняної психотерапевтичної парадигми

Нами було проведено емпіричне дослідження з метою з'ясувати, якою мірою персоналістичне розуміння особистості і свободи присутнє як тенденція у вітчизняній психотерапевтичній теорії та практиці, і чи є свобода екзистенційною засадою і соціокультурним чинником становлення сучасної вітчизняної психотерапевтичної парадигми (останнє було нашим головним припущенням).

В якості методичних прийомів були використані наступні: анкета для психологів-психотерапевтів, що практикують в межах психодинамічного підходу, з метою виявлення їх основних цінностей, що можуть вибудовувати психотерапевтичну теорію і практику. Крім цього використовувався опис випадків, тобто аналітична робота з психотерапевтичної казуїстикою з метою виявлення смислових векторів, що конституюють психотерапевтичну практику, що описується.

В анкеті були запропоновані наступні питання:

1. Який стаж вашої професійної психотерапевтичної діяльності?
2. З яким підходом у психотерапії ви себе асоціюєте?
3. Які, на ваш погляд, найважливіші засади людського життя: любов, свобода, гра, творчість, віра, ініціатива, конкуренція, компетентність, дружба, щастя, агресія, рівність, співробітництво, осмисленість, смерть, самотність, сила, відкритість, щось ще?
4. Які завдання психотерапії ви вважаєте найважливішими?
5. Підберіть, будь ласка, найбільш придатну метафору для психотерапевтичної взаємодії: «Психотерапія — це ...».

Як видно з анкети, перше питання є простим, інформаційним, в перспективі здатним дати уявлення про зв'язок усвідомленої ціннісної професійної дії з досвідом роботи.

Друге питання поставлено для того, щоб професіонал усвідомив свою професійну ідентичність. Співвіднесення другого питання з усіма іншими може дати інформацію про те, наскільки осмисленою і несуперечливою є ціннісна професійна організація.

Третє питання, в якому представлений перелік основних цінностей, базувалося частково на тезаурусних дослідженнях текстів етичного персоналізму, який автор цього дослідження А. Ф. Бондаренко [34] вважає руською традицією в психотерапії. Частково до цього списку було внесено екзистенційні

даності людського життя, як вони представлені в екзистенційній філософії та психотерапії. Частково цей список базувався на контент-аналізі текстових зразків з психотерапевтичної практики. Крім цього, кожен опитуваний мав змогу доповнити список переліком тих цінностей, які вважав для себе важливими.

Четверте і п'яте питання були відкритими і давали можливість індивідуальної версії для опитуваних. А для дослідження вони давали можливість співвіднести усвідомлене уявлення опитуваних про себе в аксіологічному аспекті з реальним станом справ у їх психотерапевтичній практиці, який виявляється у проєктивних питаннях.

Аналіз емпіричного матеріалу здійснювався у кількох напрямках. Насамперед визначався рейтинг основних цінностей на основі двох показників: 1) кількості виборів і 2) рангового місця. Дані представлені в діаграмі (рис. 3.1):

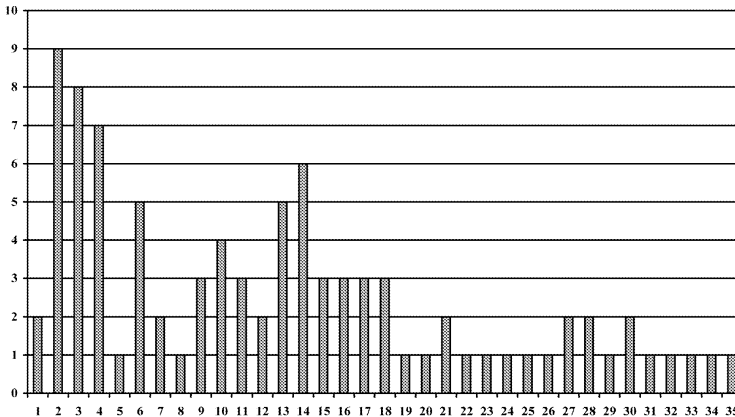


Рис. 3.1 Діаграма рейтинга основних цінностей

ПЕРЕЛІК ОСНОВНИХ ЦІННОСТЕЙ (до діаграми на рис. 3.1):

1. гумор; 2. свобода; 3. творчість; 4. любов; 5. гра; 6. віра; 7. ініціатива; 8. конкуренція; 9. компетентність; 10. дружба; 11. щастя; 12. агресія; 13. співробітництво; 14. осмисленість; 15. смерть; 16. самотність; 17. сила; 18. відкритість; 19. чесність; 20. прагнення до росту; 21. присутність; 22. емпатія; 23. вірність; 24. відданість; 25. унікальність; 26. свобода вибору; 27. гідність; 28. доброта; 29. милосердя; 30. повага; 31. здоров'я; 32. сім'я; 33. воля; 34. активність; 35. самореалізація.

Максимум виборів отримала основоположна цінність — свобода — 9 виборів. За нею за кількістю виборів йдуть такі цінності: творчість — 8 виборів, любов — 7 виборів, осмисленість — 6 виборів, віра і співробітництво — по 5 виборів, дружба — 4 вибора.

Ми згрупували всі обрані цінності за їх смисловим наповненням. Виявилось, що можна виділити два системоутворюючих вектора, навколо

яких розташовуються всі інші. Перший вектор задається фактором свободи, другий — фактором любові. Таким чином, ми отримали підставу стверджувати, що двома основними цінностями і онтологічними засадами наших респондентів є свобода і любов. Перший фактор — фактор свободи — це унікальна духовна можливість самовизначення, творчої активності і осмисленості, що переживається людиною як власна гідність і життєва компетентність. Другий фактор — фактор любові — це можливість жити у гармонії з іншою людиною, виявляючи по відношенню до неї милосердя, доброту, повагу, це можливість дружити і співпрацювати з іншим, здійснюючи свою відданість і вірність. Цінності, об'єднані фактором свободи, отримали 60 виборів; цінності, об'єднані фактором любові, отримали 31 вибір.

Таким чином, підтвердилося наше припущення про те, що саме свобода є важливим соціокультурним чинником і екзистенційною засадою, що конституює сучасну психотерапевтичну парадигму.

Відповіді наших респондентів на друге запитання показують, що більшість психотерапевтів (75%) асоціюють себе з екзистенційним, феноменологічним, психоаналітичним, системно-структурним, або в цілому, з психодинамічним підходом. Це може свідчити про те, що опитувані нами психотерапевти розуміють: не дивлячись на різноманітність конвенцій та методів, що існують у даний час в психотерапевтичному просторі, схопити феномен людини, яка виникає, відбувається і зникає, знаходиться в русі, в можливості бути собою, — це можливо лише за використання дуже складної концептуальної оптики психодинамічного підходу і дискурсів його складових.

З відповідей респондентів стає зрозумілим також, що всі ці підходи випробовуються психотерапевтами на кожній сесії в їх практичній діяльності, а також у їхній власній розвиваючій психотерапії та супервізії. І кожного разу, піддаючи їх сумніву в своїй предметній діяльності, осмислюючи професійну ситуацію в екзистенційно-онтологічній перспективі, вони здійснюють самовизначення. Саме таке самовизначення і є трансцендуванням до духовної свободи. Саме самовизначення, тобто необхідність осмислюючої духовної активності, розуміючого ситуацію професійного мистецтва, і є тенденцією сучасної психотерапії, і є тим, що конструює її духовну свободу.

Допускаючи, що деякі респонденти у відповідях на друге і третє питання анкети можуть дати певну фантазійну, бажану версію себе, ми запропонували два проєктивних питання, вважаючи, що реальність їх професійної та ціннісної ідентифікації проступить у відповідях на ці питання. Для аналізу відповідей на ці питання ми зробили контент-аналіз, тобто кількісний аналіз текстів відповідей респондентів з метою подальшої змістовної інтерпретації інваріантного змісту, а саме з метою виявлення того, чи присутні в цих текстах змістовні кореляти основних цінностей. Смысловими категоріями аналізу відповідей на 4 та 5 питання виступили категорії свободи і любові, тобто ті цінності, які отримали максимальну кількість виборів у відповідях на 3-є питання анкети. Смысловими підкатегоріями виступали ті символи — слова чи образи — які перебували в спільному

з досліджуваною категорією семантичному полі, тобто пов'язані за змістом з досліджуваною категорією.

Ми підраховували частоту згадки у відповідях на 4-е і 5-е питання двох виділених смислових категорій. Як показує контент-аналіз, відповіді респондентів на 4-е і 5-е питання містять ще більше висловлювань — слів і образів — які за змістом пов'язані з категорією «свобода», а саме 84 висловлювання в досить коротких текстах, що складає 75% від усіх висловлювань, які мають відношення до повідомлень професіоналів про їх уявлення про сучасну психотерапію, її завдання і процеси взаємодії терапевта з клієнтом.

Крім цього, дослідження показало, як опитувані психотерапевти бачать свій супровід клієнта. З представлених висловлювань з приводу психотерапевтичного процесу 25% мають відношення до категорії «любові»: не нашкодити, допомогти, підтримати, спрямувати, прийняти (безоціночно), емпатично віддзеркалити, підготувати умови для здійснення можливостей, вибудувати альянс, супроводжувати екологічно, адаптувати до середовища. Всі перераховані дії створюють для клієнтів (дуже різних за своїми особливостями) можливість бути собою, в тій чи іншій формі здійснювати процес осмислення і саморозуміння, і процес самовизначення. Тобто реалізувати (в тій чи іншій мірі) основоположну людську можливість — бути вільним.

Таким чином, отриманий за допомогою анкети емпіричний матеріал підтверджує наше припущення про те, що свобода як цінність, як важливий соціокультурний чинник, є такою, яка конститує сучасний процес психотерапевтичної практики та психотерапевтичної теорії. Отриманий емпіричний матеріал дає можливість окреслити семантичне поле самого поняття «свобода» і побачити його специфікацію в професійному психотерапевтичному просторі.

Крім того, дане дослідження дає додаткову можливість стверджувати, що насправді не одна, а дві онтологічні засади і два важливих соціокультурних фактора беруть участь у становленні сучасної психотерапевтичної парадигми. Ми маємо на увазі свободу і любов. Духовна свобода є одним вектором, який чітко помітний в соціумі, в культурі і в психотерапевтичному просторі і який дає можливість людині ставати собою, не втрачаючи себе в інших або пристосовуючись до світу. Любов є вектором життя, який задає можливість людині жити з іншими людьми в спільності. Любов — це символічний посередник між людьми. У реальній комунікації як у мистецтві психотерапевтичної взаємодії обидва ці вектори створюють смислове напруження і висвітлюють трансдискурсивні, онтологічно значущі аспекти сучасного психотерапевтичного мислення та самого сучасного існування.

Маючи справу в психотерапії з людиною, яка відбувається і зникає, яка може трансцендувати до свободи, або ж закрити для себе можливість такої, необхідно зробити наступний крок: визначити метод дослідження і практичної психотерапевтичної діяльності, відповідний самому предмету.

Таким методом для нас виступає метод кататимно-імагінативної психотерапії (символдрами). Необхідно зазначити, що метод символдрами, який був запропонований професійній спільноті в середині ХХ століття німецьким

психотерапевтом Ханскарлом Лейнером [148; 149], виявився дуже перспективним для роботи з клієнтами, які мають труднощі в особистісному розвитку: проблеми саморозуміння, самовизначення, самореалізації, проблеми здійснення свого творчого потенціалу і можливості своєї свободи, а часом і проблеми виживання. Цей метод виявився релевантним для допомоги людям, чий психічний розвиток є дуже різним, тобто людям з різною онтологічною структурою. Сам автор розробив ряд методичних засобів і прийомів для того, щоб здійснювати психотерапевтичний супровід клієнтів як зі структурними дефіцитами (методичні прийоми основного ступеня), так і з структурними конфліктами (методичні прийоми середнього ступеня), хоча особливу увагу приділяв розробці творчої складової символдрами для того, щоб дати можливість клієнтам здійснювати власну волю як власне буття. Теоретичні прозріння Х. Лейнера і його методичні знахідки геніальним чином охоплюють саму суть психотерапії і служать підставою для подальших розробок. Феномен символдрами як метода показав продуктивну можливість розрізнення та поєднання на практичному рівні різних дискурсів: психоаналітичного, екзистенційного, феноменологічного та структурного.

Символдрама отримала свій подальший розвиток у нашій спільній з колегами (І. Є. Вінов, Л. О. Гребінь, З. Г. Кісарчук, Я. Л. Обухов та інші) теоретичній і практичній діяльності, доповнилася таким розумінням і прийомами, які організують психотерапевтичну взаємодію як особистісно орієнтовану і екзистенційно значиму [67; 68; 86; 121; 122; 321]. Саме це необхідно для психологічного перетворення людини, її особистісного розвитку.

Перш ніж викласти іншу частину емпіричного матеріалу, вкажемо на ті концептуальні положення, які є підставою для його опису. Як ми вже зазначали, для нас предметом психотерапії є людина, яка осмислюється екзистенційно-онтологічно. Вона конституїрована іманентними потребами і, одночасно, створює свій ціннісний світ, тобто є формою екзистенційної заклопотаності (виживання в самому широкому сенсі слова) і турботи про власне буття.

Людина формується і розвивається у відносинах зі значимими людьми, і її власна людська структура є втіленням діалогічної інтенції. Адекватна психічна конституція людини дає їй можливість здійснюватися як Я по відношенню до іншого і вибудовувати тим самим власне ставлення до існуючого буття і власний світ. Людина ніколи не співпадає з самою собою, перебуваючи в процесі становлення і зникнення, в зазорі між дійсним і можливим буттям. Використовуючи екзистенційний дискурс, можна сказати, що людина є буття, яке усвідомлює себе. Вона здійснює свою присутність у трьох регістрах: у безпосередньому тілесному переживанні свого буттєвого змісту, в образі (уявленні) і в мові. За допомогою мови людина пов'язана з іншою людиною.

Феноменологічним вектором психоаналітичного підходу в психотерапії є знову і знову здійснювана реконструкція особистої історії, постійне її уточнення. Можна стверджувати, що сучасне психотерапевтичне мислення відносить особисту історію клієнта до атрибутів психотерапії. Особиста історія розкриває витoki індивідуальності людини і виявляє базову психогенетичну

структуру: неспівпадаючі між собою конкретно-чуттєву присутність і структурно впорядковане відтворення власного образу. І тоді Я в психоаналізі і в психоаналітично орієнтованій психотерапії виступає як корелятивне ставлення концепту Я до психічної структури самості. Екзистенційний дискурс дозволяє окреслити те ж саме, сказавши, що Я здійснюється як саморозуміюча і визначаюча себе екзистенція.

Методологічно важливою для психотерапії є теза про те, що людина не однорідна і має різну онтологічну структуру на різних етапах і рівнях свого розвитку. Х. Лейнер здійснив змістовне та технологічне розрізнення матеріалу діяльності психотерапевта на три ступеня. Зараз ми розуміємо цю триступеневу схему як узгоджену з принципом сходження від нижчих до вищих форм власне людського буття. Вища ступінь встановлює онтологічний горизонт і, отже, концептуальну основу не тільки для символдрами, але для інших психотерапевтичних методів і можливої власної психотерапевтичної теорії. Образ, символічна функція і трирівнева структура психіки, конститутивним компонентом якої виступає діалогічна інтенція, в горизонті особистої онтології — це концептуальний каркас для подальшого дослідження не тільки символдраматичної конвенції, а й психотерапії в цілому. Вже на цій концептуальній підставі ми знаходимо феноменологію соприсутності особистості: узгодження індивідуальних (переважно конфліктогенних) форм самовизначення, потребнісно-мотиваційних форм самовияву і особистісно-орієнтованих форм самореалізації. І тоді засоби і цілі психотерапії визначаються в горизонті індивідуально конституйованого образу і особистісно здійснюваної символічної функції. В якості методичного завдання для нас виступає завдання технологічного охоплення всієї необхідної для становлення людини (в рамках психотерапії) повноти процесу символуотворення, процесу, витоком якого є кататимно-імагінативний образ, а межею — трансцендентне перетворення онтологічної структури, особисте вільне волевиявлення.

Свобода є топосом духу, екзистенціалом особистісного плану, і буття-досвободи є особистою відповідальністю людини. Свобода була і залишається для людей протягом їх людської історії найбільшою цінністю — за свободу жили і вмирали. І в історії життя кожної окремої людини свобода і особистісне здійснення себе є зухвалим духовним викликом.

У психотерапії, яка починає займати в даний час місце перетворюючої людську природу культурної практики (звичайно, з урахуванням індивідуального запиту), ми зустрічаємося і працюємо з різноманітними феноменами буттєвої заклопотаності — формами екзистенційної залежності. Наведемо кілька прикладів для того, щоб показати на них методично адекватну психотерапевтичну роботу в перспективі здійснення професійної рефлексії використаних засобів.

Приклад 1. Клієнтці А. близько 50 років. Вона займається однією з допомагаючих професій, і її професійна діяльність досить успішна. У неї є діти. Зараз вона знаходиться на стадії переживання офіційного розлучення з чоловіком, з яким прожила більше 20 років. На 79-у сесію, яку ми тут і опишемо,

вона прийшла у стані болю, з яким ми і почали працювати. Сфокусувавшись на цьому стані, клієнтка зрозуміла, що він пов'язаний з розставанням із чоловіком, причому деякі епізоди цього процесу нею переживалися особливо болісно. Вона згадала і представила зі сльозами на очах подробиці його поведінки в суді — його бравату у зв'язку з тим, що він любить іншу жінку. Його інтонації, в яких не залишилося й сліду людського співчуття і великодушності, глибоко поранили клієнтку, вона відчувала себе приниженою і відчувала стан нудоти. І дуже швидко переключилася на інший спогад, коли у відповідь на її повторне прохання про допомогу (вже після розставання) чоловік зневажливо і досадливо заявив, що не зобов'язаний про це пам'ятати. Напруга клієнтки наростала, вона відчула презирство до чоловіка і усвідомила, що від зіткнення з цими ситуаціями її тіло почало розгойдуватися — настільки це був неприємний процес. В умовах триваючого спільного з психотерапевтом дослідження душевного процесу, що став можливим завдяки довірчому ставленню клієнтки до терапевта, їй вдалося асоціативно пов'язати своє тілесне і емоційне переживання з рядом ситуацій її взаємодії зі свекрами, особливо свекром. Вона спочатку тілесно (у вигляді гримаси рефлекторної блювоти) показала, а потім, усвідомлюючи, назвала словами своє ставлення до нього («огидно, брудно, низько, як тварина, слимак, примітивне безглузде існування»).

У цьому фокусуванні конфліктозмістовного процесу, який супроводжується і, почасти, направляється психотерапевтом, спостерігається підвищення інтенсивності психічного переживання і зростання самоочевидності того, що відбувається; згущення і зміщення імагінативного процесу символуотворення призводить до створення символічного образу «тварина», «слимак». Цей продуктивний процес здійснювався креативним потенціалом клієнтки, що розгортався. Клієнтка знайшла можливість дистанціюватися, а вірніше, зв'язати свої важкі тілесні й емоційні переживання, які були невербальною напругою травматичних станів, і з подивом зустріла символічне вираження свого внутрішнього конфлікту. Здійснюючи символізацію, вона змогла вільніше поводитися з конфліктом, не вдаючись до психічних захистів. Самі імагінації кататимних образів здійснювалися як інтроєкт-екстерналізації, що характерно для сильно травмованих клієнтів з вираженими ауто- і агресивними імпульсами. Крім того, інтроєкт-екстерналізації захищають робочий альянс від можливого руйнування важкостерпним надсильним негативним переносом. Це є важливим методичним нюансом.

Завдяки символізації, клієнтка змогла доторкнутися до сильно потерпаючої, дефіцитарної самоті й усвідомити спосіб її присутності в світі, тобто доторкнутися до свого реального Я біля витоків буття. У розмові з психотерапевтом вона тілесно і мімічно показала, як переживає свою буттєву нестачу, увібравши голову в плечі, згорбившись, запобігливо і благажно дивлячись спідлоба. Вона змогла також знайти словесне позначення для виразу своїх очей, сказавши, що вони ніби «чіпляються за карниз». У подальшій бесіді це дозволило встановити зв'язок із здійсненою раніше імагінацією. У ній клієнтка представляла безсловесне ведмежатко коалу з

таким виразом очей і зі злістю переживала неможливість встановлення контакту з ним і безнадійність спроби його розуміння. Клієнтка згадала про гнівливі реакції чоловіка та інших персонажів, які не справлялися з тим же, тобто не розуміли вираз її очей і злобно реагували на неї.

Психотерапевтичний процес підготував ще одну можливість для клієнтки — можливість креативного пошуку свого ресурсу. В даному випадку це було усвідомлення та реактивація свого Я-ідеалу, іншими словами, усвідомлення та проживання протилежного приниженому і залежному від «поганого» об'єкта стану, такого способу присутності, як достоїнства і великодушності. Переживання великодушності і милосердя до людини, що потерпає в конкретній життєвій ситуації, яка згадалася клієнтці, дало можливість ініціювати турботу про себе.

Приклад 2. Клієнтка Б. 38 років, заміжня, має двох синів, знаходиться в декретній відпустці по догляду за молодшою дитиною, якій близько трьох років. Іноді підробляє як фрілансер. Справляє враження симпатичної, боязкої, емоційно тендітної жінки. Виглядає набагато молодше за свої роки. З широко розкритими очима, називає себе плаксою. Скаржиться на відчуття, що є гіршою за інших, і це їй заважає здійснювати свою професійну діяльність у повному обсязі.

Спочатку робота з нею проводилась як знайомство з її історією життя. Клієнтка розповідала про загалом щасливе дитинство, про безпечне життя маленького мікрорайону у великому місті, де вона разом з іншими дітьми почувалася легко і радісно. Сім'я кілька разів переїздила з одного району в інший, і коли в підлітковому віці клієнтка прийшла в нову школу, вона не змогла налагодити контакти з однолітками у класі. За її словами, діти були злі і знущалися над нею. Вона замкнулася, і з тих часів почалися її труднощі. Вона відчувала себе невпевнено, боялася проявлятися. У десятому класі вибрала собі професію психолога, але побоюлася вступати до ВНЗ, тим більше що й мама не підтримала, сказавши, що нічого в неї не вийде. Вступила до училища і отримала професію швачки. Нещодавно отримала вищу освіту і за новою професією працює епізодично, але хоче працювати в організації повний робочий день. Хоча не впевнена у цьому. Може для неї кращою буде індивідуальна трудова діяльність. Каже про свою емоційну нестриманість у відносинах з дітьми і чоловіком, може покрикувати на них, зриваючись.

На сесію, з якою ми хотіли б почати опис, вона прийшла в пригніченому настрої і скаржилася на сором'язливість, боязкість, невпевненість і на те, що в її професійному житті не відбувається того, що їй хотілося б. Вона усвідомлює, що це якось пов'язано з нею самою, але як — вона не розуміє.

Ми попросили її описати свій поточний стан, його тілесний та емоційний компоненти і спробувати пригадати якусь ситуацію з життя, в якій вона переживала подібне. Їй пригадалося, як вона удвох із подружкою поверталася додому зі школи років у 10. Їх наздогнали хлопчики-однокласники та стали загравати до подружки. Вони уважно дивилися на неї, не відриваючись, з інтересом, їхні очі іскрилися, вони намагалися торкатися її, шукаючи при-

хильності. Клієнтка відчула себе не цікавою, тою, що випала із спілкування, побачила себе позаду подружки, відчула образу, відчула себе зрадженою, з'явилося гірке усвідомлення, що та проміняла її на хлопчаків. Відчула сором за свої брудні манжети на формі, захотілося сховатися. Клієнтка почала плакати.

Ми заохочували продовження її вербального контакту з нами, не дивлячись на її інтенсивне переживання. Протягом декількох сесій вона згадувала і проживала в кататимних імагінаціях безліч ситуацій в житті: у відносинах з начальниками, з вихователями у садку, з учителями, батьками друзів, з викладачами в інституті. Вона схожим чином була присутня в цих сценах: тіло утискалося, плечі згорталися вперед, відчувалася здавленість у грудях, серце калатало, міг додатися страх, могли почати тремтіти руки. Ми підтримували розгортання символдраматичного процесу. Рух у ньому йшов за спіраллю: від інтенсивно афективної, побудованої на первинному процесі, імагінації до заснованого на вторинному процесі рефлексування в мовленні психічних подій і навпаки. Формувався в процесі згущування символічний образ і шукалося позначальне слово, що осмислює наявний спосіб буття у світі: маленька беззахисна дурненька дівчинка в блакитній сукні забилася в куток і не розуміє, що їй робити. Перед нею стоїть велика значна тітонька у коричневому піджаку, з холодним байдужим поглядом, вказує пальцем і повчає: «Так поводитися не можна». Дівчинка розгублена, не може нічого зрозуміти, відчуває відсутність будь-якої можливості. Клієнтка переживала стан сильної обмеженості й усвідомлювала, що він переслідує її в житті.

У цьому символічному образі в згушеному вигляді представлений травматичний досвід взаємодії з «поганим» об'єктом, оголена зона базисного дефекту. Завдяки контейнуючому супроводу психотерапевта і зростаючій диференційованості сприйняття відбувається подолання страху клієнткою, в довірчих стосунках опрацьовується буттєва нестача.

Остання імагінація підготувала додаткову можливість креативного пошуку рішення проблеми у формі нової пробної дії. В продовженні кататимної імагінації клієнтка відчула своє бажання звільнитися і почала розмовляти в реактивованому просторі. Вона запитала у тітоньки: «А чому?». Тітонька відчула подив і обурення, а клієнтка, виростаючи на очах, відсторонила її і вийшла з кімнати. Клієнтка відчувала себе впевнено, і не було обмеженості в її тілі. Вона знайшла символ для цього стану — сонце. Посміхалася і раділа.

Повернувшись у такому стані в перше сновидіння, де вона з подругою, клієнтка «одягла на себе всі чистеньке», причесала і заколола волосся і відчула себе легкою і вільною і побігла підтюпцем. Таким чином, клієнтка випробувала раніше не активовані можливості Я, і сталася обробка імпульсів над-Я. Тим самим, ми бачимо, як на символічному рівні можуть розвиватися нові можливості переживання і диференціюватися функції Я.

В обох прикладах психотерапевтичні дії були, як показують результати, доречні і своєчасні. Вони сприяли розгортанню процесу символуотворення, який є центральною віссю психотерапії, від його феноменологічного витоку

— кататимного переживання образу — до його межі — трансцендентного перетворення.

Погоджуючись з Г. Гегелем, який стверджував, що людина є істотою символотворюючою, ми намагалися показати, що процес символізації, що розгортається в психотерапії, прокладає людині шлях до власне людського виміру — особистісного, до того, щоб, здійснивши буття-до-свободи, людина виходила в духовний вимір.

Отже, на декількох прикладах ми показали технологічно адекватні методичні прийоми, що розширюють простір особистої свободи і відповідальності. Ми спирались на сформульоване Х. Лейнером у рамках кататимно-імагінативної психотерапії положення про те, що різні клієнти мають різні онтологічні структури і працювати з ними потрібно в різних стратегіях. Ми намагалися прояснити принцип узгодження різних стратегій, виявивши в якості такого принцип особистісного розвитку, і технологічно розгорнути функціональний взаємозв'язок цілей і засобів у кожній з них. Серед самих широких методологічних рамок для психотерапевтичної теорії та практики для нас виступає екзистенційний, персоналістичний підхід, і в ньому символ свободи виступає топосом духу, що конститує психотерапевтичні дії і спрямовує психотерапевтичний процес на кожному з його етапів. Якщо реінсценувалася зона базисного дефекту і мова йде про опрацювання буттєвої нестачі, потрібними психотерапевтичними діями будуть ті, які створюють можливість пошуку ресурсу. Якщо реактивувався внутрішній конфлікт, то адекватними методичними діями будуть ті, які погоджують екзистенційно значущі структури психіки. Такими діями виступають конфронтація символів і опрацювання конфліктогенного змісту в перспективі формування засад для здійснення Я-ідеалу. Це готує можливість наступного кроку в зону особистої відповідальності людини, зону її вільного вибору.

Таким чином, ґрунтуючись у своєму дослідженні на емпіричному матеріалі, а саме: на опитуванні практикуючих психотерапевтів з подальшим контент-аналізом їх висловлювань, на описі типових психотерапевтичних випадків ми показали важливість і провідну роль свободи як однієї з духовних основ для становлення сучасної психотерапевтичної парадигми. Ми здійснили також зв'язок часів: філософські інтуїції М. Бердяєва, що стосуються особистості і особистісної свободи, знайшли своє місце в психотерапії як культурній практиці. Дослідження показало, що свобода є тією цінністю, з якою ідентифікуються сучасні психотерапевти і яка через їх професійну діяльність, з одного боку, конститує психотерапевтичну практику. З іншого боку, сама проблематизація клієнтів, переживання ними обмеженості і залежності, їх запит на звільнення від безпорадності, розгубленості, страху тощо теж розгортають психотерапевтичний простір у бік духовної свободи. Завдяки цьому поглиблося розуміння психотерапії як екзистенційного виробництва особистості, виробництва штучного, унікального, спорідненого мистецтву.

Додатковим результатом нашого емпіричного дослідження виступило розуміння любові як другого, практично рівнозначного, духовного топоса сучасної психотерапевтичної парадигми. Любов і свобода переплітаються в

психотерапевтичній взаємодії, обумовлюють одна одну і створюють смисло-ву напругу цієї взаємодії.

3.2. Високий смисл життя як цінність і чинник формування стратегій психологічної допомоги у вирішенні людиною екзистенційних проблем

3.2.1. Смисл життя як екзистенційна цінність

«Проблема смысла... — это последнее аналитическое понятие, венчающее общее учение о психике, так же как понятие личности венчает всю систему психологии»

(А. Н. Леонтьев)

«Значение жизни открыто в сознании человека как стремление к благу»

(Л. Н. Толстой)

Проблема смислу в житті людини. У процесі соціально-економічних перетворень в країні постала потреба в утвердженні високих цінностей, становленні суб'єкта, здатного до творення себе, найуспішнішої самореалізації і якісних, прогресивних змін у своєму оточенні. Це виявляється особливо актуальним, бо, за даними досліджень сучасних вчених, неабияк частина молоді віддає перевагу матеріальним вартостям, підпорядковуючи їм свої життєві плани, відзначається тенденція відвертого нищення моралі та відкритого ослаблення творчого потенціалу юного покоління. «Епоха науково-технічного прогресу, — з тривогою зазначав Л. О. Сморж, — охолодила душу людини, сучасні люди, зокрема молодь, менше здатні до хвилювання, до кипіння пристрастей, до таких гуманних почуттів, як милосердя, співучасть, співстраждання, братство, любов і дружба» [255, с. 315].

Проблема пошуку смислу життя, що загострюється в період соціальної (політичної, економічної, культурної, духовної тощо) кризи, збігається з кризою віковою [49]. У час такої «подвійної кризи» у одних людей переважають соціальні смисли, у інших — індивідуальні, відбувається ламання смислу життя, його звуження до елементарного бажання вижити, що негативно відбивається на цілісності особистості, веде до її деградації. Накладання соціальної кризи на вікову загострює ставлення людини до свого минулого, теперішнього і майбутнього, налаштовує на більш глибоке розуміння смислу свого життя, викликає зміни в ієрархії життєвих смислів. І добре, коли криза народжує жагу до пошуку і утвердження високого смислу життя, а не штовхає до заміни його псевдосмислами, більш легкодоступними цінностями, які не вимагають напруженої «роботи душі».

Питання смислу і його відсутності найбільш ґрунтовно пророблялися в рамках екзистенційної філософії, феноменології, герменевтики, принципи яких стали основою для створення екзистенційної психології. Останнім часом гуманістична та екзистенціальна парадигми стали надзвичайно актуальними, бо

вивільняється особистісний, творчий потенціал людини, яка прагне свободи і відповідальності, власного розвитку себе як суб'єкта, за законом, наповненим високими життєвими смислами, які піднімають якість життя на новий рівень. Втрата цієї можливості погрожує знеціненням духовності, порушенням норм моралі, падінням людського життя до рівня животіння або споживацтва.

Серед екзистенційних проблем виділяють проблеми свободи вибору, свободи і відповідальності, самоідентифікації, ізоляції та взаємозв'язку з іншими людьми, проблему смерті й життя. Психологічною проблемою, яку слід вирішувати психологу, є втрата, руйнація або відсутність у людини смислу життя, неготовність його шукати, відстоювати і захищати, а також те, що смисл не втілюється в життя і особа не несе відповідальність за його реалізацію. Тобто людина не знаходить у собі можливості, аби наповнити життя якісним змістом. Можна говорити про те, що усі екзистенційні проблеми пов'язані між собою. Чільне місце серед них займає пошук смислу життя, що, вважав З. Фройд, вже саме по собі свідчить про проблему, відчуття людиною незадоволеності своїм існуванням [287].

Які саме життєві смисли стануть домінуючими в житті та суттєво впливатимуть на нього, залежить від зовнішніх і внутрішніх чинників. Значну роль у становленні смислових орієнтирів особистості відіграє психологічна допомога, яка формується під впливом певних соціокультурних факторів і водночас відображається на розвитку стратегій психологічного супроводу людини у вирішенні нею екзистенційних проблем. На жаль, така допомога надається не завжди на високому професійному рівні. Існує точка зору, що у сучасній практичній психології подеколи культивуються егоїзм, самолюбство, надмірна самоповага, найрізноманітніші задоволення. Бувають випадки, коли, підтримуючи маскультуру, практичні психологи віддаляють людину від використання можливостей народної психотерапії (звичаїв, традицій, ритуалів, дружнього спілкування), клієнту навіюється, що зовнішня свобода є більш значущою від внутрішньої, котра має трансцендентну природу [246, с. 232-233]. Екзистенційна криза вимагає нового осмислення життєвих орієнтирів у сучасному соціокультурному просторі. Не випадково, в науковій літературі акцентується увага на дослідженні духовного в людині (К. Батлер, М. Й. Боришевський, П. Євдокимов, В. А. Роменець, Л. О. Сморг, В. О. Татенко, В. Франкл, К. Г. Юнг та ін.).

Смисл життя як об'єкт наукового дослідження. Смисл життя є об'єктом філософсько-етичного дослідження, виступає як соціально-історичний, культурно обумовлений феномен. Тому проблему смислу життя неможливо розглядати поза контекстом загальної екзистенційної ситуації людини та у відриві від конкретної культурно-історичної доби, в якій вона живе.

Смисл буття як філософська та духовна проблема має відношення до визначення *мети* існування, *призначення*. Це одне з основних світоглядних понять, яке відіграє величезну роль у становленні духовно-морального обличчя особистості. Питання про смисл життя також може розумітися як суб'єктивна *оцінка* прожитого та відповідності досягнутих результатів початковим намірам, як розуміння людиною змісту та *спрямованості* свого життя, свого

місця у світі, як проблема впливу на навколишню дійсність та постановки *цілей*, що виходять за рамки життя. У цьому випадку мається на увазі необхідність знайти відповідь на питання: «У чому полягають життєві цінності?», «Що є метою мого життя?», «Навіщо (для чого) мені жити?». Психологу, психотерапевту, який працює з людиною, що переживає відсутність смислу чи губиться у смисложиттєвих орієнтирах, важливо допомогти знайти свою відповідь на ці екзистенційні запитання, свій індивідуальний смисл.

До речі, у цій роботі ми вживаємо термін «смисл» (рос. — смысл), хоча в українській мові він перекладається і як «сенс» чи «значення». В психологічній літературі використовується поняття «смисл» і «сенс», але у відповідності до життя людини, усвідомлення нею свого буття більш доцільно вживати усе ж такі терміни «смисл життя» (від кореня — *мисл*, а значить мислити, осмислювати, обдумувати), бо він має більш широкий зміст, ніж «значення» чи «призначення» (які можна просто знати і розуміти, а не обмірковувати і переживати як процес).

Смисл життя можна розглядати «як зовнішній вираз глибинних онтичних характеристик людини». Наприклад, у дослідженні такої екзистенційної проблеми, як страх смерті, А. Ю. Морозов обгрунтовував, що таким зовнішнім виразом страху смерті є «жах», «тривога». Онтичні тривога і жах можуть бути як конструктивними (якщо повертають людину на шлях до самої себе), так і деструктивними факторами (якщо призводять до «втєчі» від самої себе, метафізичного забуття) в духовному житті людини [179].

Аналогічно, напрощується запитання: «Який же зовнішній вираз може мати прагнення до пошуку смислу життя, потреба його вищої якості?». Думається, це може бути «натхнення», «піднесеність», «затятість» чи «завзяття», «радість». І якщо погляд на небуття як повне нищення нашого «я» та оточуючого світу викликає, за Морозовим А. Ю., «онтологічну порожнечу, герметизує суще, позбавляючи його «спілкування» з буттям, а відтак позбавляє саме життя логоцентричності, моральних основ, тощо» [там само], то, можна думати, що спрямування на життя, на пошук його смислу, навпаки, відкриває людині можливості до діалогу зі світом і самим собою, наповнює життя смислом, насичує його «смаком», робить людину у буквальному значенні — «одержимою життям».

Згадаймо одне з положень Дж. Бьюдженталя [47]: найважливішою особливістю «людської природи» є внутрішньо притаманна людині мотивація до «пошуку здорового», яка, що тільки її звільняють, спонукає людину рухатися до все більшої ефективності і задоволеності в житті. «Людське» в людині і є, зокрема, пошук до високого смислу буття, наповнення його духовністю. Відповіді на такі екзистенційні питання «Хто і що я є? Що таке цей світ, в якому я живу?» являються екзистенційним викликом і людина відповідає на ці запитання своїми життями, тим, як вона визначає саму себе, як використовує свої сили, як ставиться до інших людей, як зустрічає всі можливості та обмеження свого людського існування.

Сучасний соціокультурний простір характеризується розмитістю смислів, їх невизначеністю чи відсутністю, формуванням смислів на більш низь-

кому рівні розвитку, що не характеризує людину як митця, відповідального за те, як і для чого він живе. Ми припустили, що важливим соціокультурним чинником успішного формування теорії та практики допомоги людині у реалізації нею високих життєвих смислів є орієнтація психолога-практика і його підопічного на становлення таких смислів, що забезпечить більш високий рівень особистісного розвитку людини, підвищення у неї здатності благополучно вирішувати будь-які екзистенційні проблеми, які так чи інакше пов'язані з головним питанням: «Хто я є і навіщо мені жити?».

Смисл життя як цінність є фактором становлення психотерапевтичної парадигми допомоги людині у вирішенні проблем, які пов'язані з усвідомленням себе, своєї людської сутності, свого життя, пізнанням, удосконаленням себе як автора власної життєдіяльності. «Людина екзистенціальна» — це людина в пошуках самої себе (Дж. Бьюдженталь). І екзистенційно-гуманістичний підхід покликаний усіляко підтримати людину в цій найголовнішій, самій гідній і складній справі життя. Високий смисл виступає цінністю, бо саме він сприяє розвитку і руху життя людини по висхідній або по вертикалі. А невизначеність, безмежність, образно кажучи, «стелі» чи «верху» і спрямовує людину у вільну безкінечну путь, безборонну подорож, де можна знайти себе, своє покликання і своє призначення.

Будь-яка цінність має для людини велику значимість і відповідає її актуальним потребам, ідеалам, особистісним смислам. Високий смисл є цінністю, яка відповідає вищим (духовним, сутнісним, екзистенційним) потребам та ідеалам, прагненням людини до пізнання себе і світу, виходу за межі буденного і конкретного. До цінності «високий смисл» можна віднести визначення: «Цінність» — не просто об'єкт потреб, а опосередкований культурою еталон належного в досягненні цих потреб, який має трансцендентний характер, який виходить за межі індивідуальної свідомості» [224]. З екзистенційно-гуманістичної точки зору людина живе справжнім життям, якщо відповідальна за реалізацію своїх можливостей, шукає сутнісного, а не лише задовольняє біологічні потреби, сексуальні, корисливі чи агресивні наміри, якщо прагне щось важливе і справжнє вчинити у своєму житті, воліє не «животити» чи нидіти життям, а «бути».

3.2.2. Вплив феномену «високий смисл життя» на розвиток психологічної допомоги у сучасних соціокультурних умовах

*«Ідеалами, освещавшими мой путь
и сообщавшими мне смелость и мужество,
были добро, красота и истина»*

(Альберт Эйнштейн)

Втрата або відсутність смислу життя як цінності, нездатність його реалізувати у життя, брак умов, які може надати людині соціум у становленні в неї високого смислу, — усе це вимагає від психологічної науки створення

сучасної теорії і практики психологічної допомоги людині у відкритті нею високого смислу та його здійсненні. Для розкриття цього питання, ми провели аналіз літературних джерел стосовно надання людині психологічної допомоги у вирішенні екзистенційних проблем, досліджені поняття «смісл життя», «високий смисл життя» і «життєві смисли», зв'язок між ними. Вивчалися характеристики смислу життя і життєвих смислів в сучасному суспільстві, те, як розуміється і реалізується смисл життя сучасною молоддю (зокрема, учнями старшого підліткового і юнацького віку) і психологами, які здійснюють практику у рамках екзистенційно-гуманістичної психотерапії і консультування. З'ясовувалися уявлення практиків щодо визначення ролі високого смислу життя у розробці стратегії психологічної допомоги людині у вирішенні нею екзистенційних проблем.

Теорія питання. Представники екзистенційно-гуманістичної школи, до якої належать Дж. Бьюдженталь, Р. Мей, І. Ялом та ін., вважали, що смисл забезпечує усю повноту життя, якої прагне людина. Питання про смисл життя пророблялось у працях А. Адлера, далі — К. Г. Юнга, для якого пошук смислу життя є специфічною людською *потребою*, свідомо реалізація котрої наближає людину до її сутнісних витоків. К. Юнг першим розглядав втрату смислу як психологічну проблему, адже саме наявність смислу дозволяє людині досягти максимальної повноти існування, а втрата його принижує її, робить «жалюгідною і загубленою». К. Ясперс одним із перших серед екзистенціалістів трактував смисл життя як актуальне *переживання*, властиве людині внутрішнє сприйняття психічних взаємозв'язків, що виникає завдяки внутрішній роботі. Смисл життя — основне поняття екзистенційного аналізу В. Франкла, за яким смисл для кожної людини в кожний конкретний період часу є унікальним і єдиним. Згідно з поглядами В. Франкла, прагнення до смислу є центральним *мотивом* людського існування. Смисл не досягається шляхом простого пошуку, а народжується у результаті його відкриття і постійно змінюється. Він існує на трьох рівнях: а) найвищий рівень (на рівні всесвіту); б) смисл моменту; в) загальноприйнятий щоденний смисл. Вагомою є думка вченого про те, що смисловтрата приводить до спроб заповнення «екзистенційного вакууму» і пошуку щастя за допомогою так званих псевдосмислів — прагнення до успіху, влади, споживання тощо. Тобто мова йде про заміну справжнього, сутнісного смислу хибним, несправжнім, оманливим, руйнівним. До втрати смислу, контакту із внутрішнім «Я», до екзистенційної тривоги ведуть спроби відмовитися від себе, власного вибору, підкорення страху перед невідомим і невизначеністю. Тому Р. Мей наполягав, аби терапія зверталася до найвищих людських спонукань, до тих цінностей, заради яких і варто жити. Напевне, тих смислів, котрі і дають людині наснагу і сили жити, долаючи протиріччя і кризи [3; 155; 180; 282; 322; 324; 326].

В російській психологічній науці проблематика смислу розробляється у рамках «вершинної психології», теорії смислової регуляції, духовного розвитку, що представлені у працях Л.С. Виготського, С.Л. Рубінштейна, Ф.Ю. Василюка, Б.В. Зейгарник, О.О. Кроніка, Д.О. Леонтьєва, Є.В. Ейд-

мана та багатьох інших. Серед сучасних українських психологів, роботи яких пронизані цією проблемою, можна назвати Г.О. Балла, С.Д. Максименка, О.Ф. Бондаренка, О.П. Колісника, П.П. Горностая, Т.М. Титаренко, С.П. Тищенко, М.В. Савчина, Г.В. Куценко-Ладу та ін.

У науковій літературі зустрічається чимало різних визначень смислу життя: смисл як мета, як цінність, як ідеал, як процес чи результат діяльності, як абсолютна істина, як призначення та ін. У широкому розумінні смисл — це цінність і водночас переживання цієї цінності у процесі її становлення та реалізації. Причому у переживанні смисли репрезентуються насамперед через емоції, адже смисл — «це те, що хвилює» [160, с. 87], визначає «вибіркову жагучу значимість» [130, с. 342]. Певним видом смислів у широкому розумінні, вважає Г.О. Балл, є «духовні смисли» [13, с. 28]. Поняття «смисл життя» часто розділяється на соціальні, групові, індивідуальні, пізнавальні та емоційні, а також — альтруїстичні, когнітивні, комунікативні смисли тощо. У якості «універсальних» смислів життя називаються саморозвиток, самовдосконалення, самореалізація. Тож, поряд із поняттям «смисл життя» вживається і поняття «життєві смисли», які можуть утворювати головний смисл (або, назвемо його — «сукупний смисл»), якому підпорядкована уся життєдіяльність, чи можуть самі по собі функціонувати, утворюючи (чи не утворюючи) ієрархію життєвих цілей людини без провідного смислу або групи смислів. З огляду на це поняття «смисл життя» і «життєві смисли» часто розуміються як одне й те ж, але це не стосується, зауважимо, смислів чи смислу високого, духовного, екзистенційного порядку. Простежимо це твердження. Давно укорінилося уявлення про те, що смисл людського життя не може бути зведений до будь-якої простої формули, а скоріш, являє собою складно організовану систему смислів. Так, Л.С. Виготський розглядав динамічну смислову систему (ДСС) як єдність афективних та інтелектуальних процесів свідомості [75], а Д.О. Леонт'єв визначав ДСС як «...відносно стійку й автономну ієрархічно організовану систему, яка включає в себе ряд різнорівневих смислових структур і функціонуючих як єдине ціле» [153, с. 3]. Також Б.С. Братусь каже про складну динамічну систему, яка складає смислову сферу особистості і обумовлює всю життєдіяльність людини [41, с. 48].

Вважається, що смислова сфера підпорядковує собі всі інші життєві прояви, визначає спрямованість пізнання, вектор становлення особистості. Причому показниками особистісного самовизначення є той вибір, в якому перевага віддається цінності більш високого рівня. Тому гуманістична психологія визнає можливість гармонійного існування людини лише за наявності у неї «високого» смислу життя, що, вочевидь, передбачає: «самість» — у К. Юнга, «Я-ідеальне» — у К. Роджерса, «надособисте Я» — у Р. Ассаджолі, «суб'єктність» — у В.О. Татенка, а також підйом індивіда від рівня адаптаційного, пристосовницького до духовно-поетичного — у А.В. Петровського, від тіла — до людського духу — у В. Франкла, від біологічного (інстинктивного) — до свідомого смислу — у О.О. Леонт'єва. Наявність

високого (духовного, екзистенційного, сутнісного) смислу можна прослідкувати у логіці онтологічного вимірювання людини, а саме: біологічне, психологічне, поетичне, або духовне — за В. Франклом, чи біологічне, соціальне і духовне — за С. Д. Максименком. Як зазначав В. Є. Чудновський, смисл життя — це особливе психічне утворення, яке має свою специфіку становлення і може суттєво впливати на життя людини; життєві смисли не існують самі по собі, а підпорядковані найважливішому, найвищому смислу. На думку вченого, оптимальний смисл — це той, котрий забезпечує високу якість життя людини, стає «цінністю надзвичайно високого порядку» [305, с. 5]. До речі, поняття «якість життя» фігурує у багатьох працях саме поряд із поняттям «смисл», так само, як і «щастя», «спосіб» і «стиль життя» тощо (О. Г. Асмолов, О. Ф. Бондаренко, В. Л. Вернік, Д. О. Леонтьєв, Т. М. Титаренко, О. Л. Толстих, Л. П. Сущенко, Ю. М. Швалб, Н. Ф. Шевченко та ін.). Якість життя визначається як складний соціально-психологічний феномен, що проявляється в гармонійній взаємодії духовного, психологічного, соціального і фізичного здоров'я людини [1; 94; 164; 243]. А духовність можна розуміти, перш за все, як орієнтацію людей на ідеали абсолютного буття, що проявляється у конкретному існуванні як свобода від вітальної та соціальної детермінації і як відповідальність [156].

Механізмом формування і розвитку якості життя виступають цінності та ціннісні орієнтації особистості. Проблема смислу нерозривно пов'язана з питанням вищих цінностей людського існування. Стан щастя, гармонії, душевного здоров'я, повноти життя, що супроводжує переживання осмисленості існування, визначає феномен якості життя [164].

Порівняння особистості до пошуку і знаходження *високих* смислів, співвіднесення своєї поведінки, стосунків з іншими людьми — з *високими* ціннісними орієнтирами — все це забезпечує рух життя «*по висхідній*», і, що важливо для розуміння цінності саме високого смислу життя, визначає «*міру людяності*» людини (вираз С. Л. Рубінштейна) [1, с. 228].

Єдність поняття «смисл життя» з іншими екзистенційними категоріями. Смисл людського життя являє собою складно організовану систему смислів, життєві смисли не існують самі по собі, а підпорядковані найважливішому, високому смислу чи групі смислів («духовне смислове ядро»). З категоріями смислу життя, життєвих смислів, окрім якості життя, тісно пов'язані також категорії відповідальності, совісті, свободи, творчості, що самі по собі можуть мати високий життєвий сенс («Жити по совісті», «Головне в житті — свобода», «Бути відповідальним за все»).

Відмінною рисою реалізації смислу життя є здатність взяти на себе *відповідальність* перед самим собою за вибір смислу і втілення його в дійсність. Відповідальність, що є однією з основних характеристик життєвої стратегії, справляє значний вплив на ефективність реалізації людиною своїх життєвих цілей і, значить, на задоволеність життям і психічне здоров'я. Люди, які свідомо чи несвідомо займають позицію активного творця свого життя, опираються на такі цінності, як любов, краса, творчість, добро, розвиток [55]. Без відпо-

відальності неможливе осягнення свого, індивідуального, смислу життя, бо лише відповідальна людина прислухається до власної совісті, своєї душі.

Совість як «смысловий орган, інтуїтивна здатність відкривати єдиний смисл, що криється в кожній ситуації» (В. Франкл), допомагає знаходити найбільш правильний варіант вирішення життєвої обставини. Совість — це співвіднесення вчинків «закоу, що живе в нас» (І. Кант), і особистість як «суб'єкт вчинення» (М. Бахтін) лише тоді може вибудовувати своє життя як усвідомлюване «вчинення», коли возведе у свій власний імператив поведінки високі вимоги моралі, які і становитимуть внутрішній моральний закон. *Творчість* виступає засобом самопізнання і саморозвитку, умовою породження, відкриття нових життєвих смислів, шляхів їх втілення у життя (В. М. Дружинін) [20; 105; 118; 282].

Творча самореалізація, орієнтація на власну совість, глибоке почуття відповідальності у пошуках смислу життя, характеризує людину як суб'єкта. Навпаки, застряючи на біологічному і соціальному рівні, не виходячи на духовний, придушуючи творчі поривання, людина перебуває в конфлікті з самою собою. Розповсюдження споживацьких настроїв спричинює невдоволеність життям людьми, які насправді прагнуть його духовного наповнення. На неминуче відродження високих смислів, вивільнення творчого потенціалу людини, вказував О. Леонтьєв. Він писав, що «...особистість не може розвиватися у рамках споживання, її розвиток обов'язково передбачає зміщення потреб на творення, яке єдине не знає меж» [151, с. 226].

Сучасна психологічна наука має допомогти людині вийти за межі кола фізичне-соціальне, відкрити в собі духовне першоджерело. Це можна порівняти з аполонійським і діонісійським першопочатками у культурі і мистецтві (за Ф. Ніцше [190]). Аполонійський першопочаток характеризується прагненням людини до світла, спокою, душевної гармонії, рівноваги, ладу із самим собою, в той час, як діонісійське — це жага пристрастей, сумніви і протиріччя, прагнення влади і задоволень. На основі моделі, що діє за законами дихотомії «аполонійський-діонісійський», можна зрозуміти, що тип відношень практично не може бути чисто прагматичним, чисто теоретичним, або лише естетичним. «У звичайного суб'єкта, — пише О. С. Тимошук, — який вкритий товщею своїх психологічних та інших нашарувань, три види відношень зазвичай носять змішаний характер. Коли превалує аполонійський початок в естетичній культурі, переважає естетично-теоретичний вид відношень, а коли превалує діонісійське, то домінує утилітарно-естетичне. У першому випадку більш вагомим стає душа культури, а в другому — її субстрат» [270]. У психотерапевтичному сенсі, вірогідно, духовне, хоч може явно і не проглядати з-поміж фізичного, соціального чи утилітарного, та має всі можливості домінувати в людині, якщо вона цього сама бажає і самостійно або ж за допомогою психотерапевта отримує всі шанси для розвитку своєї духовності.

Д. О. Леонтьєв, Б. С. Братусь, Ф. Ю. Василюк висловили думку, що високі, духовні цінності, які за В. Франклом є універсальними смислів, не ранжуються,

як наприклад термінальні чи соціальні, які можуть змінюватися, міняти свою ієрархію [41; 53; 152; 154]. Можна сказати, що високі смисли — це той простір, те поле, де вони вільно переміщуються, де людина по суті є вільною, не обмеженою вадами чи примхами тіла і вимогами, очікуваннями, стереотипами, культурними забанками найближчого оточення (сім'я, студентська спілка, шкільна чи виробнича група, суспільство у цілому), в котрому вона живе.

У сучасній культурі до загальнолюдських, високих цінностей належать наступні: любов, добро, правда, краса, гармонія, активність, досконалість, відповідальність, справедливість, честь, совість, свобода, самодостатність та ін. *Високий смисл життя* — не обов'язково означає якийсь один смисл, наприклад Любов. Він може складатись з декількох високих значень людського буття, утворюючи *духовне смислове ядро* особистості (наприклад, Любов неможлива без Віри у Добро, а Творчість — без Гармонії і Краси).

С. Д. Максименко, Г. О. Балл, М. Й. Боришевський, М. В. Савчин [13; 16; 37; 171; 246] (сторонники гуманістичної, духовної парадигми) та ін. розглядають людину як цілісність, єдність біологічного (чи природного), соціального і духовного. Звичайно, треба казати про взаємовплив і взаємозалежність усіх сфер людської особистості, та смислова сфера є вирішальною у розвитку людини, а високі смисли — у становленні її духовності.

Знаходячись на біологічному і соціальному щаблях, людина може перебувати в конфлікті з самою собою, переживати «екзистенційний вакуум». Якщо соціальне оточення не здатне допомогти індивіду вийти за межі кола фізичне-соціальне, і він наче «тупцює на місці», то сучасна психологічна наука має показати людині, яка не може віднайти гармонії з собою, шлях оновлення, вектор пошуку себе справжньої.

Сенситивний вік для становлення смислу життя. Формування смислів як регуляторів поведінки та діяльності, пошук, осмислення, вибір власних життєвих пріоритетів смислоутворюючої активності випадає на *підлітковий та ранній юнацький вік*. Даний період особливо сприятливий до засвоєння складних смисложиттєвих понять, постановки та вирішення екзистенційних проблем, що допомагає підлітку ставати суб'єктом свого розвитку (К. О. Абульханова-Славська, Л. І. Божович, А. А. Реан, Д. І. Фельдштейн, Д. О. Леонтьєв, В. М. Лозоцева та ін.), — це є важливим орієнтиром формування стратегій психологічного супроводу молодої людини у пошуку смислу особистого життя.

Смисл життя як психологічне новоутворення розвивається на основі становлення *головного мотиву* (життєвої мети), виділення і формулювання головної задачі, пов'язаної з віддаленим майбутнім [41]. Саме у підлітковий період, у пору відкриття свого «Я», оформлення власної особистості та особистого світогляду відбувається «оволодіння внутрішнім світом», сходять питання про сенс життя [49; 75], що є «найбільш загальною формою роздумування особистості» [132, с. 205]. Відбувається певна ієрархізація мотивів, виникає рефлексія, складається узагальнене ставлення до життя, розширюється ціннісно-смисловий простір, вибудовується єдина життєва лінія, виявляються протиріччя між нею і життєвими обставинами, виникає спря-

мованість на цілі, які пов'язані з прийдешнім. Підлітки усвідомлюють можливість перебудови і збагачення життєвого смислу в процесі дорослішання і оволодіння досвідом, відмічаючи разом з тим незадовільність сучасних умов для становлення і реалізації високих життєвих смислів.

Молодіжна субкультура як поле народження життєвих смислів.

У плані соціокультурних чинників не можна обійти увагою вплив на свідомість людини певної субкультури. Це, пише О. М. Семашко, — специфічні норми, погляди й цінності, соціальні й духовні потреби, ціннісні орієнтації, продукти творчості, способи залучення до духовних цінностей, особливості їх освоєння, стиль, спосіб життя та існування [250, с. 138]. Система норм та цінностей, що відрізняють групу від більшості членів суспільства, формується під впливом таких факторів як вік, етнічне походження, релігія, місце проживання. Цінності субкультури впливають на формування особистості кожного члена групи, його мислової сфери. Вони не означають відмови від культури, прийнятої більшістю суспільства, але виявляють деякі відхилення від неї. Коли група виробляє норми та цінності, які явно суперечать пануючій культурі, на їх основі формується контркультура (хіпі 60-х років, «система» в Росії у 80-х роках). Елементи як субкультури, так і контркультури, спостерігаються в молодіжному середовищі в сучасній Україні (емо, готи та ін.). Молодіжна субкультура є викривленим дзеркалом «дорослого», «офіційного» світу речей, стосунків, потреб, цінностей, та, водночас, досить швидко реагує на все нове й прогресивне, виробляючи «щось своє». Так, розуміння сучасними юнаками, наприклад, екзистенційного поняття «свобода» цілком відповідає новому мисленню в глобалізованому постіндустріальному суспільстві: поняття «свобода» молодь розглядає не відповідно до необхідності (як її розуміло старше покоління), а у «зв'язці» з примусом та насильством. Невтручання держави, старших у приватне життя розглядається ними як найсуттєвіша ознака їхньої свободи. Поглиблюється міжпоколінне відчуження, що включає широкий спектр неприйняття — від руйнації внутрішньосімейних контактів до протиставлення «нас» усім попереднім поколінням, що сьогодні виливається у повне заперечення всіх батьківських та материнських цінностей, включаючи історію власної держави, рідного краю тощо [70].

Молодіжна субкультура формується під безпосереднім впливом «культури дорослих», що віддзеркалюється і разом з тим є простором формування життєвих смислів підлітків та юнаків. Адже високі чи ниці смисли — це продукт мислової взаємодії між старшим і молодшим поколіннями, членами різних суспільних груп та молодіжних спільнот, це — «боротьба на виживання» між різними рівнями людських цінностей. Що є причиною і аргументом становлення сучасної теорії і практики психологічної допомоги людині у пошуках і втіленні у життя високого смислу.

Проблема смислу життя, вибір подальшого шляху є головним життєвим завданням старших школярів. Саме в час, коли молодь особливо налаштована на пошук нового, їй слід допомогти визначитися у смислах, якими вона живе і які прагне втілити у своє життя. Ми провели *дослідження, спрямо-*

ване на вивчення особливостей становлення смислу життя. виявлення специфіки високих життєвих смислів у сучасних старшокласників. Тридцятьма учнями 11-х класів пропонувалося відповіді на питання стандартизованого інтерв'ю «Смисл життя». Перша його частина спрямована на з'ясування розуміння поняття «життєвий смисл», друга — стосується розуміння «життєвих смислів», їх зв'язку зі смислом життя, соціокультурними умовами його становлення і успішної реалізації. Під час обробки отриманих результатів ми спиралися на розуміння смислу життя як динамічної ієрархічної системи, в якій поряд із безліччю різних смислів існує головний життєвий смисл, як своєрідне смислове ядро, що конкретизується, втілюється у життєвих ситуаціях.

Опитування показало, що більшість старшокласників розуміють смисл життя в загальному вигляді, не пов'язуючи це поняття з власним досвідом: «Це те, заради чого варто жити». Менше половини опитаних (40%) розуміють виділені ними смисли як такі, що пов'язані з основними життєвими потребами: «Смисл потрібен заради розвитку себе як особистості», «Щоб бути потрібним людям». 19% опитаних вважають, що смисл життя змінюється з часом, «коли людина стає більш досвідченою, дорослішою», «коли можна порівнювати різні ситуації і обирати кращий варіант для себе». Вони стверджують, що відчули зміни у розумінні власного смислу життя, що свідчить про динаміку його становлення, певні якісні перетворення.

У зв'язку з переоцінкою цінностей у нових соціально-економічних умовах для значної частини молоді характерні почуття безглуздя, сумніви щодо доцільності постановки і реалізації «високого життєвого смислу». Аби досягти благополуччя, спокою, надійності, вважають вони, потрібні більш «заземлені смисли життя», наприклад, здобуток матеріальних благ. Між тим, аналіз дослідження дозволяє зробити деякі висновки на користь «життєздатності» високих життєвих смислів. Так, у якості високих життєвих смислів старшокласники вбачають здатність чинити добро, любити, співчувати іншим людям, бути відповідальним, прагнення до особистісної досконалості. Переконаливими є відповіді, на кшталт: «На перший погляд, може здаватися, що в житті більше безглуздя. Але, думаю, завжди є смисл, до якого людина прагне».

Подібні висловлювання підтверджують, що смисл життя часто не усвідомлюється людьми, але пронизує усе їхнє життя (А. Ленгле). Третина опитаних визначила, що життєві смисли підкорені одному найважливішому смислу в житті, залежать від нього. Умовами, що сприяють пошуку життєвих смислів названі такі: читання літератури, історії, спостереження за життям, приклад батьків та інших дорослих і ровесників у минулому і тепер, самопізнання, роздумування над майбутнім. Для реалізації смислу життя виділяють такі фактори, як: особистий досвід, сформованість належних рис і якостей (сила волі, відповідальність, віра в свої сили, свобода вибору тощо), допомога дорослих і ровесників. Брак цих чинників може привести до бездіяльності, розпачу, почуття смисловтрати.

Для становлення життєвого смислу особливе значення має спілкування з ровесниками. Так, значна кількість (майже половина) опитаних старшоклас-

ників, які відносять себе до тих, хто переймаються духовними цінностями, вважає, що більшості їх ровесників притаманні смисли, пов'язані з матеріальним благополуччям, соціальним статусом, легким життям тощо. Це свідчить про те, що діти ніби «не чують один одного», їхні справжні смисли для інших є прихованими, замаскованими, вони імітують таку поведінку і такі устремління, які навіюються низькопробними кінофільмами і телепередачами, і які начебто від них очікують оточуючі. Про таку відчуженість людей одне від одного і байдужість до «справжнього» писав Л. О. Сморж: «Поряд з інформованістю і намаганням бути «на рівні часу», стало ледве не нормою те, що свого часу Гоголь назвав «страшними ідеалами огрублення», що дістає вияв або в бездуховності і жорстокості, або в психології індивідуалізму та індиферентності» [255, с. 315]. Тому, у роботі з підлітками та юнаками варто ширше впроваджувати бесіду, психологічні дискусії, групові тренінги для прояснення смислових позицій кожного, для того, щоб учні обмінювалися і ділилися своїм «високим», щоб їхні індивідуальні смисли «зустрілися» і підлітки могли підтримати один одного у пошуку, утвердженні та реалізації високого смислу життя.

Отже, сучасні соціокультурні умови потребують становлення суб'єкта свого життя, здатного творчо змінювати і вдосконалювати власну особистість, стосунки з іншими людьми, зі світом у цілому. А значить ці обставини налаштовують на становлення теорії і практики допомоги людині у вирішенні проблем, що роблять її існування нестерпним, жалюгідним, порожнім. Високим смисл є саме тим смислом, який наповнює життя окремої людини радістю, натхненням, жагою діяти і творити. Осмилення свого існування, відкриття все нових й нових цінностей і пошук високих, сутнісних смислів істотно важливе для сучасної молоді людини, яка охоче відкриває себе і світ, а також для людей, які втратили життєві орієнтири чи не мають внутрішніх сил для подолання різноманітних життєвих проблем. Аби негарзди і кризи не призвели до руйнації особистості, її цілісності і внутрішньої рівноваги, аби людина раділа життю і прагнула його вищої якості, має бути сформована стратегія і тактика психологічної допомоги.

3.2.3. Смислові орієнтири вітчизняних психологів-консультантів і психотерапевтів у психологічному супроводі людини з екзистенційною проблематикою

*«...важная проблема, присущая
вопросам о смысле жизни, заключается
в том, что их очень часто смешивают
с массой других вопросов»*

(Ирвин Ялом)

Для дослідження факторів, що впливають на становлення сучасної теорії і практики психологічної допомоги людині у становленні і реалізації нею високих життєвих смислів, застосовувалась авторська анкета для практикуючих

психологів і психотерапевтів, спрямована на вивчення їх уявлень про смисл життя і життєві смисли, частоту і особливості звернень до них людей по допомогу у визначенні смисложиттєвих орієнтирів, а також стратегій і напрямку надання психологічної допомоги в цьому контексті [95]. Перш ніж представити результати емпіричного дослідження, пропонуємо зміст анкети.

Анкета «“Смисл життя” в психологічній практиці» (приклади відповідей виділені курсивом і підкреслені)

Шановний колего! Підпишіть, будь ласка, анкету і поділіться своїми думками з наведених нижче питань.

Прізвище, ім'я, по-батькові (за бажанням) **G. I. O.**

Працюю психологом, консультантом, психотерапевтом (підкресліть).

Стаж роботи — *30*; стать — *ж.*; вік — *50*.

1. Як Ви особисто вважаєте, що таке смисл життя? У чому він полягає? *Це те, заради чого варто жити.*

2. У Вашій консультативній/психотерапевтичній практиці були випадки зіткнення з проблемою втрати чи зміною життєвого смислу у людини? Так. Ні. (Підкресліть).

3. Для якого віку людей найбільш характерні труднощі з пошуком і реалізацією життєвих смислів? Дитячий, підлітковий, юнацький, молодий, зрілий, похилий, старечий та перехідний від зрілого до старечого ін.? Якої статі жін., чол.? (Потрібне підкресліть).

4. Як формулювався запит, за яким Вам було зрозуміло, що у людини є проблема із втратою чи зміною життєвого смислу, з необхідністю опанування смислом життя? *Апатія чи депресія, життєва криза.*

5. Які основні методики Ви використовували або можете використати, щоб допомогти людині у пошуку смислу життя і його здійсненні? *Методи, спрямовані на краще саморозуміння, розширення свідомості, гештальт-терапевтичні.*

6. На що в такій допомозі слід звертати увагу щонайперше? *На роботу з тривогою, на усвідомлення базових та екзистенційних потреб, можливості їх задоволення, цінності особистості.*

7. Як Ви вважаєте, до якої психотерапевтичної парадигми можна віднести проблему життєвих смислів? *Екзистенційної, насамперед.*

8. Як Ви особисто розрізняєте поняття «життєві смисли» і «життєвий смисл»? Чи можна їх поєднати? Поясніть, будь ласка. *«Життєвий смисл» — провідний смисл, смисл життя; «життєві смисли» — смисли, що виникають у різноманітних життєвих обставинах і підпорядковані життєвому смислу.*

9. Підкресліть або допишіть усі можливі життєві смисли: духовні, матеріальні, позитивні, негативні, високі, мізерні, меркантильні, високі, ниці,

соціальні, біологічні, ... сімейні, здоров'я, любові, досягнення, екзистенційні, творчості, безпеки, громадянські.

10. Які смисли, на Вашу думку, домінують у сучасному українському суспільстві в цілому — сімейні, матеріальні, безпеки;

серед старшого покоління — захищеності (безпеки), сімейні;

серед молоді — любові, достатку, розваги, сімейні.

11. Чи вважаєте Ви за необхідне допомогти людині у становленні і реалізації нею високих життєвих смислів? Так. Ні. Не знаю. (Підкресліть).

12. Які конкретно смисли, на Вашу думку, можна віднести до «високих»? Екзистенційні, громадянські, духовно-релігійні.

13. Що заважає становленню високих життєвих смислів?

Позиція жертви чи споживача, нестійкість моральних переконань.

14. Які психологічні, соціальні, культурні умови мають бути досягнуті для пошуку і реалізації людиною високих життєвих смислів:

Психологічні — наявність відповідних цінностей, відповідальність за їх реалізацію, віра;

Соціальні — суспільні ідеали, добрі традиції, коло однодумців;

Культурні — висока культура.

Інші — сім'я.

15. Яку конкретну роль у дотриманні визначених Вами умов може відіграти консультант або психотерапевт? Як носій певних цінностей.

16. Чи потрібна спеціальна література, семінари, курси підвищення кваліфікації по темі допомоги людині у вирішенні проблеми пошуку та реалізації смислу життя? Так. Ні. (Підкресліть або допишіть свій варіант відповіді). *Можливо.*

17. Наскільки актуальним на сьогодні є вирішення проблеми смислу життя? Дуже актуальне. Певно, актуальне. Зовсім не актуальне. (Підкресліть).

18. Чи належним чином ця проблема вирішувалась до сьогодні? Так. Ні. Не дуже. Зовсім не вирішувалась. (Підкресліть).

Дякуємо за співпрацю і бажаємо Вам успіху!

Зупинімося на деяких узагальнених даних. В опитуванні приймало участь 80% психологів, які мають стаж практичної роботи більше 10 років. Психологи (32 респондента) вказують на досвід роботи з клієнтами, у яких були екзистенційні проблеми. Втім, мало хто виділяв свідомо проблему смислу життя, тому можливо виказали труднощі у формулюванні поняття смислу життя, життєвих смислів, умов їх пошуку і реалізації. Це свідчить про певну професійну неготовність частини опитаних практиків надавати допомогу з проблем пошуку і реалізації смислу життя, орієнтації людини у просторі наявних і можливих життєвих смислів, а також про відсутність чи недостатність методичного інструментарію такої допомоги. Сенситивним щодо становлення життєвого

смислу вказується в основному підлітковий і юнацький вік, але не виключаються й інші періоди життя людини. Всі респонденти віднесли проблему смислу до екзистенційної або екзистенційно-гуманістичної парадигми.

Відповіді на запитання «Що таке смисл життя? У чому він полягає?» характеризуються невизначеністю, що може вказувати на те, що поняття смислу розробляється в науці, але має розмиті межі, є складним і багатовекторним. Хоча усі визначення фіксують основну екзистенційну сутність смислу — «навіщо я живу, чим має бути наповнене моє життя». Деякі з визначень: «Смисл життя — це індивідуальне психологічне утворення, кістяк особистості», «Усвідомлення того, заради чого я це роблю, живу», «Смисл життя — вчитись розуміти його смисл».

Серед висловлювань, за якими психологу стає зрозумілим, що у клієнта екзистенційна проблема, зокрема, проблема смислу життя, такі: «Не знаю, задля чого жити, чим заповнити порожнечу, що робити далі», «Як отримати задоволення від життя», «Як жити далі, нема роботи, діти живуть своїм життям», «Від мене пішла дівчина. Жити не хочеться. Сил немає...», «Навіщо жити, все одно помреши», «Не цікаво жити, нічого не хочеться, відсутність життєвої енергії», «Я не про те мріяла. Не те робила...».

Опитані психологи користуються методами, методиками, прийомами, які спрямовані на самопізнання клієнта, на вирішення його назрілих потреб, розширення свідомості і можливостей, у рамках екзистенційної психотерапії і консультування. Більшість працює не зі смислами як такими, а з переживаннями порожнечі, страху, розпачу і т.д. Незначна кількість опитаних використовує конкретні методики, такі як СЖО, спонування до мрій. З методів зазначені: герменевтичні — розуміння та інтерпретація повідомлень, бесіда, порада, використання притч, тестове дослідження психологічних особливостей особистості, методи інтроспекції, кризової інтервенції, саморозуміння, гештальт-терапевтичні та духовно-орієнтовані методи.

У роботі з клієнтом практики акцентують увагу на наступному (вибірково): *Перш за все слід вислухати людину, зрозуміти, запитати, що її цікавить, дозволити розрядитися її емоціям, звернути її увагу на позитивні моменти життєвої ситуації, що відкриває можливості для самореалізації. Допомогти у досягненні внутрішньої самоідентичності, розуміння власних потреб, пошуку цінностей. Розширення свідомості, рефлексії, саморозуміння. Спільне пропрацювання конфліктів.*

Результат, до якого прагне консультант/психотерапевт: *Треба, щоб людина знайшла в терапевті співрозмовника, радника, допомогти їй розрядити переживання, визначити бажання, життєві цілі, смисли, базові та екзистенційні потреби і бажання, які блокуються. Заспокоїти людину, наішовхнути на те, щоб вона сама собі хотіла допомогти, підтримати її у цьому бажанні. Робота з тривогою, усвідомленням можливостей задоволення потреб. Знайти*

опору у власному досвіді. Намітити перспективи подальшого життя. При цьому не чинити насильства, не давати порад і настанов «як треба».

Лише один з психологів відзначив, що смисли у єдності і дають смисл. Більшість із тих, хто відповів на це запитання, вважають, що життєві смисли мають певну ієрархію, але підкорені одному, найголовнішому смислу. Поняття «високий смисл» не часто, але усе ж зустрічається у роз'ясненнях психологів різниці між «смыслом життя» і «життєвими смислами». 90 % опитаних визнали можливість існування саме високих життєвих смислів. Решта визначились неоднозначно. Серед життєвих смислів виділені наступні (у порядку зменшення кількості називання): духовні або високі; матеріальні; пов'язані з фізичним здоров'ям; меркантильні; соціальні, громадянські, безпеки; сімейні, батьківські, родинні; колективні, групові, дружні; комунікативні, освітні, професійні; екзистенційні; творчості; любові; індивідуальні, особистісні; а також виділені — позитивні; постійні; негативні; мізерні; ниці.

Серед домінуючих смислів у *суспільстві* названі — матеріальні та виживання, *серед старшого покоління* — соціальні стандарти, радянські норми та ідеали, духовні і соціального визнання, *серед молоді* — матеріальні, гедоністичні, статусні, розваг, менше — самореалізації, пошуку себе. Можна сказати, що визначеної стратегії психотерапевтичної допомоги у становленні життєвих смислів, а тим більш високих, раніше і не могло бути, бо існувала загальна установка на певну мораль, і вимагалось бути таким, а не інакшим. Сучасні уявлення щодо надання психологічної допомоги мають враховувати екзистенційні настрої людей, сучасної молоді, яка живе в новому соціокультурному просторі, пошук нею смислу власного, індивідуального буття.

Ті з психологів, хто вважали необхідним і важливим допомогу у становленні високих життєвих смислів, виділяють такі з них, як: *кохання, творчість, досконалість, самореалізація, духовно-релігійні цінності, служіння людям, рух до Бога.*

Серед факторів, що заважають становленню життєвих смислів названі: *соціокультурне середовище, постмодерн, страх безпеки, тиск соціуму на духовне, пропаганда меркантильних цінностей, низький матеріальний стан, що вимагає перегляду цінностей; а також — духовна незрілість, нестійкість моральних переконань, не усвідомлення смислів, підпорядкування стандартам, відсутність рефлексії, позиція жертви чи споживача, брак інтересу до книжок, театру, невміння себе реалізувати.*

До умов здійснення ефективної психологічної допомоги практики відносять: *психологічні* — самосприйняття, знання себе, пошук своєї місії, цінностей і пріоритетів, здатність до рефлексії, хотіти, могли і знати, чого досягти, відповідальність, воля, здатність протистояти впливам, усвідомлення цінності буття, цінності «Я» та іншого, зрілість, цілісність, набуття внутрішньої свободи, здатність до ідентифікації себе з певним оточенням; *соціальні* — забезпечення вітальних потреб, соціальна стабільність і захищеність, закони

і порядок, достойний матеріальний рівень, суспільні ідеали, добрі традиції, коло однодумців, професійне коло; умови виховання у сім'ї та школі, стосунки у сім'ї, приклад батьків, оточення; відчуття себе членом суспільства; сім'я і середовище тощо. *Культурні* — знайомство з культурними цінностями, театр, кінематограф, художня творчість, музика, гончарство, вишивка; фольклор; традиції; пропаганда культурних цінностей дідів-прадідів, християнські норми моралі і духовності; налаштування суспільства на утвердження високих життєвих смислів; освіта людини.

При роботі з клієнтом психолог може (зведені дані): *вплинути лише на психологічні умови, виконати роль посередника, допомогти зрозуміти себе, знайти верству зі схожими цінностями, підтримати у цьому, власним прикладом демонструвати свої позиції та цінності. Актуалізувати людині її власний особистісний потенціал з метою знаходження справжніх смислів. Супроводжувати у самоідентифікації, усвідомленні власних потреб, сприяння особистісному зростанню. Підказати, що крім матеріальних благ, є ще духовні, які слід шукати в собі, в людях, у стосунках з іншими людьми, у справі, в планах на життя. Пояснювати значення духовності, її ролі у житті.*

Узагальнені умови для становлення смислів наступні: *література* — якісна художня, а також фахова, семінари, спеціальна підготовка з метою вирішення людиною екзистенційних проблем, виходу з кризових станів. *Важливим є досвід роботи, власні переконання психолога й особисте бачення ним проблеми та її вирішення.*

Усі респонденти відповіли, що проблема вирішення смислу життя актуальна (80% — «дуже» актуальна). Половина опитаних відмітили, що вона досі не вирішувалась, бо цінності нав'язувалися і декларувалися; друга половина вважає, що ця проблема ставилась, але не цілеспрямовано. Все це вказує на необхідність подальшої дослідницької роботи в напрямку вивчення соціокультурних умов становлення життєвих, зокрема високих смислів, і особливостей психологічної допомоги людині у їх становленні та реалізації.

На основі аналізу літературних джерел [13; 37; 42; 49; 121; 130; 152; 246; 255; 303 та ін.] і власних досліджень виділені наступні **соціокультурні чинники**, що посилюють необхідність і сприяють розвитку теорії і практики психологічної допомоги людині у вирішенні екзистенційних проблем, зокрема у пошуку і реалізації нею високих життєвих смислів:

- зміна історичних умов, що викликає потребу у виявленні та утвердженні нових або втрачених цінностей та ідеалів, у самореалізації, творенні власної індивідуальності і свого життя;
- неоднорідність соціокультурного простору, протиріччя між привнесеним, чужим способом життя і уявленнями про життєві цінності та ідеали в сучасній Україні;
- протиріччя між смислами нового і старшого поколінь, «зношування» старих смислів, що активізує потребу в пошуку нових смислів життя;

- втрата свого власного, але вже старого, «відпрацьованого» смислу, який не відповідає теперішнім реаліям, що викликає тривогу, почуття безвиході;
- нездатність відстоювати свої смисли (брак волі, відповідальності, впевненості в тому, що ці смисли відповідають нагальним життєвим потребам, готовності у їх реалізації);
- навіюваність, залежність від авторитетів, життя за чужими цінностями, «зараження смислами», домінування «псевдосмислів»;
- невміння реалізовувати смисли в дійсності, а не лише в уяві, брак досвіду (страх невдач);
- незбагненність кола життєвих смислів, сфокусованість на фізичних і соціальних потребах, що гальмівно впливають на формування цінностей вищого порядку;
- водночас — це природна здатність до саморуку, саморозвитку, активності, здатність до споглядання, експериментування, потяг до пошуку, зокрема, високих життєвих смислів, звертання до власної совісті;
- потреба у самопізнанні, глибокому розумінні теперішнього, в осмисленні перспектив на майбутнє;
- спроможність психолога, який є носієм тієї ж культури, що і клієнт, враховуючи ідеали і цінності субкультури, виразником якої є людина, встановити з нею взаєморозуміння, діалог, знайти смисловий консенсус, сприяти створенню у неї нової смислової реальності, народженню нового смислу.

Окрім анкети, психологам-практикам (які є «чистими» практиками) і практикуючим психологам-науковцям (що ведуть наукову і практичну діяльність) була запропонована методика В. Ю. Котлякова [134] для визначення того, які категорії життєвих смислів і в якому співвідношенні представлені в системі життєвих смислів наших респондентів. Ми допустили, що у психологів, які працюють в екзистенційній парадигмі, у системі смислів домінують саме екзистенційні. На рис. 3.2. видно, що жодні смисли не є домінуючими у системі смислів респондентів (на виборці 50 чол.). Серед тих смислів, що «досить представлені», перші місця займають самореалізації та екзистенційні; найменше або слабо виражені статусні й гедоністичні. У практикуючих психологів-науковців на одному з перших місць стоять саме екзистенційні смисли («щоб бути вільним», «щоб жити», «щоб любити»). У той час у психологів, які ведуть лише практику, ці смисли займають аж 5-те місце з восьми можливих. Дані дають підставу припустити: психологи, що здійснюють допомогу людині у вирішенні екзистенційних проблем є особистостями, які знаходяться у пошуку цінностей буття і можуть успішно допомагати клієнтам у шуканнях і реалізації смислу життя. Хоча для цього (як видно з відповідей на анкету) необхідна спеціальна фахова підготовка, більш-менш визначений методичний інструментарій, стратегія і особливо досвід такої допомоги.

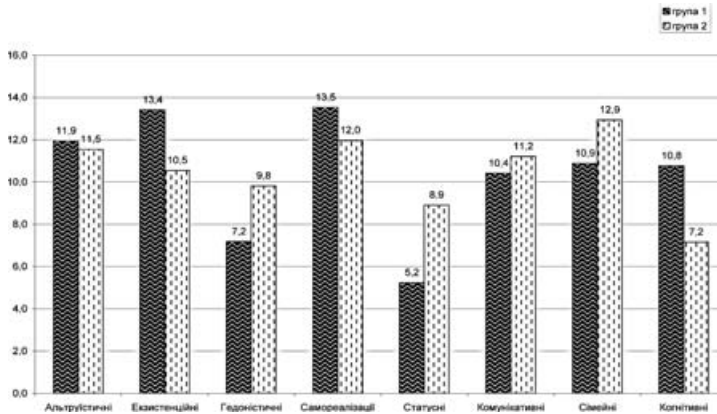


Рис. 3.2. Усереднений профіль представленості життєвих смислів практикуючих психологів-науковців (група 1) і психологів-практиків (група 2)

За результатами статистичного аналізу (непараметричний критерій Манна-Уїтні [О. Сидоренко, 2006]) між групами «практикуючі психологи-науковці» ($n=17$) та «психологи-практики» ($n=33$) встановлено значущі відмінності ($p < 0.05$) в наступних шкалах життєвих смислів: екзистенційні, гедоністичні, статусні, когнітивні. Аналізуючи середні значення цих показників, можна припустити, що домінування у практикуючих психологів-науковців екзистенційних і когнітивних смислів пояснюється їхньою дослідницькою діяльністю, в той час як практики більше переймаються проблемами міжособистісних стосунків, досягнення кваліфікації, певної посади, вони більше орієнтовані на отримання задоволення від життя. Психологи, які практикують і ведуть науково-дослідницьку роботу (на відміну від «чистих» практиків) проводять аналіз значного масиву спеціальної фахової літератури, накопичують і піддають аналізу власний досвід, вчаться, перебуваючи при цьому у постійному русі, який характеризується пошуком перспектив, можливостей розвитку будь-якої особистості, у тому числі власної. Розуміння значень життєвих смислів, переживання, втілення і зміни їх на своєму досвіді, дають можливість психологу краще зрозуміти потреби, настрої, індивідуальні перспективи людини, яка потребує екзистенційної допомоги.

Вікові відмінності між групами психологів загальної вибірки, а саме — «до 30 років» ($n=29$) та «після 30 років» ($n=21$), виявлено за вищевказаним критерієм у наступних шкалах: статусні, сімейні, когнітивні (див. рис. 3.3).

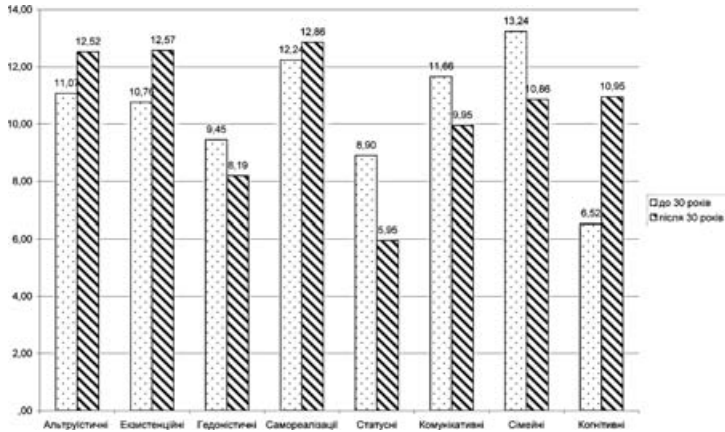


Рис. 3.3. Усереднений профіль представленості життєвих смислів у вікових групах психологів загальної вибірки (за методикою В. Ю. Котлякова)

Якщо характеризувати систему життєвих смислів за віком, то серед тих психологів, кому за 30 років, переважають смисли самореалізації, екзистенційні і альтруїстичні, на що, певно, впливає досвід, особистісна зрілість, сформований світогляд, прагнення до досконалості. У більш молодих психологів переважають сімейні, а потім самореалізації і комунікативні, що можливо пояснити улаштуванням їх сімейного стану, пошуком свого місця у суспільних і особистісних відношеннях. Як практикуючі психологи-науковці, так і ті, хто входить у категорію «30 і більше» значущо відрізняються від «чистих» практиків і молодих психологів за досить низькою представленістю статусних смислів: вірогідно, цей етап становлення вони вже пройшли або ж він для певної частини опитаних ніколи не був першочерговим. А вищий показник когнітивних смислів у цієї частини респондентів, скоріш за все, свідчить про їх впевнений шлях до знань, освіти, життєвої і професійної компетентності.

Представлену методику доцільно використовувати для самопізнання, вивчення психологом-консультантом, психотерапевтом власної системи смислів для того, щоб розуміти, в просторі яких понять (полі чи просторі смислів) він живе і може успішно працювати з клієнтом. Методика буде корисною у визначенні готовності сучасних (як тих, хто вже працює, так і майбутніх) психологів до надання компетентної допомоги людині у вирішенні нею проблем становлення і реального втілення в життя високого життєвого смислу як важливої екзистенційної цінності, — це, у свою чергу, впливатиме на розвиток теорії і практики психологічної допомоги людині у вирішенні екзистенційних проблем у сучасному соціокультурному просторі.

3.2.4. Деякі стратегії психологічної допомоги у пошуку високого смислу життя

*«Клієнт тому й став клієнтом,
що не зумів стати господарем
свого життя, і головний сенс
психологічної допомоги полягає
саме у тому, щоб допомогти йому
повернути «законне право» на власне життя»*

(С.Л. Братченко)

Психологічна допомога людині має бути поставлена і скоординована саме на пошук і реалізацію високого смислу життя, оскільки саме цей рівень забезпечує високу якість життя особистості, її внутрішній розвиток, самореалізацію. На визначення стратегій такої допомоги вплинули ідеї і розробки багатьох учених екзистенційно-гуманістичного спрямування у психотерапії. Зокрема, положення Дж. Бюджентала допомагають зрозуміти основні підходи до діяльності психолога. Вчений виділяє два основних рівня цілей роботи психотерапевта [42; 325]: 1) дефіцитарний рівень цілей — коли зусилля психотерапевта зосереджені на проблемах дефіцитарного типу, тобто на усунення (зменшення) негативних переживань через брак чого-небудь, на коригування умов, від яких людина страждає; і 2) буттєвий рівень цілей — коли сенс не в тому, щоб повернути людину до якихось передбачуваних «гарних умов», які були раніше, а в тому, щоб вона рушила далі — «до багатства і осмислення життя, значно більшого, ніж вона знала досі». Мета полягає не в усуненні «симптомів», а в допомозі клієнтові відчутти себе здатним на більше у своєму житті і мати вибір там, де раніше він відчував примус, несвободу.

Пошук смислу життя є однією із екзистенційних проблем, які не завжди ясно усвідомлювані. Тому спеціаліст, який працює в екзистенційно-гуманістичній парадигмі, виявляючи особливий «екзистенційний слух», у змозі за фасадом заявлених проблем і скарг клієнта вловити приховані екзистенційні проблеми і заклики. У цьому полягає сенс «життєзмінюючої» психотерапії: клієнт і терапевт у спільному шуканні прагнуть допомогти першому зрозуміти ті способи, якими він намагається відповідати на екзистенційні питання свого життя, і переглянути деякі з цих відповідей таким чином, щоб зробити життя більш автентичним і повноцінним, знайти себе справжнього.

Але де, в якій площині відбуваються екзистенційні зміни людського життя, де їхні джерела і рушійні сили? Відповідь, вважає Дж. Бюдженталь, полягає у суб'єктивності людини, яка розуміється як психологічна основа буття, внутрішній світ суб'єктивних переживань, «особиста» реальність, «архетипічна батьківщина» людини, звідки бере початок все найважливіше в її житті. До складових суб'єктивності відносяться образи сприйняття, думки, почуття і емоції, цінності й переваги, передбачення та побоювання, фантазії та мрії людини. Найвірніший шлях до пізнання суб'єктивності — *досвід пе-*

реживання. Найбільш значущий і конструктивний результат консультування буде досягнуто за умови, якщо клієнт бере на себе відповідальність за вирішення своїх протиріч і сам відкриває нові шляхи, «знаходить свої емоційні проблеми внаслідок власного внутрішнього дослідження...» [325 с. 17]. Усвідомлення своєї суб'єктивності, контакт із власним внутрішнім життям, з потоком переживань можливий завдяки «присутності», коли відбувається занурення «у розкопування суб'єктивного». У процесі безпосереднього проживання людиною — в тому числі й подій минулого чи майбутнього — можуть бути почуті і повноцінно усвідомлені екзистенційні проблеми. Екзистенційний рівень психологічної допомоги можливий за умови максимальної присутності обох — і клієнта, і психолога.

У форматі духовної парадигми, що звертається до висот духу, в людині є глибинно-вершинне-духовне, що підтверджує екзистенційний аналіз, «завдання якого, — стверджує В. Франкл, — й полягає у тому, щоб виявити цю неусвідомлену, але все ж наявну духовну реальність» [282, с. 262-263].

Психологічна допомога не вичерпується підтримкою людини у доланні конкретних життєвих проблем, певних ситуацій, а спрямована на розширення у людини уявлення про себе, свої можливості та перспективи, про свою роль у власному житті і в житті суспільства, в якому вона живе і творить, у зведенні життєвих пріоритетів та цінностей, які закладають фундамент індивідуальної світобудови, що і визначає вектор самопізнання, саморозвитку, самоздійснення. Психологічний супровід має сприяти віднайденню людиною внутрішніх ресурсів та поєднанню їх із реальними умовами життя, з поведінкою, реальними вчинками. В цьому сенсі слушно видається думка Ш. М. Рахматулліної стосовно того, що смисл життя не є чисто «знансьве» утворення, адже його не можна просто знати, а тим більш довести. Смисл виражає не значення, а значимість. Адже «значення» відповідає на питання: «Що це? Що це таке?», а «смысл» — на питання «Для чого? Для якої мети?», тобто смисл «не лише вказує, а вказує, маючи у самій вказівці певну мету» [230]. Розвиваючи цю думку, можна говорити не лише про творення, породження, пошук смислу, його осягнення, але й про його реалізацію, процес здійснення. Відповідь на запитання «для чого?» уже передбачає певний порух від знання, розуміння — до дії, вчинку, особистісний вибір людиною того, яким саме шляхом іти, за допомогою яких засобів, яким чином досягати своєї мети (наприклад: «смысл, щоб любити» — то кого чи що? і як?, у чому це має проявлятися?; «самореалізація» — у чому саме? і які перші кроки зараз мають бути зроблені? і т.д.) з урахуванням усіх можливостей і умов втілення смислу в життя. У цьому сенсі доречно навести слова Ф. Гейбеля: «Життя — це не щось, а лише можливість чогось».

Як визначити, що людина знайшла і керується високим життєвим словом чи полем, групою смислів? Напевно, у життєвих проявах, стосунках з людьми, у відношенні до себе, свого життя, до оточуючого світу. У задоволеності власним життям у цілому, у почуванні себе не жертвою життя, а його творцем, у вірі та надії на майбутнє. Адже це майбутнє можна вимірювати, на

нашу думку, щонайменше у *трьох вимірах*: 1) моє майбутнє у здоровому тілі, досконалій роботі внутрішніх органів, чудовому самопочутті, гарній зовнішності; 2) моє майбутнє у тих стосунках і досягненнях, які я вважаю для себе найсуттєвішими: сім'я, друзі, колектив, кар'єра, діти, правнуки і т.д.; 3) моє майбутнє у тому, що я вважаю нетлінним і неминучим, те, заради чого я слідкую за своїм здоров'ям і підтримую стосунки зі світом — чим пройняте усе те, що мені і повертається від навколишнього світу, що ми називаємо Любов'ю, Свістю, Відповідальністю, Свободою, Творчістю тощо.

У творчості, любові, відповідальності, свободі та інших екзистенційних цінностях — вияв духовності, так само як духовність виявляє справжню творчість, любов, свободу і т.д. Народжений, відкритий високий смисл, який яскраво переживається людиною, образно кажучи, «проливає своє світло» на відношення до власного тіла і фізичного здоров'я, на стосунки з оточуючими людьми, ставлення до світу. Усе це, пронизане смислом, у свою чергу, впливає на осмислення цінностей та ідеалів, урізноманітнює і удосконалює систему високих смислів. Так, переживаючи щиро радість від вчиненого Добра, людина починає відчувати свою Відповідальність за свій учинок.

Щодо психологічного супроводу молоді. Вона особливо чутлива до усього нового, привабливого, яскравого, наповненого певним змістом, але коли діти і підлітки вдаються до брутального і негідного, високі почуття замінюються низькими, то це свідчить про відповідні змісти, які несе в собі соціокультурне середовище. Вищі духовні цінності й смисли не можуть бути привласнені, тому у психології пропонується інший механізм, а саме — *діалог*: «У такому діалозі — відкритому і довірливому, суб'єкт-суб'єктній взаємодії — інший допомагає побудувати внутрішній діалог, завдяки якому людина і здатна прислухатися й відкрити в собі ключові духовні змісти» [206, с. 29]. Психолог-консультант або психотерапевт через діалог має можливість достукатися до клієнта, допомогти йому прислухатися до себе, до власної свідомості, відкрити у собі високі смисли і здатність до їх втілення у життя.

Ефективне спілкування з людиною, що має екзистенційні проблеми, неможливе без встановлення діалогу, що передбачає смислообмін між суб'єктами взаємодії [21; 93; 303]. На формування смислових позицій у молоді впливає те, які смисли транслиують дорослі, якими значеннями можуть «заразити» дітей. Комунікація займає суттєве місце серед механізмів, які забезпечують засвоєння, прийняття цінностей. Нав'язування смислів, «зомбування», позбавляє дитину здатності критично ставитися до всього, що їй пропонується, брати відповідальність за своє життя. Хоча закладене в дитині з перших років життя «ядро суб'єктності», за концепцією В. О. Татенка, являє собою досконалу систему, яка не підлягає безпосередньому управлінню ззовні і яка зрештою забезпечує суб'єктові можливість реалізувати себе не лише у відповідності, а й усупереч умовам, які висуває йому суспільство [266, с. 251]. Тож, дитина, підліток уже спроможні оберігати себе від руйнівних зовнішніх впливів. Коли цей «захисний бар'єр» зруйновано, смислова взаємодія може допомогти юній особистості «піднятися» над ситуацією і «вийти» на рівень

самопізнання, духовного удосконалення, творчості, підтримувати потребу у пошуку і реалізації сутнісних, високих смислів, забезпечуючи і являючи тим самим свій духовний розвиток.

Отже, високий смисл життя є екзистенційною цінністю, бо виводить людину на ступінь самовдосконалення, вивищення власних потреб і спонукань до рівня духовного осмислення і творення власного життя.

Високий смисл життя виступає соціокультурним фактором становлення сучасної теорії і практики психологічної допомоги людині у вирішенні нею екзистенційних проблем. На розвиток стратегій цієї допомоги впливає стан розробки в науці і розуміння психологами таких понять як смисл життя, життєві смисли, їх співвідношення, умови становлення і реалізації в сучасному суспільстві. Важливим чинником є орієнтація на становлення високих смислів не тільки психолога-практика, а і його підопічного.

Вітчизняні консультанти і психотерапевти визнають необхідність глибокого вивчення питання смислу життя, зокрема, високих життєвих смислів, які підпорядковані головному смислу існування, але не кожен фахівець може виділити серед озвучених скарг клієнта — проблему смислу власного буття, його духовного наповнення. Людина, що звернулася по допомогу, навіть відчуваючи потребу у пошуку високого смислу життя, не завжди може це пояснити, часто замінює справжню проблему неістотною.

Прагнення людини до високого смислу може пройти поза увагою консультанта чи психотерапевта, у системі життєвих смислів яких екзистенційні смисли представлені недостатньо. Психолог, який не налаштований на відкриття нових, зокрема, високих смислів, не зможе надати ефективну психологічну допомогу клієнту з екзистенційними проблемами.

Не кожен смисл чи система, поле смислів, веде до вдосконалення особистості, її шляху від біологічної істоти — до духовної. Має значення, які саме смисли керують людиною, визначають її поведінку і впливають на життєвий шлях взагалі. Тому, надаючи психологічну допомогу, важливо сприяти розумінню людиною себе і світу у відповідності до існуючих індивідуальних смислів і цінностей, пропонуючи їй вектор духовного самопізнання і саморозвитку. Це проголошення і втілення таких істин як Добро, Справедливість, Співчуття, Любов, Творчість, Відповідальність, Свобода, Совість та ін. Високий смисл може складатись з декількох високих значень людського буття, утворюючи «духовне смислове ядро» особистості. Якщо людина по-справжньому широко прагне до втілення цих смислів, яскраво переживає їх відкриття для себе, то вона свідомо чи несвідомо підпорядковує ним своє життя щохвилини, щодня, постійно, просочуючи ними свої наміри, надії, плани розвитку власного фізичного тіла, стосунків з людьми, природою, перспектив творчого, професійного самовизначення і самореалізації.

Основні стратегії психологічної допомоги людині у вирішенні нею екзистенційних проблем направлені на відновлення цілісності і єдності людської особистості через переживання, усвідомлення, прийняття та об'єднання власного уже набутого суб'єктивного досвіду і нового, що отримується нею під

час взаємодії з психологом-консультантом чи психотерапевтом. Психологічна допомога сприяє осмисленню людиною свого існування з орієнтацією на високі, духовні цінності, пошуку власних можливостей для відкриття і успішного виповнення у житті високого смислу.

3.3. Цінність особистісного розвитку як чинник формування стратегій психологічної допомоги людині у ситуації здійснення особистісного вибору

3.3.1 Особистісний розвиток як цінність сучасного соціокультурного простору

У двадцятому столітті у розвитку психології відбувся поворот до вивчення соціокультурного змісту психіки, до дослідження особистості в контексті широкої соціальної життєдіяльності. Соціальні цінності, традиції, звичаї і норми впливають на людину, пронизують її повсякденність і особливо яскраво виявляються в критичні життєві періоди, часом полегшуючи прийняття важливих рішень, а часом вступаючи в конфлікт з індивідуальними бажаннями, прагненнями. У такі моменти людина стикається з необхідністю глибокого усвідомлення себе, своїх потреб і можливостей та пошуку прийнятних життєвих альтернатив. Іноді підказки можливих життєвих рішень знаходяться в соціокультурному досвіді людей, іноді обставини вимагають від людини виходу за межі загальноновизнаних стереотипів і стандартів. Це час напруженого осмислювання зовнішньої і внутрішньої реальності, перевірки власних переконань, визначення їх ціннісних основ; час звернення до особистої відповідальності, в окремих випадках — творчого перетворення себе і реальності. У цьому сенсі процес пошуку життєво важливого рішення, процес особистісного вибору невіддільний від культурального поля індивідуально-го життя людини. Напруженість цього процесу часто буває значною, вимагає професійної підтримки й супроводу.

Питання психологічної допомоги людині в ситуації особистісного вибору було предметом вивчення найвизначніших зарубіжних психотерапевтів (В. Франкл, Ф. Перлз, І. Ялом тощо) і вітчизняних психологів, котрі внесли вагомий внесок у теорію і практику сучасної психотерапії (Ф. Є. Василюк, Д. О. Леонтєв, Т. М. Титаренко та ін.) [51; 155; 202; 208; 282; 322]. Здатність до особистісного вибору розглядається як власне людська, особистісна здатність. Поняття «особистісний вибір» розглядається у співвідношенні з поняттями «життєвий шлях особистості», «самовизначення особистості», «прийняття рішення», «вчинок».

Представники гуманістичного й екзистенційного напрямів психотерапії надають особливу увагу темі вибору, підкреслюючи взаємозв'язок готовності людини до особистісного вибору з рівнем її особистісної зрілості, здатністю брати відповідальність за своє життя. Сприяння особистісному розвитку людини в зазначених психотерапевтичних підходах розглядається як найважливіша умова її готовності до здійснення особистісного вибору.

Інтерес до особистісного розвитку в світі досить суттєвий. У сучасному соціокультурному просторі, з властивою йому складною динамікою зміни реалій, широким діапазоном норм поведінки і ціннісних орієнтирів, із різким зростанням вимог до рівня функціонування людей, яскраво і значимо визначається тенденція виходу людини на свідому еволюцію [167]. Багато людей у різних країнах практикують ті чи інші шляхи самопізнання і самовдосконалення. Питання саморозвитку і самореалізації стають значущими для багатьох, і ця тенденція є важливою складовою масової зарубіжної культури. Одне із завдань нашого дослідження полягає у з'ясуванні прояву зазначеної тенденції саме у вітчизняній культурі, визначення, наскільки особистісний розвиток є цінністю для наших співвітчизників загалом і як найважливіша умова і базова основа особистісного вибору зокрема. Важливе також питання: які психотерапевтичні засоби є адекватними для вирішення цієї проблеми, як впливає на вибір цих засобів і розробку нових соціокультурне середовище, в просторі якого розгортається життєдіяльність учасників психотерапевтичного процесу — клієнта і психотерапевта, а також сам процес терапії.

Аналіз понять «особистість», «особистісний вибір». Ми спираємося на розуміння поняття «особистість», викладене в працях Д. О. Леонт'єва, О. Н. Леонт'єва, С. Л. Рубінштейна, В. А. Роменця, Л. І. Божович, С. Д. Максименка, Г. О. Балла, та ін. [14; 31; 151; 155; 170; 242; 243]. Особистість, на думку Д. О. Леонт'єва, в своїй основі є «цілісна система смислової регуляції та життєдіяльності, що реалізує через окремі смислові структури і процеси логіку життєвої необхідності у всіх проявах людини як суб'єкта життєдіяльності» [155, с. 154]. О. Н. Леонт'єв підкреслює: «Особистість... виступає як те, що людина робить із себе, стверджуючи своє людське життя» [151, с. 224].

С. Д. Максименко трактує особистість так: «...це форма існування психіки людини, яка представляє собою цілісність, здатну до саморозвитку, самовизначення, свідомої предметної діяльності і саморегуляції та має свій унікальний і неповторний внутрішній світ» [170, с.38]. Л. І. Божович визначає особистість як такий рівень розвитку людини, який дозволяє їй керувати й обставинами власного життя, і самою собою [31]. У різних підходах такі якості, як унікальність, активність, саморозвиток (особистість є суб'єктом розвитку свого внутрішнього світу — світогляду, бажань, прагнень, цінностей, мрій), саморегуляція (зокрема, свідомо регуляція власної ціннісно-смиислової, мотиваційної, вольової сфер), здатність до творчості, відкритість, незавершеність відзначаються як фундаментальні для особистості.

В зазначених вище визначеннях особистості підкреслюється ціннісно-смисловий вектор особистісної регуляції людини та суб'єктність особистісних проявів (особистість є свідомим і вільним автором самої себе). Ці аспекти людського буття принципово важливі для нашого дослідження значущості особистісного розвитку в контексті пошуку і здійснення особистісного вибору.

Д. О. Леонт'єв підкреслює взаємозв'язок особистості і культури: «...особистість — це здатність людини, виступати автономним носієм за-

гальнолюдського досвіду й історично вироблених людством форм поведінки і діяльності» [155]. Г. О. Балл висловився про взаємозв'язок культури і особистості ще лаконічніше: «Особистість — це здатність людини бути автономним носієм культури» [14, с. 311].

Принцип детермінізму С. Л. Рубінштейна (зовнішнє переломлюється через внутрішнє) і протилежний погляд О. Н. Леонтьєва (внутрішнє діє через зовнішнє і тим самим саме себе змінює) в роботах українського психолога В. А. Роменця поєдналися в авторському «вчинковому підході». В. А. Роменець звертає увагу на те, що психологію людини і різні аспекти людської культури реально поєднує вчинок, який має суб'єктивні й об'єктивні детермінації. Вчинок як спосіб особистісного існування відповідає стосункам між особистістю і світом, виявляє ці стосунки [151; 242; 243].

Особистісні труднощі людини часто полягають у тому, що її життєвий шлях через непередбачені зміни розгортається в контексті «виклик-відповідь», а не в контексті раціонально обдуманого плану, який не можна збудувати і здійснити без постійного внесення суттєвих коректив. «Бути людиною — значить бути постійно відкритою викликам життя, а жити — означає давати відповідь на його виклики», — зазначає А. Ленгле [165, с. 120]. Отже, життєва поведінка може визначатися рядом вчинків, якими особистість відповідає на низку викликів, які їй щедро пропонує нинішнє життя у вигляді можливостей або необхідностей. У деяких випадках такі ситуації можуть сприйматися людиною як дуже важкі і тоді важливе рішення, вибір особистісної позиції та її реалізація можуть стати темою для психотерапевтичної роботи.

Основні психологічні труднощі людини значно трансформувалися під впливом соціально-економічних, політичних змін на рубежі ХХ–ХХІ століть. Як зазначає американський психотерапевт І. Ялом, «класичні психоневротичні симптоми стали раритетом... У сьогоdnішнього пацієнта більше проблем зі свободою, ніж із пригніченими потягами. Більше не переслідуваний зсередини уявленнями про те, що йому «слід» робити, і не спонукуваний ззовні «обов'язками» або «повинностями», пацієнт має справу із завданням вибору того, що він хоче робити» [322, с. 252].

І. Ялом підкреслює досить великий рівень свободи представника сучасного американського суспільства і відповідальності, що випливає з цієї свободи. Для нашого дослідження важлива думка про взаємозв'язок процесів самотворення людини й ідей, що циркулюють у суспільстві. Ускладнювати особистісний розвиток, саморозвиток і в підсумку вибір може як жорсткий тиск із боку суспільства, так і недостатня соціальна регламентація, дефіцит цінностей. Ймовірно, як зазначає російська дослідниця Н. А. Нізовських, «потрібен деякий «оптимум» у пропорціях приписів і свобод, пропонованих людині суспільством» [188, с. 30]. Суспільні процеси в Україні не є незалежними від світових, і ймовірно, що тенденції, про які пишуть І. Ялом та Н. А. Нізовських, притаманні і сучасному українському суспільству. Певний внесок у відповідь на питання стосовно особливостей стосунків співвітчизників із темою свободи зроблений у дослідженні, що викладено вище (3.1).

Необхідність прийняття особистісного вибору часто актуалізується при вирішенні життєвих завдань, заданих сучасними **соціокультурними орієнтирами**: вибір професії, навчального закладу, місця роботи, шляхів і темпів професійного розвитку; визначення кола спілкування (друзів, колег) і способів побудови взаємин, самовизначення в сімейному плані, питання самоосвіти та саморозвитку (емоційного, морального, духовного); вибір форм суспільно-політичної та культурної активності, а також форм проведення вільного часу. Соціалізація людини, по суті, відбувається в її самовизначенні стосовно цих сфер життя, які за сучасними культурно-психологічними дослідженнями, стосуються **культурного рівня цінностей суспільства** (див. 1.2). Але сам процес знаходження себе у межах цього рівня цінностей культури неминуче обертає людину до **індивідуального рівня цінностей**. І тут людина стикається з можливістю вибору вже відомого, типового варіанту життя або стоїть перед завданням пошуку більш індивідуалізованого та особистісного способу організації своєї життєдіяльності.

Вибір може бути простим, тривіальним, що не вимагає від людини внутрішнього напруження, і може бути особистісним або екзистенційним, що спрямовує людину до самоінтерпретації та самовизначення. У даній роботі ми орієнтуємося на розуміння **особистісного вибору**, запропоноване Ф. Є. Василюком. **Особистісний вибір є актом «свідомим, довільним, відповідальним, ціннісним і вільним»** [51, с. 293].

Представники гуманістичної психології акцентують увагу на тому, що будь-який життєво важливий вибір несе в собі ціннісно-смысловий вимір, моральний вимір, і, крім того, це й вибір себе, що впливає на формування Я-образу (підтверджує власні уявлення про себе або закликає їх до зміни). В. Франкл визначає людину як істоту, котра постійно вирішує, ким вона буде в наступний момент. «Людина вирішує за себе, будь-яке рішення є рішення за себе, а рішення за себе — завжди формування себе» [282, с. 114]. Прийняття такого рішення — акт не тільки свободи, а й відповідальності. Свобода, позбавлена відповідальності, вироджується у свавілля. Ця відповідальність пов'язана з тягарем вибору людиною можливостей, які криються у світі і в ній самій; можливостей, які заслуговують реалізації, а які — ні. Це відповідальність особи за автентичність її буття, за правильне знаходження та реалізацію нею сенсу свого життя [155, с. 43].

Б. В. Зейгарник також підкреслює ціннісно-смысловий аспект особистісного вибору і відзначає, що особистісний вибір відбувається не за рахунок вольової регуляції, а за рахунок ціннісно-смыслові особистісної регуляції людини. Інколи людина вольовим зусиллям здійснює вибір між протилежними мотивами. Так вона отримує деяке полегшення, але певне напруження і внутрішня конфліктність залишаються [див. 170]. Цей стан можна подолати за допомогою особливого переживання, яке розуміється як активна діяльність (проживання) з породження нових життєвих смислів. Залучення додаткових смислів відбувається за рахунок розширення свідомості і виявлення нових контекстів діяльності, в котрих може реалізовуватися значуща цінність або

виявлятися і діяти нові цінності, що по суті поглиблюють і збагачують саму людину, наближають її до більш глибокого усвідомлювання себе.

Співзвучні твердження ми зустрічаємо у М. Папуша. Автор говорить про те, що найважливіша якість екзистенційного вибору — «це задоволення особистості своїм вибором. У цьому, власне, і полягає екзистенційність вибору. Тільки «збігаючись» зі своїм вибором, приймаючи свій вибір і себе, як того, хто вибрав, особистість починає екзистувати, тобто існувати. Ніяк інакше, лише у виборі особистість не існує, і вибирає особистість, зрештою, не що інше, як себе» [207, с. 369].

Особистісний або екзистенційний вибір постає перед людиною часто як виклик у критичних життєвих ситуаціях, коли в суб'єкта немає ні чітких альтернатив, ні критеріїв їх порівняння. Вона повинна сама сконструювати ці альтернативи, передбачити можливі реалії, які стоять за ними. Свій вибір людина здійснює на основі порівняння цих ймовірних майбутніх реальностей, а також, беручи до уваги свої можливості з реалізації тієї чи іншої альтернативи. Складність цього вибору полягає в тому, що він найчастіше здійснюється в ситуації, що характеризується вираженою невизначеністю. У цьому випадку суб'єкту необхідні особистісні ресурси (ціннісно-сміслові підстави, творчі ресурси) для побудови альтернатив вибору, важлива готовність до найбільшого числа варіантів подій.

В. Н. Дружинін вважає, що існують незалежні від індивіда, знайдені людством і відновлювані в часі варіанти життя, в які індивід включається мимоволі або активно їх вибирає: «життя як передмова», «життя за правилами», «життя як досягнення», «життя як сон», «життя — трата часу», «життя проти життя», «життя як творчість», «життя-служіння». Поняття «варіант життя» є цілісною психологічною характеристикою індивідуального буття і визначається типом ставлення людини до життя. Варіант життя формує людську особистість і певним чином «типізує» її. Індивід перетворюється в представника «життєвого особистісного типу» [105].

Людина залежно від конкретних обставин може вибрати той чи інший варіант життя, чи переживати відчуття, що це вимушений зовнішніми обставинами вибір. Ступінь свободи індивіда і міра тиску на нього зовнішнього світу — соціального середовища — залежать від конкретних історичних умов. За спостереженнями В. Н. Дружиніна, для сучасної людини характерні, головним чином, два варіанти життя — «життя за правилами» і «життя як досягнення», що часто в результаті породжує переживання екзистенційного вакууму і нерідко є причиною звернення до психотерапевта. Разом із тим, як зазначає автор, «життя за правилами» — це життя більшості, найбільш древня і стійка форма буття людей. «Життя як досягнення» сьогодні також є «модальним» — основним варіантом індивідуального існування людей у так званому цивілізованому світі [105].

В. Н. Дружинін також зазначає, що, хоча «модальні» соціально-схвалювані варіанти життя досить затребувані і поширені, вони не є зручними і бажаними для всіх членів суспільства. Ці варіанти не відповідають мотивації,

темпераменту і здібностям деяких людей, оскільки вимагають від них неможливого. Сучасне суспільство багато в чому очікує від людини активності, прагнення до успіху, незалежності, високого рівня автономності. Але не всі люди бачать сенс у кар'єрі і досягненні професійних висот. Однак тиск суспільства значний, і таким людям украй складно його подолати, вони часто йдуть на узбіччя дороги, стають аутсайдерами, в крайніх випадках вибираючи пасивні і не зовсім здорові варіанти життя, «життя як сон», «життя — трата часу», або відверто руйнівний спосіб — «життя проти життя». Більш придатними для цих людей і соціально прийнятними, на думку В. Н. Дружиніна, можуть бути варіанти життя — «життя як творчість» і «життя-служіння». Психологічна допомога цим людям може бути орієнтована на пошук можливої для них рівня активності саме в цих формах самореалізації.

Деякі дослідники, зокрема В. П. Зінченко та Є. Б. Моргунов, висловлюють думку, що при трактуванні процесу розвитку як присвоєння культурного досвіду «практично не залишається місця для саморозвитку, самобудови, самовизначення особистості» [114, с. 21]. З цим полемізує Н. А. Нізовських, яка вважає більш вірним, що «саморозвиток особистості неможливий поза присвоєнням культури, особистісний саморозвиток цим починається» [188, с. 33], і, як зазначає Т. І. Артем'єва, «досягнення людства можна назвати потенційними стосовно кожної окремої особистості» [7, с. 76–77].

Безумовно, зріла людина повинна вміти протистояти культурі. Зокрема, А. Маслоу підкреслював, що, люди, які самоактуалізуються, чинять опір «окультуренню», вони незалежні і нетрадиційні в поглядах, звичках [174]. Але, навіть повстаючи проти культури, людина продовжує належати їй, користуючись тією мовою й тими знаннями, яких навчилася завдяки своєму соціокультурному середовищу. І якщо культура, за визначенням Р. Мєя, «це сама людина» [181, с. 91], то особистісний саморозвиток людини відбувається «за допомогою присвоєння і творіння культури» [188, с. 33]. Зріла особистість, як зазначає А. Н. Крічевець, характеризується розвинутою вибірковістю щодо факторів середовища, самостійно вибирає, що і в якому вигляді їй слід засвоювати [139, с. 15]. І все-таки, якщо «людина більше, ніж психіка» [281, с.275–276], то «особистість — більше, ніж культура» [188, с. 33].

Беручи до уваги полеміку з цього питання, зазначимо, що в практиці психотерапевтичної допомоги людині в ситуації життєвого вибору психотерапевт стикається з тим, що для одних клієнтів є актуальним завдання освоєння прийнятих у культурі варіантів життя, і для них це спосіб їх можливої особистісного розвитку на певному життєвому етапі. Інших важливо підтримати у творчому пошуку способів унікального автентичного самоздійснення, допомогти знайти себе на межі культурального поля.

Особистісний вибір є одним з екзистенційних чинників, що має свою **соціокультурну специфіку**. Оскільки завданням нашої роботи є встановлення цієї специфіки, зупинимось на деяких уточнюючих визначеннях. *До соціально-психологічних змінних, що впливають на особистісний вибір людини, можна віднести такі соціальні змінні, як культурні традиції (звичай);*

норми закону (цивільні, релігійні); специфічні характеристики та вимоги сучасності: напружений ритм життя, що висуває високі вимоги до рівня функціонування людей; великий діапазон цінностей і норм життя, що з одного боку, дає людині більший рівень свободи, а з іншого, закликає до більшої особистої відповідальності [122]. Необхідно також вказати на психологічні змінні, що впливають на особистісний вибір людини. На наш погляд це — *внутрішні настановлення, переконання, совість, а також потреби, бажання, інтереси, які є, певною мірою, відображенням зовнішніх соціальних факторів у внутрішньому світі людини*. Ми вважаємо, що психологічні змінні є результатом інтеграції культурного рівня настановлень, цінностей, патернів світосприйняття і мислення людей і власне індивідуальних особливостей людини.

У дослідженні, яке викладається нижче, ми з'ясували, які саме особливості установок вітчизняних клієнтів та психотерапевтів впливають на психотерапевтичний процес при звертанні людини по психологічну допомогу з питаннями прийняття важливих життєвих рішень. Нас цікавило, яке значення при прийнятті цих рішень має особистість людини, наскільки особистісні прояви людини задіяні у цьому процесі, як взагалі психологічна допомога людині з питань особистісного вибору виглядає в українському психотерапевтичному просторі.

Поняття «особистісний розвиток» і «особистісний вибір» в уявленнях співвітчизників. З метою прояснення питання про те, наскільки наші співвітчизники при прийнятті життєво важливих рішень прагнуть саме до особистісного вибору, наскільки для них особистісний розвиток є цінністю, ми вивчали уявлення практикуючих психологів і клієнтів психотерапії щодо понять «особистісний розвиток» і «особистісний вибір». Досліджувався інтерес до цих феноменів у клієнтів і готовність працювати з такими запитами у психотерапевтів. У дослідженні взяли участь дві групи респондентів (м. Київ): практикуючі психотерапевти та клієнти. Збір даних проводився у вигляді індивідуальних бесід у форматі частково-структурованого інтерв'ю за спеціально розробленими анкетами для кожної з груп. Питання анкет представлені нижче. Відзначимо, що у даному розділі ми не ставимо завдання надати повний аналіз отриманих експериментальних даних, а обмежуємося поданням вже узагальнених результатів, що стосуються дослідження значущості цінності особистісного розвитку і особистісного вибору для наших респондентів.

Анкета для психотерапевта.

1. Чи стикалися Ви з ситуацією, коли клієнт запитував про психотерапевтичний супровід свого особистісного розвитку?
2. Чи намагаєтеся Ви у своїй роботі створювати умови для такого «дозрівання» клієнта, при якому він мав би шанс, якщо захоче, особистісно розвиватися? Якщо «так» — що Ви робите?
3. Чи часто Ви отримуєте запит від клієнта на «особистісний вибір», а не просто «вибір»? Звертаєте увагу на цю різницю? Якщо «так»,

то як Ви самі диференціюєте — чи прагне клієнт до особистісного вибору, чи його б цілком влаштувало простіше рішення?

4. Чи прагнете Ви показати клієнту зону найближчого можливого особистісного розвитку при роботі з проблематикою вибору? Якщо «так» — які реакції клієнтів зустрічаєте?
5. Чи цікавить Вас логіка прийняття рішення клієнтом (за Д. О. Леонтьєвим) [155, с. 155–157]: логіка реагування на стимул, логіка власного стереотипу, логіка соціальної нормативності, логіка задоволення потреб, логіка сенсу (цінностей), логіка вільного вибору?
6. Чи звертаєте Ви увагу на те, наскільки свідомий, довільний, відповідальний, ціннісно-смысловий, вільний вибір клієнта?

Аналіз даних, отриманих в інтерв'ю з психотерапевтами, показав, що в переважній більшості випадків наші клієнти, звертаючись за психотерапією, не говорять прямо про те, що хочуть особистісно розвиватися. Вкрай рідко такий запит може прозвучати у «програмних» клієнтів, тобто у майбутніх психотерапевтів. Разом з тим, більшість опитаних психотерапевтів відзначають, що в процесі роботи вони часто стикаються з бажанням клієнтів розвиватися взагалі: «хочу розвиватися, бути гнучкішим, краще розуміти життя», «мені треба щось змінити в собі», «хочу бути більш упевненим, самостійним», «мені важливе самопізнання, самовдосконалення». Такі висловлювання скоріше можна проінтерпретувати як бажання розвивати свою індивідуальність. Разом з тим, ми можемо говорити і про наявність бажання особистісного розвитку, яке, за спостереженнями психотерапевтів, також нерідко звучить у висловлюваннях їхніх клієнтів, хоч і не прямим чином. Цю внутрішню інтенцію до особистісного розвитку можна відстежити, наприклад, коли клієнти говорять про бажання більшої свободи у своєму житті, кращому розумінні сенсу того, що відбувається, розумінні наслідків своїх дій тощо.

Практично всі психотерапевти відповіли, що вони у своїй роботі орієнтовані на особистісний розвиток клієнта, якщо він виявляє цікавість до цього процесу, і готові створювати відповідні психотерапевтичні умови. Як приклад наведемо кілька висловлювань з інтерв'ю з психотерапевтами: «Найголовніше — допомогти клієнту розвиватися, причому особистісно», «Намагаюсь дослідити, як клієнт сам себе обмежує. Готовий підтримати його у русі до іншої якості власного життя», «Намагаюсь прояснити, що клієнту важливо, орієнтую на пошук сенсу того, що відбувається, на дослідження ціннісно-смыслові, моральної складової його ситуації», «Якщо клієнт хоче змінити свої стосунки на краще і готовий досліджувати свою роль у цих стосунках, то для мене це сигнал про запит на особистісний розвиток».

Розглянемо відповіді психотерапевтів на запитання, пов'язані з особливістю здійснення вибору клієнтами. При пошуку виходу з непростой життєвої ситуації клієнти, які приходять у психотерапію, поведуть себе по-різному. Одні готові перекласти відповідальність на психотерапевта і чекають від нього порад. Інші більше спираються на свій досвід і здатність до усвідомлення, але прагнуть минути фазу дослідження ситуації і швидше щось вирі-

шити і щось зробити. Цим людям більш властиві такі алгоритми ухвалення рішення: логіка реагування на стимул («так виходить»), логіка власного стереотипу («я так звик»), логіка соціальної нормативності («всі так роблять»). Ці клієнти приходять з уже практично готовими рішеннями, але з певною часткою тривоги, обумовленою власними сумнівами, або пов'язаною з тим, що з цим рішенням незадоволений хтось з їх оточення. Цим людям найчастіше важливо отримати від психотерапевта підтвердження своєї правоти, заглушити слабкі сумніви. Доречно в таких випадках психотерапевтична позиція полягає в проясненні сумнівів і переживань, у конфронтації стосовно спроби клієнта скинути відповідальність за власні дії на психотерапевта.

Частина клієнтів у процесі прийняття важливих рішень керуються, головним чином, логікою задоволення власних потреб. Одні клієнти знають, чого вони хочуть, але не знають, як цього досягти. Інші краще знають, чого вони не хочуть, але погано розуміють, що їм насправді потрібно. Підтримка таких людей у виявленні їх справжніх бажань може бути істотною частиною психотерапевтичної роботи з ними.

Перераховані вище алгоритми прийняття рішень, на наш погляд, скоріше можна назвати логіками дії індивідуальності. За спостереженнями наших психотерапевтів, рідко хто з клієнтів спочатку чітко формулює проблему власного вибору як ціннісно-смыслову скруту, а в ухваленні рішення прагне виходити з логіки вільного вибору, тобто з самого початку орієнтований саме на особистісний вибір. У нашому дослідженні жоден із психотерапевтів не сказав, що у нього був клієнт, який би в первинному запиті зазначив для себе важливість принципово особистісного вибору, а не просто вибору або благополучного вирішення ситуації. Ми також звернули увагу на наступний аспект. Описуючи свої проблемні ситуації, багато клієнтів обмежені своїми індивідуальними логіками прийняття рішень і не хочуть виходити за ці межі. Разом із тим, психотерапевти готові показувати клієнтам зони їх можливого найближчого розвитку, підтримувати їх рух від логіки індивідуальності до особистісної логіки. Багато клієнтів приймають цей вектор розвитку, хоча в певні моменти, можуть проявляти реакції страху, спроби утримуватися за звичні форми реагування.

При роботі з темою вибору, багато психотерапевтів відзначили, що вони відстежують, наскільки вибір клієнта свідомий, відповідальний, вільний, ціннісно-смысловий. Загалом аналіз отриманих результатів дає можливість говорити про те, що вітчизняні психотерапевти працюють із темою особистісного розвитку людини і при бажанні клієнта з готовністю відгукуються на подібні запити. Наші психотерапевти уважні до запитів клієнтів, котрі перебувають у процесі пошуку життєво важливого рішення і здатні підтримати його в русі особистісно значимого вибору, якщо клієнт орієнтований на такий рівень вирішення своїх проблем. Безумовно, не всі клієнти здатні до такого вибору, не всі готові нести відповідальність за нього. Разом із тим, привабливість і затребуваність саме такого вибору, як важливого і значимого для існування в суспільстві, на наш погляд, зростає. І, схоже, не малу роль у цьому процесі може

і вже реально відіграє сучасне психотерапевтичне знання, в якому особистість людини, її особистісний вибір мають незаперечну цінність.

Анкета для клієнта.

1. Чи доводилося Вам у житті робити серйозні життєві вибори? Якщо так, то на що Ви спиралися при прийнятті таких рішень, що вам важливо було врахувати?
2. Чи є для Вас цінністю особистісний розвиток? Якщо «так» — як Ви це розумієте? Що це для Вас означає?
3. Якщо Ви вирішуйте проблему вибору, чи хочете, щоб ваш вибір був саме особистісним, або це не так і важливо? У яких випадках?
4. Якщо Ви приймаєте важливе життєве рішення, чи істотно для Вас, щоб це рішення було: свідомим (обдуманим); відображало ваші значимі потреби або бажання; співвідносилось з вашими цінностями і смислами, моральними уявленнями; було відповідальним (тобто, щоб Ви добре розуміли його наслідки для себе та інших); вільним (остаточне рішення Ви приймаєте самостійно, це не сліпе слідування поради авторитетної людини або рішення, прийняте під зовнішнім тиском).

Надамо аналіз результатів інтерв'ю клієнтів за темою нашого дослідження. Всі клієнти відзначили, що їм доводилося приймати життєво важливі вибори, і в цьому процесі вони спиралися на свої потреби, інтереси, бажання, цінності. Типові висловлювання: «Щоб мені було добре, комфортно, зручно», «Звертаю увагу на емоційний стан і ті почуття, які приносить це рішення. Результат повинен бути позитивним». Деякі клієнти давали більш глибоку й розширену відповідь: «Важливо, щоб це рішення гармонізувало відносини з людьми і природою», «При прийнятті рішення спираюся на досвід, інтуїцію, довіряю більше собі», «Спираюся на пріоритети, бажання», «Важливо, щоб вибір співвідносився з моєю життєвою позицією, моїми принципами, відповідав морально-етичним нормам», «Важливо, щоб вибір призводив до досягнення цілей і в кінцевому підсумку був мій. Зважую кількість зусиль, які будуть потрібні, і оцінюю, наскільки це буде виснажливо для мене», «Дивлюсь, наскільки вибір узгоджується з совістю».

Практично всі опитані, за незначним винятком, сказали, що особистісний розвиток для них є цінністю. Під особистісним розвитком найчастіше розуміється: «Це шлях до самого себе, пізнання себе», «Це професійний розвиток, самореалізація, самопізнання, підвищення впевненості в собі і самооцінки, позбавлення тих якостей, які заважають жити», «Це не стояти на місці, розвиватися в різних сферах. Це ерудиція, нові знання, розширення свого культурного рівня, кругозору. Розвиток стосунків. Виховання в собі людських якостей — співчуття, милосердя», «Це стати вільним (в широкому сенсі), стати цікавим для інших людей і по можливості їм допомагати», «Розкриття особистісного потенціалу в багатьох сферах життя, досягнення тим самим гармонії і можливості розвиватися далі. Особистий розвиток вимагає зусиль», «Це робота над собою (читання, роздум) і це процес нескінченний.

До особистісного розвитку підштовхує бажання зробити своє життя і життя інших більш якісним. Це бажання може йти тільки зсередини, воно не може виникнути насильно», «Це моральний розвиток, розвиток душі (доброти, чуйності), духовний розвиток (театр, виставки, церква)», «Читання, роздуми, пізнання світу, самореалізація, кар'єра, матеріальне благополуччя», «Це мати свою точку зору, свої переконання, цінності і пріоритети. Особистісно рости — це самовдосконалення, постійний рух, реалізація творчого потенціалу», «Це наповненість життя, це мужність зазнавати складнощів життя і знаходити сенс», «Це зрозуміти, що таке «моє життя», це знайти і реалізувати свою унікальну можливість, а не жити за стереотипами», «Розвиток сильних сторін, які допоможуть реалізувати своє призначення», «Це реалізація задуму свого життя, покликання», «Це не множення знань, не кар'єрний ріст. Це прислухання до себе і пізнання свого власного шляху».

При відповіді на запитання «Чи важливо вам, щоб Ваш вибір був саме особистісним?», респонденти відповідали: «Звичайно, так». При цьому вже після відповіді деякі запитували: «Що таке особистісний вибір?». Коли це запитання поверталось їм, то типова відповідь була такою: «Це мій вибір, саме мій. Я так хочу». Іншими словами, українці в першу чергу підкреслюють довільність свого вибору, його свободу, і, звернемо увагу, не особливо навантажують це поняття додатковими характеристиками. Коли ж пропонувалось далі четверте питання, більш диференційоване в плані можливих смислових пластів та особливостей вибору, в більшості випадків люди говорили: «Звичайно, все це важливо». При дослідженні такого параметра вибору як свобода, виявилось, що ця характеристика у багатьох людей з віком набуває більшої значущості і можливості реалізації.

Результати інтерв'ю по цій групі ми можемо проінтерпретувати наступним чином. Для українців ідеї особистісного розвитку, особистісного вибору дуже привабливі. Разом з тим, поняття «особистісний розвиток» у свідомості співвітчизників представлено неоднозначно і неповно. Загальна тенденція полягає в тому, що багато людей розуміють під особистісним розвитком загальну інформованість, широту кругозору, загалом культурний рівень, професійну реалізацію; сюди ж відносять кар'єрне зростання і матеріальне благополуччя. Деякі респонденти до цього набору додають самопізнання, творчу реалізацію, самовдосконалення як подолання внутрішніх обмежень, гармонійний розвиток стосунків і визнають, що особистісний розвиток вимагає зусиль. Рідше, але все-таки звучить розуміння особистісного розвитку як морального розвитку, як пошук сенсу і ствердження цінностей, як зусилля зі знаходження і реалізації свого власного життєвого шляху, відповідного глибинній внутрішній сутності людини. Можна сказати, що уявлення про особистісний розвиток в українців має широкий діапазон від спрощеного, однобічного, наближеного до поняття індивідуального розвитку до цілком адекватного відображення основної суті поняття «особистісний розвиток».

Щодо поняття «особистісний вибір», то в уявленнях людей також виявляється певний діапазон і неповнота. Це поняття в свідомості українців ак-

тивно пов'язане з ідеєю довільності і свободи, але в ряді випадків має слабкі зв'язки з іншими важливими характеристиками, такими як усвідомленість, відповідальність, ціннісно-смысловий аспект. Разом з тим, при прямуванні до читанні «Чи важливі ці характеристики?» всі опитані визнають їх беззаперечну важливість. Ми вважаємо, що ця неповнота є зоною можливої психотерапевтичної роботи з темою вибору клієнта. Є сенс з'ясувати, наскільки клієнту важливі ці характеристики вибору, чи справді для нього є значущою особистісна наповненість його життєвого вибору.

На наш погляд, ця неповнота відображає і пояснює той факт, що, з одного боку, людям подобається називати свій вибір особистісним (за результатами клієнтських інтерв'ю), з іншого боку, клієнти, котрі прийшли в психотерапію, так свій первинний запит не формулюють (з інтерв'ю психотерапевтів). При цьому ряд клієнтів, за нашими дослідженнями, активно відгукуються на пропозицію психотерапевтів просуватися від індивідуальної логіки вирішення проблем до особистісної логіки і, зокрема, особистісного вибору. Це ще раз підтверджує значущість теми особистісного розвитку та особистісного вибору для нашого соціокультурного простору.

Таким чином, результати дослідження дозволяють зробити наступні висновки. Питання особистісного розвитку і значимість особистісного вибору є істотною цінністю для українців. Рівень особистісного розвитку людини впливає на її здатність до здійснення особистісного вибору, крім того, потреба у прийнятті саме особистісного вибору в людини актуалізується при певному рівні її особистісної зрілості. Частина клієнтів потребує більш глибокого прояснення ціннісно-смыслового аспекту особистісного вибору, що в багатьох випадках може бути зоною психотерапевтичної роботи.

Враховуючи, що цінність особистісного розвитку може бути представленою в уявленнях співвітчизників неповно або й латентно, в психотерапевтичній роботі доцільно приділяти питанню особистісного розвитку особливу увагу. Це важливо робити, щоб з'ясувати індивідуальне ставлення клієнта до можливості особистісного розвитку, яке не завжди усвідомлюється самою людиною. Психотерапевт може підтримати процес особистісного розвитку, якщо він на якомусь етапі психотерапії стає важливим і бажаним для клієнта: чи то при розв'язанні якогось конкретного питання, чи при пошуку життєво важливих рішень.

3.3.2. Стратегія психологічної допомоги людині у ситуації здійснення особистісного вибору

В основу стратегії психологічної допомоги людині у ситуації здійснення особистісного вибору ми поклали інтегративну модель пропрацювання проблеми вибору людини. Ця модель базується головним чином на дослідженнях Ф. Є. Василюка та доповнюється деякими теоретичними положеннями Т.М. Титаренко, низкою теоретичних й практичних положень гештальт-терапії, екзистенційної та гуманістичної психотерапії, когнітивного підходу, системної сімейної психотерапії.

Зупинимося на вихідних позиціях у розробці даної стратегії. В цілому завдання та методи психотерапевтичної допомоги людині в ситуації життєвого вибору визначаються існуючими в сучасній теорії психотерапії уявленнями про людину, про можливості її розвитку. В цьому плані теоретичні позиції як вітчизняних, так і зарубіжних представників гуманістичного і екзистенційного напрямів близькі в розумінні людської сутності: кожна людина розглядається як особистість, яка знаходиться в процесі становлення та розвитку, їй притаманна свобода волі, вона може приймати рішення та брати на себе відповідальність за власне життя. Відповідно роль психотерапевта бачиться в тому, щоб допомогти людині взяти на себе цю відповідальність за своє подальше становлення і розвиток, за своє життя і його якість [111].

Ф. С. Василюк розрізняє специфіку консультативної та психотерапевтичної допомоги щодо даної проблематики. У консультативній практиці, як зазначає автор, ми можемо говорити про наявність у клієнта проблеми вибору в ситуації, коли вибір для нього є актуальною і усвідомленою проблемою. При цьому альтернативи для нього очевидні, але він не може віддати перевагу одній з них. В цьому випадку психолог орієнтується в своїй роботі на розширенні можливостей клієнта в ухваленні рішення. Разом з клієнтом він розглядає аргументи за і проти наявних варіантів і намагається допомогти виявити плюси і мінуси кожної альтернативи [51].

Тут можуть бути доречні різні теорії прийняття рішення та відповідні їм методи. Представимо метод поступового вирішення проблем, який включає в себе шість етапів: 1) визначення проблеми, 2) складання списку можливих рішень; 3) оцінку плюсів і мінусів кожного варіанта рішення; 4) вибір рішення і планування його втілення; 5) втілення рішення; 6) оцінка отриманого результату. Дана модель і подібні їй орієнтовані, головним чином, на роботу зі свідомістю; вибір в них розглядається як одна з ланок прийняття рішення.

При роботі з проблематикою життєвого вибору клієнта психотерапевтичне завдання іноді полягає в умінні за актуальними скаргами і симптомами людини побачити ухилення від необхідності вибору [51]. Проблеми клієнта можуть розглядатися в ракурсі неприйнятих рішень або як результат вже здійсненого вибору, який приніс клієнту незадовільні наслідки, складні переживання, з якими йому важко впоратися. Психотерапевтична допомога людині в ситуації вибору, окрім рівня свідомості (до якого переважно звертається консультативна практика), задіює також і позасвідомі процеси клієнта — психотерапевт намагається допомогти йому виявити свідомі і позасвідомі смисли кожної альтернативи; зрозуміти несвідоме значення пов'язаної з рішенням тривоги; опрацювати внутрішній конфлікт.

У контексті нашої теми вбачаються важливими ряд положень гештальт-терапії, зокрема положення про значущість усвідомлення при вирішенні питань, пов'язаних з вибором. У цьому напрямі психотерапії постулюється цінність зміни, в тому числі і будь-якої життєвої зміни, за допомогою усвідомлення. Якщо зміни відбуваються за допомогою усвідомлення і активного вибору, вони бувають набагато більш повноцінними, інтегрованими і тривалими, ніж зміни, які відбуваються несвідомо.

Для нашої роботи також важливе положення гештальт-терапії, яке акцентує увагу на тому, що однією з умов здійснення автентичного життєвого вибору людиною є знання і розуміння себе. Сукупне уявлення суб'єкта про себе самого, засноване на інтеграції власного досвіду і асиміляції особистістю історії, може бути спотворено фіксацією травматичного досвіду минулого і втручатися у вибір, спотворюючи його. В цьому випадку індивід користується неадекватною інформацією про себе і тому не може її оптимально співвіднести з індивідуальною історією. Людина буде робити щось схоже на вибір, що таким насправді не є. Справжня свобода вибору в цьому випадку втрачена, а справжній вибір з усього поля можливостей не здійснюється. Таким чином, опрацювання травматичних переживань людини, що впливають на її сприйняття себе і навколишнього світу, може бути одним з аспектів психологічної допомоги особистості при роботі з проблематикою життєвого вибору.

Крім цього, ми виявили, що для вирішення психотерапевтичного завдання прояснення і формування образу Я може бути корисна робота з історією родини, зокрема метод генограми [110]. Особливість методу полягає в тому, що клієнт отримує можливість дізнатися щось важливе про свою родину, побачити і емоційно пережити життєвий досвід своїх рідних. Генограма дозволяє побачити, яким чином життєві цінності близьких втілилися в їх життєвому шляху, які придбання і жертви їхнього способу життя. Цей живий життєвий матеріал зачіпає глибинні емоційні пласти клієнта, дає йому можливість «приміряти себе» до того чи іншого способу життя, полегшує пошук власної ідентичності. Матеріал генограми показує клієнту ресурси сім'ї та проблеми сім'ї, які можуть несвідомо передаватися з покоління в покоління, звертаючи тим самим клієнта до відповідальності за те, що особисто він буде надалі транслювати своїм нащадкам і світу в цілому — затвердження життя або регрес.

У контексті опрацювання образу себе для нашої роботи виявилися важливими дослідження українського психолога Т.М. Титаренко. Автор виділяє ряд етапів здійснення життєвого вибору, фактично, як ми розуміємо, позначаючи етапи самовизначення особистості: а) етап пробудження інтенціональності, який характеризується переживанням незадоволеності собою і знаменує початок пошуку нового образу Я; б) етап активного і суперечливого процесу пошуку нового образу Я, його виявлення та «примірки»; в) етап формування життєвого задуму з урахуванням нового образу Я і визначення стратегій здійснення нових життєвих відносин [202].

Досвід нашої практичної діяльності дозволив дійти до висновку, що окремої уваги психотерапевта потребує підвищення реалістичності сприйняття клієнта. Для досягнення цієї мети доцільно звертати увагу клієнта на його ірраціональні і неадекватні уявлення про життя та його закономірності, які значною мірою порушують життєве функціонування людини. Ми встановили, що в цих випадках доречно застосовувати засоби когнітивного підходу, а також техніки роботи в рамках терапії реальністю А. Глассера.

З існуючих розробок стосовно психотерапевтичної роботи з проблемою вибору досить цікавою і плідною уявляється операційна структура акта ви-

бору Ф. Є. Василюка. Досліджуючи вибір як процес, він виділяє наступні фази: відвернення від труднощів зовнішнього світу (вміння виходити з поля дії тимчасових, швидкоплинних обставин) і утримання складності внутрішнього світу (низки життєво важливих стосунків, а не лише якихось одних актуальних взаємин); актуалізація глибинних цінностей (через співвідношення актуальних власних цінностей із вищими буттєвими цінностями); оцінка альтернатив різних образів життя, в яких реалізуються різні цінності і виявляються різні образи Я; ухвалення рішення; прийняття жертви. Повноцінний акт вибору включає всі вказані операції і фази, в кожній з яких у згорнутому вигляді і зі своїми акцентами проходить повний цикл вибору [51].

Операційна структура вибору Ф. Є. Василюка послідовно і технічно описує можливу стратегію психотерапевтичної роботи з темою вибору. Досвід застосування цієї стратегії нами описаний в одній із попередніх публікацій [110]. У даній роботі ми хочемо детальніше зупинитися на особливостях можливої психотерапевтичної роботи з ціннісно-смысловим аспектом вибору як однієї з найважливіших сторін особистісного вибору, яка при всій своїй значимості часом проходить повз пильної уваги з боку клієнта.

Як зауважує Ф. Є. Василюк, існує внутрішня тенденція ухилятися від справжнього вибору. Ця тенденція, як правило, перебільшує складність внутрішнього життя людини і труднощі зовнішніх обставин. Для здійснення повноцінного вибору необхідна готовність актуалізувати у свідомості значущі цінності, переводячи їх із горизонтальної площини ситуативного зважування у вертикальну площину принципової оцінки. На цьому етапі важливе чітке формулювання альтернатив і прояснення їх ієрархії. Наявні цінності клієнта ще раз випробовуються, вивіряються, але не так «від голови», як «від серця». Це час закликати цінності і прислухання до неї — як відгукнеться? На цьому етапі може відбутися уточнення цінностей, ясніше їх усвідомлення. Ймовірна ситуація, коли вибір здійснюється не з наявності двох рівновеликих альтернатив, а складається із створення нових смислових стосунків, які радикально перетворюють ситуацію загалом. Це може бути вихід за межі вже відомих альтернатив, створення нової, конструктивної альтернативи. На цьому етапі мають особливе значення творчі ресурси особистості.

Наступне і основне питання цієї частини вибору полягає у тому, щоб зрозуміти, як певна цінність і відповідна їй діяльність поєднуються у житті клієнта. Важливо допомогти йому побачити, який образ «Я» формується, які перспективи життя вимальовуються при реалізації цієї чи іншої альтернативи. Різні образи «Я» і пов'язані з ними різні способи життя порівнюються, відбувається свого роду «примірка» образу себе і відповідного способу життя. Саме у процесі цієї роботи клієнт здійснює можливий вибір себе і свого життя.

На рівні свідомості цей процес може виявлятися у відповідях на запитання: «Чи хочу я такого життя? Хто я перед лицем своїх цінностей, якщо вибираю це життя? Чи можу я від нього відмовитися? Ким я виявлюся у цьому випадку? Чи відповідаю я такому життю? Чи можу його витримати?» і т.д.

Йде складна внутрішня дискусія, в ході якої кожна з конкуруючих альтернатив багато разів, у різних варіантах і поєднаннях з'являється на сцені. В ідеальному випадку, рано чи пізно, настає момент, коли раптом усередині особистості виникає співзвуччя двох її образів, — що йде від цінності, а що йде від запропонованої однієї з альтернатив життя. Цей момент знаменується відчуттям внутрішньої узгодженості, радісного пізнання себе у своєму житті, натхнення, відчуття достовірності, осмисленості, прийняття долі, мужності жити.

Це переживання, на наш погляд, чудово описує А. Ленгле. «Мова йде про момент зародження автентичності. Якщо ми хочемо отримати доступ до справжнього в нас, до того, чим ми є за своєю суттю, то нам слід «відпустити себе», дати собі бути і, відкрившись усередину себе, запитати: «Чи відчуваю я, що це для мене правильно?». І звернути увагу на інтуїтивне чуття, яке при цьому починає звучати як відповідь на запитання. Я не можу створити цю відповідь, я можу її тільки відчути. Я відкриваю доступ до моєї автентичності, до духовної сутності, яка піднімається, йде до мене з невідомої глибини. Це незбагненно за допомогою раціональності, оскільки перевершує раціональне. Я ніколи не зможу цим володіти, користуватися і керувати, я можу тільки черпати це з моєї внутрішньої глибини... І тоді зникає внутрішнє розшарування, розірваність, відчуття, що я не є я, загубленість, залишається моя цілісність — і вона є моя сутність» [165, с. 102].

Таким чином, ключовим моментом у роботі з особистісним вибором людини є опрацювання ціннісно-сислової складової вибору, при якій цінність, усвідомлена як пріоритетна, органічно поєднується з відповідним образом себе, точніше породжує цей образ і втілюється в певному способі життя. При цьому людина відповідально і вільно приймає рішення жити саме так, мужньо справлятися з можливими труднощами і обмеженнями.

Стратегія психологічної роботи з темою особистісного вибору, по суті, полягає у супроводі процесу переживання клієнта при проходженні ним основних етапів вибору (актуалізація глибинних цінностей, оцінка альтернатив, ухвалення рішення, жертва). Здатність психотерапевта до співпереживання з клієнтом і до співприсутності з ним є необхідною умовою послідовного руху людини до глибшого усвідомлення себе і себе в світі, автентичного самоздійснення у власному особистісному виборі.

Розділ 4.

СОЦІОКУЛЬТУРНІ ТА ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ СТАНОВЛЕННЯ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНОГО ПІДХОДУ, ПОБУДОВАНОГО НА ОСНОВІ ІДЕЇ ЧАСУ

Розпад імперії, незавершеність становлення Української державності, світові процеси глобалізації роблять кордони держави в багатьох сферах (економічній, релігійній, інформаційній, ідеологічній) рухливими та прозорими чи неіснуючими. Для нестійкої свідомості ці процеси можуть бути загрозою, сприйматися як відчуття незахищеності, розгубленості, розмивання укоріненості, вести до криз, соматизації, підвищення тривожності, агресивності та ін. На психологічному рівні це коло проблем можна окреслити через проблеми з ідентичністю, індивідуацією; проблеми розвитку; встановлення, відчуття чи розмивання психологічних кордонів. У міжособистісних та міжгрупових стосунках існує феномен, який втілює одночасно тему символічних кордонів та ідентичності; соціальну, психологічну та тілесну сфери існування людини, — це феномен поваги. Очевидно, що повага може відчуватися та здійснюватися людиною тільки коли психологічні кордони суб'єктів взаємодії (або хоча б одного з суб'єктів) вже існують, але можуть бути порушеними. У психодинамічній психотерапії вважається що психічні межі формуються у процесі розвитку дитини [12; 64; 65; 66; 87; 99; 101; 120; 128; 127]. З цього виходить, що до певного рівня розвитку не має сенсу очікувати від людини проявів поваги, бо ще не сформована психологічна здатність до шанобливого ставлення. Феномен *здатності до поваги* в психології досі не виокремлювався та не досліджувався. В сучасних соціокультурних умовах у нашій психотерапевтичній практиці зазначені проблеми у стосунках проявляються як втрата особою здатності до поваги в результаті вікової регресії або нездатність до шанобливого ставлення як прояв незрілості психологічних структур особи. У психологічних та психотерапевтичних словниках до цього часу не існувало окремої статті з психологічним визначенням цих феноменів. У нашому дослідженні *повагою* ми будемо називати *особливу спрямованість суб'єкта стосунків до визнання за іншим права на окреме існування, світосприйняття; відмінні переживання, думки та відповідні форми реалізації цієї спрямованості*. *Здатністю до поваги* ми будемо називати *можливість самостійного утримання особою чи спільнотою цієї спрямованості*.

Згадуючи історію ми можемо зазначити, що на соціокультурному рівні до цивілізаційної політики ще донедавна не можливо було застосувати ці поняття. Ставлення до інших народів та культур як до меншوارтих варварів, піднесення свого світогляду та зневага до інших протягом тисячоліть реалізовувались у формі загарбницьких війн, поневолення, знищення певного способу життя та бачення світу, расизму, фашизму. Хотілось би сподіватися, що уроки другої світової війни, винайдення атомної зброї та загроза тотального знищення цивілізації стануть рубіконом, своєрідною соціокультурною фрустрацією бажання окремих спільнот займати виключне положення перед

обличчям Бога, природи або історії. Нажаль зовсім нещодавні військові компанії в Іраку, на Балканах, у Чечні, Ізраїлі, свідчать, що інфантильні установлення свідомості, втрата здатності до поваги досі «прориваються» під «пристойними» приводами економічної доцільності або нападу як випередження заради захисту. Такі тенденції у спілкуванні спільнот, на нашу думку, можуть мати щонайменше дві перспективи: бути взаємно знищеними або подорослішати. Другий варіант передбачає необхідність безперервної культурної рефлексії засобами мистецтва, науки та філософії — усвідомлення існуючого порядку речей, потягів та бажань, фрустрацію інфантильних форм їх реалізації та створення якісно нових взаємно прийнятних форм спілкування з повагою один до одного. Та знову і знову винайдення нових прийнятних форм здійснення потягів та бажань для кожної нової генерації.

У новітній історії України особливо яскраво феномени поваги, гідності, достоїнства на соціокультурному рівні проявляються від зворотного, коли уривається терпець до неповаги і виникає необхідність відстоювати гідність, актуалізуються необхідність рефлексії та символізації. Стихійно виникають та самоорганізуються різноманітні акції протесту. Наприклад, під час помаранчевого Майдану виникло відчуття піднесення, єднання, національно-культурної (не по крові) ідентичності великих мас населення. Позитивно феномен поваги проявляється, коли ми зустрічаємось з проявами гідності, компетентності, подолання, відваги, жертвовності, здатності радіти й дивуватись життю. Нас надихають перемоги у спорті, наукові досягнення, мистецькі події, подвиги рятувальників, буденне чесне та компетентне виконання своїх обов'язків, приклади подолання недуг та скрутних життєвих обставин. Але рівень взаємної поваги повсякчас піддається випробуванням більш інфантильних форм свідомості та не завжди витримує ці випробування. Ми спостерігаємо часткове розмивання цих феноменів, прояви неповаги, приниження [234], втрату спільного сенсу та агресивну підміну його на декларативні гасла, позичені на теренах маніпулятивних стосунків.

Аналіз практики надання психотерапевтичних послуг не медичного характеру [87; 110; 121; 123; 144; 196; 211; 212; 223] дозволяє зробити емпіричне узагальнення: наразі левова частка звертань по допомогу пов'язана з різного роду проявами інфантильності та нездатності до поваги. Дефіцит розуміння складних випадків змушує науковців створювати нові підходи, моделі, технології, за допомогою яких можна було б працювати з психічно здоровими клієнтами. Один з таких підходів, який викладається у даному розділі побудовано на основі ідеї часу. Феномен поваги чи її відсутності як соціокультурний чинник найбільше вплинув на становлення цього підходу. По-перше, безпосередньо впливаючи на засновника підходу як члена суспільства; і, по-друге, опосередковано, через складну проблематику випадків звертання по психотерапевтичну допомогу. Конфлікт ідеологій («свобода і достоїнство людини є цінністю» та «людина є тільки гвинтиком у соціальному механізмі досягнень „ідеалу”» або споживачем) грає у сучасній Україні, на нашу думку, вирішальне значення для решти конфліктів нижчого рівня і проявляється

як межа поваги та неповаги. Напруження, яке виникає в результаті дії цього конфлікту з одного боку є руйнівним для багатьох форм свідомості, а з іншого боку створює унікальну можливість інтенсивного духовного розвитку.

4.1. Характеристика основних понять

Час та простір

Досліджуючи будь-які зміни, процеси, зокрема і розвиток, ми імпліцитно спираємось на уявлення про час та простір: щось просторове, об'єкт розвитку, змінюється з плином часу. Досліджуючи ж людину, ми помічаємо що у її внутрішньому світі час являє себе по іншому, «вільно» і має дещо інші властивості. Переживання тривалості події більше залежить від ставлення особи до цієї події ніж від фізичних характеристик її здійснення. Щоб уточнити для себе, що ж мається на увазі, коли мова йде про просторові об'єкти, простір, зміни та плин часу і як людина сприймає ці феномени та відтворює їх, ми провели експериментальне дослідження за традиціями загальної та експериментальної психології.

Ми досліджували сприйняття та відтворення людиною інтервалів часу за формулою Г. Еренвальда та методикою професора Б. Цуканова [302; 87]. За тією ж процедурою, яку адаптували, ми вивчали сприйняття та відтворення просторових об'єктів. В результаті було виявлено, що між особливостями сприйняття та відтворення як часових, так і просторових об'єктів існує значущий кореляційний зв'язок. З одного боку цей зв'язок є експериментальним підтвердженням ідей А. Бергсона про природу часу [22] та наших гіпотез про сутність часу та простору [87; 223] й віддзеркалює властивості об'єктів (інтервалів часу та простору), які пред'являє експериментатор. З іншого боку процедури двох частин нашого експерименту спонукають до дії одні й ті самі механізми людської психіки.

Спроби зрозуміти отримані результати спонукали нас ще раз звернутись до вже здійснених відомих досліджень. Що ж мається на увазі, коли ми говоримо про час та простір? У своїй дисертації А. Бергсон вивчає феномен часу і говорить про власне час як про тривалість. Якісне переживання тривалості він пов'язує зі свободою. Далі А. Бергсон вказує на те, що тривалість у культурі несвідомо замінюється протяжністю, послідовність — одночасністю, якість — кількістю і навпаки. Він розрізняє дві форми тривалості, дві сторони життя свідомості. «Одна тривалість пов'язана з «я», кожен стан якого чітко окреслений, як тінь «я», що відкинута у простір розмірковувань і здійснюється у послідовності ідентифікацій. Друга, якісно відмінна тривалість, пов'язана з «я», в якому послідовність станів передбачає злиття, відчуття власної сутності та ідентичності. Вимогам соціального життя в цілому та мови зокрема краще відповідає «тінь я», що відкинута у простір стосунків зі світом. Наше ж сутнісне «я» поступово зникає з поля зору. Реальне замінюється символами і розглядається через призму символів» [22]. Далі може зникати і зв'язок з реальним, символ замінюється знаком, виникає феномен відчуження.

Коли мова йде про стани свідомості, тривалість переживань, душевні про-
яви, звичайний інструментарій природничих наук втрачає свій потенціал і ви-
никає потреба звернутись до філософських, релігійних або мистецьких творів.
У цьому контексті на думку спадає поетичне «дослідження» Э. Рільке:

*Та хіба це назвала ти душею,
Що дзенькає в тобі нерівно, тонко,
Щоб вщухнути як брязкальця у блазня?..
Що слави просить, простягає руку?..
Що прийме смерть в тьмяній імлі каплички?
Чи це душа є?*

*А я дивлюсь в ночі в травневі квіти,
В мені як наче вічності краплина,
Що лине в круговерть зірок, у далеч,
Вона тріпоче і кричить навздогін,
Летить до них і хоче поєднатись...
Душа у цьому... [234]*

Автор у поетичній формі описує дві якісно відмінні форми душевного існування й сприйняття світу та відповідні значення, які має у мові слово «душа». Тлінну, смертну, уражену та непевну тривалість душевного існування, що потребує повсякчасного зцілення Є. Рільке відокремлює від розмікненої до незбагненої глибини всесвіту якісно відмінної тривалості душевного існування, яка символічно може бути здійсненою у будь-чому, у сприйнятті квітки, краплини або зірки і є тривалістю вічності. Можемо констатувати, що як наукові та філософські, так і поетичні способи сприйняття світу виокремлюють тривалість як форму людської сутності та розрізняють дві її якості. «Наші сприйняття, відчуття, емоції та ідеї існують у двох якостях: точній, але безликій; а також у непевній, нескінченно мінливій і невиразній, але такій, що висвічує нашу сутність» [22]. Першу А. Бергсон називає часом-кількістю, або допоміжним простором, а другу — часом-якістю.

«Аналізувати можна річ, а не процес; можна розчленувати протяжність, але не тривалість. Якщо ми все ж таки намагаємось його (процес) аналізувати, то несвідомо перетворюємо процес у річ, а тривалість у протяжність. Уже одним тим, що ми намагаємось розчленувати конкретний час, ми розгортаємо його моменти в однорідному просторі, замінюючи факт, що зараз відбувається, таким, що вже відбувся. Таким чином, ми начебто заморожуємо активність нашого «я», і спонтанність перетворюється на інерцію, свобода — на необхідність» [22; 145]. «Чи можна адекватно представити час за посередництвом простору?». На це питання ми відповідаємо: «Так, якщо мова йде про час, що вже минув; ні, якщо ми говоримо про час, який плине тепер» [22; 146]. Це фундаментальне розрізнення дозволяє глибше зрозуміти такі форми психічного життя: безпосереднє переживання як процес і переживання як об'єкт розгляду та усвідомлення (друга форма передбачає попереднє відсторонення, відчуження). І це розрізнення також стає очевидним, коли ми згадаємо способи, які вигадало людство для вимірювання часу. Перший, коли ми спостерігаємо та можемо переживати справді тривалість теперішнього часу (обертання Землі навколо своєї осі створює окрім зручної для обліку періодичності ще й тривалість дня та ночі; навколо Сонця — тривалість теплих та холодних пор року; так само і фази місяця). Другий спосіб, коли тривалість «тепер» стискається до миті, наближається до нуля,

математичної точки на просторовій шкалі часу (на стрілочних годинниках — це справді риска на існуючому у просторі циферблаті чи кутова величина; секунда чи година через хронограф вертається до нас вже просторовим феноменом; у водяних чи піскових годинниках «тепер» є просторовим перехідом, а просторовий феномен об'єму речовини говорить нам про час, що вже сплинув чи ще лишився). До другого ж способу вимірювання віднесемо електронні годинники, де «тепер» позначається цифрами (суть — абстракціями, які існують в просторі уявлень) та атомні хронографи, де частоти електромагнітного випромінювання атомів чи молекул не доступні безпосередньому сприйманню людиною, тобто так вимірюється не безпосередньо тривалість, а кількість послідовностей.

Чи можна відтворити переживання? Мабуть ні, як не можна зайти в ту ж саму воду. Чи можна відтворити тривалість, не відокремивши її попередньо від переживання, завдяки зусиллю розуму перетворивши її в послідовність (часто, через процес співвіднесення з ритмами організму)? Мабуть ні. Але, завдяки здатності до відчуження, запам'ятовування, уявлення, фантазування та усвідомлення, мабуть можна відтворити певні ознаки переживання. Наприклад, у нашому експерименті — «кількість» тривалості та протяжності.

Завдяки терміну *допоміжний простір*, який означає підміну людиною тривалості часу у її намаганнях аналізувати переживання, що триває, виникає принципова можливість виокремлювати процеси об'єктивації станів свідомості і вносити їх у поле уявлень про світ та стосунки, загальну течію соціального життя. А отже, і у поле розгляду науки. Перетворення тривалості стану в об'єкт розгляду — один із базових механізмів свідомості, спілкування, мови, самосвідомості, ... людськості. Тож одним з найважливіших понять теорії А. Бергсона, на яке ми спираємось у намаганнях зрозуміти час та простір, є поняття *опросторювання часу*, яке розкривається автором як інерція свідомості, яка привчена до гарантованих форм мовного, визначеного апріорними знаннями існування. Пригадуючи фізичне розуміння інерції, ми бачимо, що це є сила, яка виникає *не із взаємодії*, як всі решта сил. Вона є векторною величиною, що спрямована у напрямку, зворотному прискоренню, тобто опосередковано, дії суми первинних сил, які викликали прискорення. Також вона прямо залежить від маси тіла та виникає у неінерційних системах відліку. Використовуючи фізичне поняття як метафору, або модель, тобто виокремлюючи структуру, яка повторюється у відмінних контекстах (як ми вже робили раніше), в нашому випадку — психології та фізики, ми можемо висвітлити та розшарувати окремі аспекти феномену. Тут — феномену свідомості та його властивості до інерції, опросторювання та відчуження. Життєва сила людини, яка виникає із взаємодії (поки не розглядаємо, якої саме) та первинно створює прискорення розвитку («тіла разом з неінерційною системою відліку»), може бути відчуженою від первинного джерела та приборканою і привласненою завдяки силі інерції свідомості. На наш погляд, А. Бергсон, описуючи процес *опросторювання часу*, саме відкриває механізм відчуження, принципи конституювання суб'єкту в соціальному

плані та *глибинні передумови можливості існування соціуму* і людини як соціальної істоти. Через просторовий образ людина може порівнювати об'єкти світу між собою. Завдяки образу ми можемо уявляти самих себе, тобто здійснювати відчуження, об'єктивацію власних станів свідомості та складати до себе *ставлення*. На нашу думку, це перша з умов та механізм можливості самоусвідомлення, рефлексії й спілкування. На прикладі розвитку нервової системи немовляти на рівні психофізіології ми спостерігаємо ті ж феномени. Процеси сприйняття відрізняються від процесів відчуження тим, що відчуження — це збудження відповідних локальних зон мозку, а сприйняття має просторовий «малюнок» — зони окремих відчуттів пов'язуються між собою проторованими шляхами нервових імпульсів завдяки досвіду повторення рухів немовлям у просторі та відповідному утворенню мієлінових оболонки. Нещодавно відкриті дзеркальні нейрони на нейрофізіологічному рівні забезпечують зворотні, дзеркальні механізми темпоралізації простору — можливість переживати тілесні відчуття спостерігаючи за відчуттями інших істот.

Одним із наслідків розуміння описаних механізмів відчуження для психотерапевтичної практики є можливість і необхідність утримання у свідомості дослідника кількох різних моделей феномену. Тобто, більше двох зовнішніх позицій для самоспостереження. Бо інакше дослідник-психотерапевт, який використовує власні відчуття (контрперенесення) для діагностики стосунків у психотерапії, не зможе повсякчас розрізняти витoki цих відчуттів (витоками можуть бути — власний досвід, стан співрозмовника чи інші чинники). Ми застосовуємо наявність кількох моделей також як методичний прийом опросторовлення часу, самодисципліни мислення, як спосіб пам'ятати, що модель не збігається з реальним, та можливість використовувати описані А. Бергсоном властивості різних «я» та одночасно уникати повного відчуження. Це дає можливість усувати деякі попередні установа свідомості, досліджувати феномен «майже» безпосередньо та створювати нові моделі людини згідно з сучасним контекстом її існування та задля прагматичних цілей нашої психотерапевтичної практики.

Повертаючись до нашого експериментального дослідження, ми можемо сформулювати тезу: за допомогою процедури професора Б. Цуканова та нашої модифікації цієї процедури, вимірюється феномен, який знаходиться в області часу-кількості (допоміжного простору) і по суті існує, так би мовити, на перетині часу й простору або ж поєднує їх. Саме тому відтворення проміжків часу і простору можуть мати кореляційний зв'язок. Особисту одиницю часу лише умовно можна визнати як «тепер» з його можливостями глибинних душевних переживань та духовних станів. Б. Цуканов вказує на вродженість особистої одиниці часу та її константність протягом життя. Психіка ж людини формується і може змінюватись якісно. І сам феномен змін може бути здійсненим тільки тепер. В минулому вже, а в майбутньому ще нічого не можна змінити. Тож «тепер» Б. Цуканова та «тепер», коли можливі зміни, переживання, самовизначення — це різні феномени. Ми можемо визначити феномен особистої одиниці часу «тау» як сталу психофізіологічну одиницю

базових *структурних* утворень психіки, «крок» внутрішнього ритму психіки. А будь-яка структура є поняттям просторовим, яку, за А. Бергсоном, лише умовно можна віднести до часу. І саме тому «та» має бути значимо пов'язане з процесами соціалізації та успішністю (про це пише Б. Цуканов), [300] які по суті є процесами оволодіння та пристосування до різноманітних соціальних і природних структур світу (через внесення поправки, присвоєння кожному типу ситуацій «коефіцієнту», який узгоджує внутрішньопсихічні та зовнішні структури різноманітних стосунків та відносин) — пошуком чи створенням місця власного переживання у світовому порядку.

Розвиток. Зрілість як етап розвитку

Ми помітили, що феномен неповаги у загалом позитивних стосунках може виникати по-перше, коли, згідно визначенню, об'єкт стосунків втрачає свою гідність. По-друге, коли сам суб'єкт стосунків втрачає внутрішню можливість поважати. Згідно зі спостереженнями, це зазвичай супроводжується ознаками вікової регресії. Тож ми можемо припустити, що внутрішня здатність поважати пов'язана з певними етапами розвитку.

У психодинамічній психотерапії основними інструментами роботи психотерапевта є стосунки, мова та мовлення. Значення та відсилання синонімів, часткових синонімів, однокорінних слів, антонімів та ін. створюють певний візерунок взаємозв'язків — структуру, яка, за нашими спостереженнями, існує як у мові та мовленні, так і у взаємостосунках людини, яка є носієм цієї мови. Тобто, структуру відсилань та значень певних мовних одиниць ми можемо використати для дослідження структури стосунків між людьми та уявлень про ці стосунки у носіїв мови. У такому баченні ми спираємось на ідеї Фердинанда де Сосюра, Роланда Барта, Жака Лакана та ін. Наразі ми працюємо над створенням формалізованої процедури порівняння структур взаємозв'язків у просторі мови, соціальних стосунків та структури особистості. У цій роботі ми використовуємо загальноприйняті логічні ланцюжки розміковувань.

В українській мові слово зрілий має кілька синонімів. [57]

Стиглий (доспілий) — той, що досяг найвищої межі за своїм станом, розвитком. Змужнілий — той, хто став дорослим, фізично і духовно зрілим; Мужніти — означає ставати сильнішим, набуваючи досвіду; розвиватися, міцніти; бути здатним до витримки. Продуманий, майстерний.

Цікавими є такі похідні значення: слово стигнути ще означає — втрачати тепло, охолоджуватись, застигати; твердіти, згущуватись; переставати рухатись, ворухитись; ставати нерухомим, незмінним (застиглий погляд); неможливість заспокоїтись, сильне хвилювання (серце стигне) або навпаки, поступове заспокоєння після гніву, роздратування.

Слово зрілий щодо людини та її творів означає: який досяг повного розвитку (про вік, пору життя); який має великий досвід, досяг високої майстерності, цілком сформований; глибоко продуманий. Відповідно, зрілістю є стан об'єкту, який досяг повного розвитку; високий ступінь розвитку досконалості, майстерності.

Антоніми слова зрілий (зелений, недостиглий, недосвідчений, молодий, малий, молоко на губах не обсохло; непродуманий, імпульсивний; недорозвинутий, із затримкою; інфантильний, регресивний) вказують на початкові етапи розвитку, незавершеність процесу чи розбалансованість різних сторін процесу розвитку людини (фізичного, інтелектуального, емоційно-вольового...), затримку розвитку, невідповідність дійсного стану об'єкту певним нормам розвитку.

Таким чином, значення всіх наведених слів існують завдяки уявленням про більш загальні феномени: процесуальність, можливість змін як така; нерівномірність, певна етапність змін та їх зонованість, певна спрямованість змін, яка формує поняття розвитку. І звичайно, коли ми говоримо про розвиток, у смислового полі іманентно присутнє уявлення про час та простір. (У психологічних теоріях ці феномени здебільшого не аналізуються, приймаються як аксіоматичні форми і далі наповнюються конкретним психологічним змістом). [30; 38; 47; 64; 98; 99; 127; 168; 170; 265]. Крім цього, із наведених словникових значень слова розвиток витікає, що під розвитком об'єкту мається на увазі деякий конечний певним чином спрямований процес, останній етап якого, зрілість, стиглість, у мові асоціюється як із розквітом майстерності, оформленістю, так і з зупинкою руху, втратою енергії. Тривалість цього етапу може становити від кількох миттєвостей, як у стиглих плодів, до десятків років, як у деяких людей, які набули зрілості в молоді роки. Один із синонімів назви цього етапу, мужність, певним чином пов'язаний з позицією мужа і можливістю проявляти витримку, хоробрість, рішучість. Цей останній мовний факт висвітлює значення, яке у психоаналітичних теоріях розвитку людини надається *батьківській позиції* у вихованні. Присутність цієї позиції у процесі становлення людини вважається необхідною умовою формування зрілої структури особистості, вміння володіти своїми імпульсами, розрізняти уявне та реальне.

Розвиток об'єкту закінчується, коли об'єкт втрачає свої сутнісні властивості: зникає чи перетворюється на інший об'єкт чи об'єкти. Ще про припинення розвитку інколи говорять, коли змінюється напрямок змін — починається процес деградації чи регресу. У цьому дослідженні ми будемо вважати періоди *регресу*, гальмування чи зупинки розвитку, поки зберігаються сутнісні якості об'єкту, — окремими випадками загального процесу розвитку людини, які можуть виникати з метою захисту об'єкта в несприятливих чи катастрофічних для об'єкта умовах, та також з психотерапевтичною метою — отримання ресурсу та опрацювання конфлікту. Незворотній процес деградації, коли сутнісні якості і можливість їх поновлення втрачені, будемо вважати припиненням розвитку об'єкту.

Чи можливо розмірковувати про розвиток і не мати на увазі попередньої заданості його спрямування? Чи можливий розвиток як послідовність випадкових подій, хаотичних змін? — Ми спробуємо розглянути існуючі з цього приводу уявлення, узагальнити деякі спостереження із психотерапевтичної

практики та проаналізувати структуру мовних відсилань та стосунків, наблизитись до самого феномену за допомогою методу моделювання.

Слово «еволюція», як одна з форм розвитку, латиною означає: розкриття та читання/вже написаної/книги, розгортання/вже існуючого/сувою. Одним з витоків формування сучасного значення слова є теорія еволюції Дарвіна. У цій теорії було задано вектор розвитку від одноклітинних до складних організмів, від мавпи до людини. Тим самим задано іманентне, але не назване продовження цієї спрямованості — кудись далі, до понад-людини, супер-людини... У фантазіях літераторів наступною ланкою еволюції можуть стати машини або, за інерцією, відбудеться знищення всієї системи. Інерція руху свідомості, закладена цією теорією, як потужна сила продовжує впливати на наші розмірковування. Людство сприйняло цю теорію як навіювання неминучої гонитви до примарного ідеалу, а точніше — втечі від власної екзистенції. За цією логікою приваблюючою стає ідея, що людство в цілому є проміжною тимчасовою формою. У такій моделі розвитку існування людства, а тим більш життя окремої особи не може мати суттєвого унікального сенсу. На шкалі часу розгорнуто тривалість уявного минулого та майбутнього, а теперішнє визначено математичною точкою. З цього, на нашу думку, витікає сучасна технологічна цивілізація, уявлення про людину як «гвинтик» та інші прояви відчуження. Логічна конструкція дарвінівської еволюції є тільки однією з моделей дійсності. У процесі еволюції за Дарвіном змінюється об'єкт розвитку (одноклітинні організми, ... рослини та тварини, ... людина...).

Слово «розвиток» буквально означає деяке вторинне явище, до якого вже відбулася первинна подія «завивання, загортання» [57; 194]. Деяка сутність вже є потенційно можливою і являє себе у процесі розвитку.¹ За своєю структурою слово і поняття розвитку є інтенційним і передбачає існування *бажаного напрямку* та мети — смислу, здійсненого у випадку людини (як об'єкту розвитку) в ідеалах та цінностях. Таке місце у структурі мови слова «розвиток» найбільш очевидно відповідає релігійній формі мислення, коли ми віримо, що Суб'єкт творіння має свої задуми щодо явищ та подій створеного життя і вкладає в них деяку вищу сутність, спрямованість, яка може проявитися, розгорнутися за ходом розвитку окремих форм втілення у всій повноті. Важливою властивістю цієї форми мислення є діалогічність (у православ'ї — синергія): абсолютний Суб'єкт має ім'я (часто — таємне) і до нього можна *звернутись*, особисто чи через посередників; з ним можна підтримувати стосунки, разом турбуватись.

Природничі науки уявлення про те, що світ має свої закони існування і послідовні, ті чи інші зміни, користуються, на нашу думку, тим же розумін-

¹ Синоніми у Європейських мовах. Німецькі слова: Entwicklung має значення розвитку, прояву, розгортання, перебудови; від Wickel – згорток, сувій, пелюшка, компрес, моток. Англійські: development – розвиток, еволюція; зростання, розширення; розгортання; прояв, розробка; покращення; evolution – розвиток, розгортання; виділення (тепла). Латиною: progresus – рух уперед, просування, успіх, початок; cultura – обробка, вирощування, виховання; proventus – урожай, хід, успіх, процвітання, evolution – розгортання (сувою), розкриття (книги), читання.

ням розвитку. Емпірично ми спостерігаємо і досліджуємо наявність деяких закономірних змін, виявляємо причини та наслідки або кореляційні зв'язки. Тільки питання творця, *суб'єкту активності в розумінні початку та причини* — не розглядається безособовим словом «природа», а самі закони природи виокремлюються за допомогою наукових методів як факти та закономірності. Випадковості (події, які не впливають із відомих закономірностей) можуть змінювати процес, створювати нові закономірності.

Проміжною формою уявлень про наявність суб'єкта розвитку є безособова форма (до нього неможливо звернутись) зовнішнього спрямування змін долею, фатумом, безіменною вищою сутністю (як, наприклад, в аналітичній психології Юнга, коли мова йде про суб'єкт процесу індивідуації).

Спроба створити уявлення про світобудову, яке б ґрунтувалося тільки на ідеї випадковості, на нашу думку, може бути здійснена тільки теоретично у моделі безладу — відсутності жодного внутрішнього та зовнішнього порядку, структури. Не враховувати зовнішній порядок і розглядати внутрішньо невпорядкований об'єкт безвідносно до контексту, на нашу думку, означає створювати ілюзію випадковості. Разом з тим уявлення, що ми можемо в умовах реального світу врахувати всі можливі впливи зовнішніх структур, є іншою крайністю. Продуктивним компромісом, на нашу думку, є ідея невизначеності, коли ми визнаємо свої обмеження щодо можливостей врахування всіх неочевидних впливів, але визнаємо і можливість наявності зовнішнього чи внутрішнього не завжди явного порядку. Принаймні для такого складного об'єкту досліджень як людина, яка народжується у світ структур (соціальних стосунків, фізичних, біологічних, психологічних та ін. ритмів, закономірностей та подій), без врахування феномену невизначеності коректні дослідження не є можливими. Моріс Мерло-Понті у своїй роботі «Феноменологія сприйняття» переконливо доводить цю тезу. Для психотерапевта-дослідника така установка свідомості створює стан готовності до зустрічі з невідомим та передумови для внутрішньої дисципліни мислення. Крім поняття випадковості, поза структурами закономірностей існує ще й феномен *свавілля* як подолання структури на якісно іншій основі.

Таким чином, ми бачимо, що у понятті розвитку структурно передбачається попередня заданість до спрямування змін. У випадку, коли така спрямованість відсутня, ми не можемо говорити про розвиток, лише про зміни чи незмінність. А відповідь на питання, *хто чи що саме* визначає цю спрямованість є одним з наріжних каменів розбіжностей в уявленнях про світ у різних культурах. Можливість саморозвитку людини, на нашу думку, виникає тільки на певних етапах формування самосвідомості у межах тієї ж структури.

Виходячи з цих міркувань ми розробили інтенційну модель розвитку людини, яка складається з чотирьох елементів (рис. 4.1). А саме, *сенсу розвитку, втіленого у символі* (вміст цього функціонального місця в структурі відповідає на питання, заради чого відбуваються зміни); *сенсу розвитку, втіленого в образі* ідеалів та цінностей (для чого, навіщо відбуваються зміни); об'єкту розвитку (що саме змінюється) та суб'єкту розвитку (хто визначає

спрямованість змін). (Суб'єкт є автором та відповідальним ініціатором свідомої активності, здійснення цінностей). Ці елементи пов'язані між собою певними якісними стосунками: суб'єкт розвитку визначає сенс розвитку, зафіксований у символі та відповідну символічну спрямованість змін. Символ, як віфліем-ська зірка вказує напрямок і дозволяє розрізнити теперішній стан об'єкту та образ його бажаного стану. Дієва спрямованість змін (як саме здійснюються зміни) пов'язує об'єкт та ідеальний образ, до якого об'єкт прагне. Ця струк-тура покладена у двошаровому просторі світу існування особи (структури стосунків, у якій існує особа, уявлень про ці стосунки та можливості їх розрізнення через посередництво символів), який складається з символічного та не символічного рівнів. Між шарами здійснюється два види зв'язків: об'єкт пов'язано з суб'єктом та образ пов'язано з символом.

Положення суб'єкту та сенсу розвитку на межі світу особи у цій моделі символізує *розіркненість* структури розвитку особи. Відсутність у структурі будь-якого з елементів, за нашими спостереженнями, ставить під сумнів можливість розвитку і на тілесно-психічно-соціальному рівні втілюється у симптомах. У цьому випадку рух втрачає певну спрямованість, стає неупорядкованим або зворотнім, гальмується, а у крайньому випадку — зупиняється.

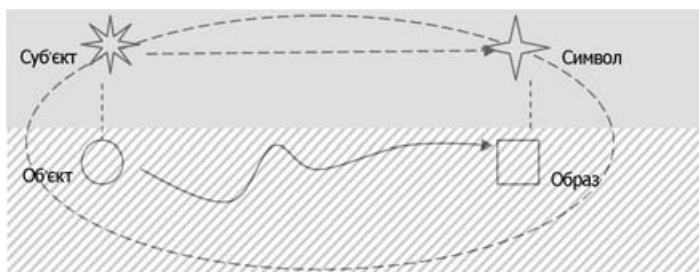


Рис. 4.1. Іntenційна модель розвитку

Вище вже було зазначено, що позиція суб'єкта у моделі є одночасно як зовнішньою, так і внутрішньою. Це означає, що життєва сила особи може спрямовуватись зовнішнім щодо її психічної сфери суб'єктом чи, в разі спроможності особи до рефлексії та самовизначення, утримання розіркненого стану свідомості, — особисто.

Одним з підтверджень актуальності розрізнення у свідомості суб'єкта та об'єкта дії ми можемо знайти в українській мові. Маємо «я» та «ся», наприклад: «я оженився». Тобто, я (суб'єкт) оженив себе (об'єкт). В західних діалектах часточка «ся» існує як окреме слово і більш рельєфно проявляє цей феномен: «Я ся оженив». Лакан вказує на аналогічний факт: у французькій мові існують два слова «я», *je* (я) та *moi* (моє власне я). [145] Цікавим є і те, що в українській мові хлопець ся женить, а дівчину заміж видають. Тобто, у ритуалі набуття статусу дорослого хлопець вже є відповідальним і роз-

різною та особисто утримує позиції як об'єкта, так і суб'єкта. Для дівчини суб'єкт у цій сфері стосунків лишається зовнішнім.

Спираючись на результати аналізу літератури [22; 28; 97; 98; 145; 173; 265; 274], досвід наших досліджень та викладені вище міркування ми пропонуємо гіпотезу щодо онтологічної мети психотерапевтичної допомоги у рамках структурно-психодинамічної психотерапії, побудованої на основі ідеї часу. На наш погляд, на перший план виступає створення можливості утримувати та у разі необхідності — відновлювати інтенційну структуру розвитку особи. Тобто відповідно до сутнісного визначення психіки людини як структурно-динамічного феномену, у психотерапії необхідно сприяти створенню системи забезпечення можливості направлених змін психічного феномену, усвідомлення цієї спрямованості, виявлення порушень інтенційної структури на матеріалі симптомів та свідомому самовизначенню клієнта на основі обізнаності про ресурси, зони напруження, зони невизначеності та часо-просторовий контекст стосунків.

У контексті структурно-динамічного розуміння понять соціуму та культури, вони є проявами просторової констеляції стосунків у певну добу і вони зафіксовані як певні матеріальні та духовні цінності, які навантажені функцією символізації. Відповідно структура соціальних стосунків та структура особистості знаходяться у кореляційному зв'язку. А культурні об'єкти та події функціонально спрямовані на те, щоб здійснювати процеси відчуження та символізації, тобто утримувати для спільноти та кожної окремої особи можливість існування на рівні зрілої структури стосунків, здійснювати онтологічну структуру людини (про яку мова буде далі). При такому підході врахування та аналіз соціо-культурного контексту є обов'язковим для будь-якої гуманітарної практики.

4.2. Структурно-психодинамічна антропологія та теорія розвитку в психотерапевтичному підході, побудованому на основі ідеї часу

Антропологія та теорія розвитку, як простір та час у фізичному світі, є координатами побудови підходу у психотерапії. Також у таких дослідженнях необхідно вибудовувати принципи розрізнення ідеального процесу розвитку та його реальних варіантів — діагностичну модель. Тобто для побудови підходу ми маємо описати об'єкт вивчення та закони, контекст і варіативність його існування. В попередніх роботах ми запропонували модель людини як складний чотирирівмірний об'єкт розвитку — психотерапевтичну антропологію, побудовану на основі ієрархії єдності М. Кузанського², яка містить виміри тілесних відчуттів, здорового глузду, розуму та вищої божественної єдності [75; 86]. Ця модель є способом утримання відповідного розрізнення у свідомості психотерапевта.

² В окремій роботі ми порівнювали філософські погляди М. Кузанського та Л. Виготського.

Вимір тілесності здійснюється як реально відчутна, біологічно та соціально зумовлена структура, яка проявляє себе в темпераменті людини, її переживаннях, емоціях та тілесних відчуттях.

Вимір здорового глузду здійснюється як структура уявлень, міркувань, проявів характеру — знімає у собі перший вимір та утворюється завдяки якості спілкування і навчання, мовному середовищу. Розмірковування здорового глузду природно спрямовані на тілесні прояви світу, які нам самі собою вже дані у відчуттях та переживаннях, безпосередньому досвіді.

Вимір розумної єдності здійснюється як здатність до рефлексії співвідношення форми розмірковувань та їх предмета, розрізнення тілесних проявів та уявлень про них. У пошуку умов виникнення цього виміру ми бачимо, що акцент очевидно падає на соціальні стосунки (досвід співвіднесення своїх бажань та бажань іншої людини), а можливості проявляються у здатності розрізнити та утримувати свої кордони та межі інших людей, покладати мету, здатності до гумору, поваги, духовності, наявності цінностей та здатності вибудовувати життєвий шлях; у здатності до мислення, символізації. Мислення розмикає якісно замкнені логічні конструкції здорового глузду; символізація дозволяє відрізнити уявне від реального та створює передумови дії принципу реальності.

Четвертий вимір вищої єдності знімає у собі попередні виміри та за визначенням не має наповнюватись конкретним психологічним змістом. Але він є структурно необхідним для утримання розмікненості духовного виміру і всієї системи. Питання про причину, сенс та творця мого існування є відсиленням за межі цього існування, трансценденцією, яка змістовно завершує модель, а структурно створює можливість принципової незавершеності моделі буття. Тобто саме завдяки цій сфері можливі зміни, розвиток, динаміка, свобода волі, творче натхнення, свідомий вибір, кохання, поезія і відповідальність. (Але треба зауважити, що присутність у мові слів «бог», «духовність», «смысл» не є гарантією утримання цього виміру. У культурі ми можемо спостерігати такі феномени як фанатизм, фетишизм, ідолопоклонство, галюцинації релігійного змісту та інше — замкненість свідомості на конкретному образі, уявленнях, які розуміються буквально. Феномен відчутно зрозумілого, але якісно незбагненого бога — розмикає свідомість, зберігаючи іманентність реального переживання.)

Хоча на теренах психотерапії і не існує інструментів для роботи з останньою із означених сфер, вона охоплює всі існуючі виміри людського буття. Тому саме ця модель у нашій практиці є зручною, економічною та ефективною й ми вважаємо, що вона є найбільш адекватною для використання у структурно-психодинамічній психотерапії.

Таким чином, чотиридимінсрна модель об'єкту розвитку у нашому дослідженні створює можливості:

- інструментального утримання в полі зору дослідника чи психотерапевта іманентних властивостей об'єкту у різних вимірах свого здійснення. Під об'єктом, у цьому випадку ми маємо на увазі те, на що

спрямована увага психотерапевта: безпосередньо клієнт та його симптоматичні прояви, сам психотерапевт, який через феномени контртрансферних почуттів синтетично віддзеркалює клієнта, власне стосунки між клієнтом і психотерапевтом (стосунки альянсу та контракту, стосунки перенесення та реальні стосунки) та арсенал моделей, через посередництво яких психотерапевт може здійснювати аналіз.

- звернення до екзистенційних переживань як особливої людської здатності;
- діагностики стану об'єкту розвитку за параметрами розімкненості/замкненості і актуального виміру (виміри тілесних відчуттів, здорового глузду, розуму чи вищої єдності) та, відповідно, його здатності до змін та трансцендентції; діагностики ступеню повноти присутності у структурі.

Структурно-психодинамічна теорія розвитку людини. Процес розвитку людини ми розглядаємо, спираючись на традиції психодинамічного та структурного підходів (З. Фрейд, Р. Фейберн, М. Кляйн, О. Кернберг, Ф. де Сосюр, Р. Барт, Ж. Лакан, Х. Хенніг). Структурною метою розвитку будемо вважати зрілість як здатність самостійного утримання та відновлення онтологічної структури особистості. Як уже згадувалось у розділі 3.3.1, Г. Балл визначає (зрілу) особистість як здатність людини бути автономним носієм культури [14, с. 311]. Ознаками зрілості є здатність до самостійного співвіднесення власних бажань із бажаннями інших людей; відчуття власних кордонів та психічних меж іншої людини, здатність поважати; досвід створювати і утримувати сталі стосунки одночасно більше, ніж із однією особою, складати своє ставлення до стосунків інших людей між собою, перебувати в усамітненні; досвід відчуття своїх прагнень та контролю над імпульсами через принцип реальності, відокремлення своїх бажань від форм їх реалізації; розуміння умовностей, розрізнення буквального та символічного смислу слів та подій; почуття гумору. Услід за Фрейдом узагальнимо: зрілою є людина, яка здатна отримувати задоволення від любові (тобто мати сформовані бажання та цікавість і повагу до інших людей як наявність інтенції до життя, гнучко спрямованого на об'єкт лібідо) та роботи (здатність здійснювати відповідальність — утримувати контекст соціальних стосунків і суспільних потреб та здійснювати власне бажання у цьому контексті в адекватній формі).

Змодельовавши поетапно ідеальний процес розвитку людини від інфантильного до зрілого (своєрідний еталонний вимірвальний пристрій), одержуємо можливість помічати певні відхилення реального розвитку конкретної особи та якісно і кількісно оцінювати ці відхилення, створювати стратегії та обирати методи і методики для відновлення нормального розвитку.

Етапи розвитку людини

Розгорнемо чотиривимірну онтологічну модель людини за вектором часу і опишемо основні, зважаючи на процес формування структури психіки, етапи розвитку людини.

У цій роботі будемо виходити із такого твердження: **онтологічна структура людини існує для дитини ще до її народження і в повному обсязі**. Вона опосередкована хіміко-біологічними ритмами організму немовляти та матері, системою уявлень про світ дорослого оточення, стосунками батьків, мовою, системою правил та законів, яким підкоряється або які встановлює родина. Саме батьківські фігури утримують для дитини ті виміри онтологічної структури, які вона ще не здатна утримувати самостійно на інфантильних етапах розвитку. Такий теоретичний погляд додає нових аспектів у наше розуміння людини як соціальної істоти і структурно розкриває багато психологічних феноменів, наприклад, феномен залежності. Поки людина нездатна самостійно утримувати онтологічну структуру існування, вона буде потребувати присутності конкретних осіб, фетишів, ритуалів, ідей чи організацій, які мають забезпечити функціонування цієї структури.

Отже, онтологічну структуру людини в нашому підході ми приймаємо за константу — стале та універсальне утворення; форми здійснення структури вважаємо варіативними і закономірними у конкретному соціокультурному оточенні певної доби; змістовне наповнення структури — унікальним для кожної особи. Питання про походження чи автора онтологічної структури в рамках цього дослідження ми не розглядаємо.

Більше ніж двадцятирічний досвід психологічного консультування, психотерапії та наукових досліджень дозволив нам дійти висновку, що протягом життя особа набуває досвіду самостійного здійснення онтологічної структури, кілька разів повторюючи у різних контекстах три основні якісні етапи формоутворення та змістовного наповнення [87; 144]. Перший тритактний період відбувається у контексті родинних стосунків, де створюються первісні форми здійснення структури особистості в умовах емоційного спілкування з певними сталими визначеними об'єктами (в ідеалі — татом і мамою). Другий — у широкому соціокультурному контексті, де і позиції, і об'єкти більш-менш мінливі. Згідно з моделлю, теоретично можливими є третє коло тритактного обертання — у контексті «незбагненого» і трансцендентного та нульове коло в контексті біологічного (в утробі). Але наразі ці два етапи лишилися поза межами нашого теперішнього дослідження. Ретельний опис визначених періодів та етапів увібрав у себе досвід наших попередників, які вивчали процес розвитку людини та описували численні випадки з практики (З. Фрейд, А. Фрейд, М. Кляйн, Д. Віннікотт, Ф. Дольто, Е. Еріксон, Ж. Лакан, Х. Льюїнер, Г. Хорн). Створюючи нашу періодизацію ми скористалися феноменологічним полем попередників та особистим досвідом інтроспекції, психотерапії, супервізорства та досліджень. Відмінним у нашій періодизації є принцип структуроутворення та виділення етапів структуроутворення, опис того, як саме особа поступово набуває здатності самостійно утримувати та відновлювати кожен із вимірів онтологічної структури людини.

Перший тритактний період. Етап 1.1. Розвиток дитини від народження та приблизно до 6 місяців після народження. Після фізичного народження у вимірі тілесної єдності та інших вимірах дитина ще деякий час лишає-

ться частиною співприсутнього дорослого (частіше — мами і тата). Світ для немовляти лишається недиференційованим середовищем без розрізнення на зовнішнє та внутрішнє. При тому вищі виміри онтологічної структури сприймаються та переживаються ним (відповідно нашій моделі) через фізичні відчуття, безпосередньо через біохімічні ритми організму матері, інтонації, зміни запаху тіла матері, коливання смаку молока (через коливання гуморального балансу її організму залежно від психофізіологічного стану, настрою) та опосередковано через структуру часу, життєві ритми родини та мову батьків. Схему формування об'єктних стосунків на цьому етапі можемо умовно назвати *монадою* або етапом нормального психотизму. За висловом Ж. Лакана, людська дитина народжується «передчасно», її нервова система анатомічно не завершена, відсутня моторна координація і вона лишається гуморально залежною від матері. Очевидно, що дитина має *реальні* відчуття комфорту та дискомфорту, відчуття від внутрішніх органів та органів чуття. Достеменно невідомо, як немовля сприймає це. Спостерігаючи за новонародженими та поведінкою матерів, ми звернули увагу на те, що немовля у перші дні після народження вирізняє не стільки маму як окрему особу-годувальницю, скільки емоційний стан людини, яка здійснює первинний догляд та спрямованість її глибинної уваги — на немовля чи деінде. Новонароджене дитя заспокоюється, коли доглядальниця внутрішньо стабільна, спокійна та має настрій і час (добре налаштована на сприйняття потреб немовляти) бути тут і тепер разом із дитиною. Тобто уособлює на всіх рівнях, від тілесного до духовного та вищого — структуру стосунків, у якій *немовля вже має власне місце*. Коли маминої уваги потребує усунення проблем власного здоров'я, невлаштованість побуту чи напружені стосунки з оточенням — виникає феномен неможливості зосередитись на співприсутності з новонародженим. Тому роль батька як такого, котрий забезпечує стабільність для матері з дитиною у зовнішньому оточенні та емоційно підтримує дружину, є дуже важливою на цьому етапі. Якщо безпека структури порушена, дитина стає тривожною, плаксивою, може підвищитись температура тіла, зникнути апетит (Ф. Дольго). Тобто немовля відчуває дискомфорт, який інтерпретуємо як дефіцит стабільності онтологічної структури. Дитина губить своє місце в структурі стосунків і «зникає» разом із загубленим місцем, бо самостійно його втримувати ще не може (1). Або ж так і не отримує свого місця у стосунках дорослих. Іншим полюсом відхилень розвитку є на рівні поведінки — надмірна «увага» до потреб дитини і, одночасно на рівні емоцій, — неможливість матері зосередитись на дитині. Наприклад, мама переживає інтенсивні емоційні стани, причина яких не стосується дитини, плаче чи сердиться, а дитину використовує як конкретний фізично існуючий поряд засіб відреагування чи стабілізації власного стану (2). Мати в цьому випадку нездатна відчувати, помітити та адекватно віддзеркалити стан дитини, задовольнити її потреби, але спрямовує на дитину свої емоції. Пізніше, якщо доросла людина, яка мала колись тривалий досвід такого «зникнення» (1) або «затоплення» (2), регресує в цей період, в неї виникають відчуття

пустки, жаху, падіння в нікуди, образи розчленування, розсіпання (1) або ж розчинення, потоплення, так, ніби людину щось поглинає або закручує у вир і т.п. (2). В іншому варіанті (3) прояви надмірної уваги мами мають витоки в її нетерпінні та неможливості витримувати невизначеність, напруження, прояснювати причини негараздів: немовля відчуває дискомфорт та проявляє своє незадоволення, а мама, не намагаючись зрозуміти причину дискомфорту, скажімо, прикладає дитину до грудей (3.1). І навіть якщо дитя плакало від мокрих пелюшок, а не від голоду, на деякий час воно заспокоюється, смочче молоко. Так формується одна зі стратегій витримування напруги, яку можна описати так: «Якщо я відчуваю внутрішню напругу (тривогу, страх) — значить я голодний; тоді, щоб зменшити цю напругу, мені треба поїсти, (закурити, взяти жуйку) — задовольнити потребу в оральний спосіб».

Нетривалі відволікання уваги матері та її занурення у власні переживання є нормальними та формують у дитини потребу у спілкуванні, — дитина *мусить докласти зусиль*, щоб повернути увагу до себе, привести маму до тям і поступово набуває досвіду різноманітних форм такого спілкування. Наприклад, наші психотерапевтичні спостереження свідчать про те, що існує зв'язок між актуальною здатністю людини долати перепони у дорослому віці та характером смоктання молока на перших місяцях життя. Частіше за все, якщо людина не завершує справи, має труднощі з утриманням уваги, не витримує напруги і рятується втечею, — в анамнезі виявляється така особливість, що немовля слабо ссало, відверталось, недоїдало і швидко втомлювалось. Також виявляється, що мама/годувальниця в цей час перебувала в незадовільному емоційному чи/та фізичному стані, мала післяпологову депресію, проблеми зі здров'ям, напружені, конфліктні стосунки чи загрозу життю.

Це спостереження може бути аргументом на користь тези, що життєва сила людини та опірність до випробувань, крім фізичних властивостей нервової системи та організму в цілому, складається і з досвіду відчуження «я-сам», позитивно підкріпленого відчуття власних зусиль щодо відновлення онтологічної структури. Відчуття «я-сам» поступово диференціюються разом з диференціацією нервової системи, мозкових структур та стосунків зі світом. Основними складовими формами здійснення онтологічної структури на цьому етапі можна вважати комфорт, який, за дослідженнями колег (Д. Віннікотт, Ф. Дольго, Х. Зиннхубер, Р. Тайсон, Ф. Тайсон) та нашими спостереженнями, здійснюється через відчуття ситості, тепло дотику, відчуття ритмічного пульсуючого серця матері та її спокійного дихання, відповідний смак та запах молока, тембр, висоту звуку та ритм голосів матері та батька, які відповідають стану спокійної радості, відчуття ритмічної зміни світла та темряви і відповідних родинних ритуалів, небайдужого погляду матері. Позитивною синтезуючою формою уваги до немовляти є наспівування мамою або татом спокійних чи веселих пісень. Спів є унікальною формою повноцінного спілкування, доступною для маленької дитини — проявом переживання матері через ритм, гармонію, мелодіку та тембр голосу. Музика як гармонійна послідовність звуків є однією з культурних форм втілення

онтологічної структури у часі. Музика ніби розгортає відповідний до своєї структури простір. Згідно з моделлю, особливо значущим для немовляти цей феномен стає у перехідних станах свідомості, а саме під час засинання. Мамина колискова структурно формує простір сновидінь дитини і, таким чином, пов'язує реальні переживання, власний емоційний стан та стан дитини з образами уяви.

Як уже було зазначено, щоби виникла необхідність відновлювати комфорт, звичайно, потрібно часом відчувати помірний дискомфорт. Тобто, для розвитку важливими є і *тимчасові* та *помірні* стани голоду, спраги, холоду, вологості, коливання запаху та смаку, світла, некомплементарні дотики — як *помірні фрустрації* та досвід помірного дискомфорту. Помірна фрустрація, життєві ритми, досвід помірного *очікування* та необхідність докладати зусилля (м'язова напруга, плач) для відновлення комфорту — за нашими спостереженнями, є первинними умовами подальшої диференціації *здатності до розрізнення*, відповідно поступового формування первинних психічних меж, свідомості та мислення. (Сабіна Шпільрейн першою серед психоаналітиків звернула увагу на позитивну роль фрустрації. На думку Гюнтера Хорна, дискомфорт *обмеження* у рухах в останні тижні вагітності спонукає дитину до народження.) Можливість і необхідність докладання власних зусиль немовлям щодо відновлення комфорту, крик, смоктання, хапання, намагання звільнитись від пелюшок при тугому сповиванні, фокусування погляду тощо, та адекватна відповідь дорослого на ці зусилля (Д. Віннікотт) — первинні умови виникнення відчуття самості, «я-сам» як первинної форми здійснення онтологічної структури. Коли мама не зразу буквально задовольняє потребу немовляти, а деякий помірний час утримує для дитини онтологічну структуру *в інший спосіб*, через дотики, розмову, увагу, які спрямовані на те, щоб зрозуміти, що саме бентежить дитину, яку вона має потребу саме зараз, і в дитини з'являється можливість розрізняти власні потреби, виникає можливість переходу на наступний рівень розвитку.

Слідом за М. Малер, Ф. Піне та А. Бергманом ми виділяємо дві фази цього етапу: переважання відчуттів безпосередньо від власного тіла та переважання відчуттів від контактів із зовнішнім світом, опосередкованих тілесними відчуттями. Уточнимо цю тезу: поки не відбулась диференціація на зовнішнє та внутрішнє, тобто тіло як таке ще не відокремилось у відчуттях від оточення, не можна говорити і про розрізнення відчуттів від власного тіла та оточуючого світу. Швидше дитина переживає будь-які відчуття як тілесні, бо тільки у цьому вимірі онтологічної структури вона наразі може впливати на них безпосередньо. Перехід може відбутися приблизно у три місяці, з першою посмішкою немовляти (як засобом спілкування зі світом) та проявами уважного стеження за об'єктами. Структурних змін у цій фазі не відбувається, але з'являється можливість виділяти та утримувати певну спрямованість уваги. Переважна увага до відчуттів від внутрішніх органів поступово змінюється на здатність зосереджувати увагу на відчуттях від зовнішніх подразників.

За нашими спостереженнями та відповідно моделі, сучасні уявлення педіатрів та акушерок про користь годування за бажанням, свободи рухів — вдягання на новонароджених штанців та підгузок, які не промокають («памперсів»), та використання пуштушки (тобто, коли не виникає необхідності докладати власних зусиль для відновлення комфорту і, відповідно, не виникає потреби у спілкуванні) — є неоднозначними та такими, що можуть гальмувати та викривляти процес розвитку немовляти, перешкоджати формуванню опірності до фрустрацій. (Отже можемо сформулювати гіпотезу, яку потрібно буде перевіряти в окремому дослідженні: сучасна статистика значного збільшення проявів аутизму у дітей може бути пов'язаною з популярними нині системами догляду та виховання.)

Якщо на цьому етапі з якихось причин припиняється розвиток чи відбуваються фіксації (життєва енергія лібідо не знаходить адекватних форм втілення, не знаходить місця у структурі стосунків, іншими словами, дорослі не мають стосунку до дитини і, відповідно, не віддзеркалюють її стани та переживання, не утримують для дитини її онтологічну структуру), — може бути сформована психотична структура особистості. Тобто не повна онтологічна структура, у якій виміри здорового глузду, мислення та вищий вимір утримуються викривленим чином через доступний особі відповідний симптом. Такими симптомами можуть бути відщеплення або придушення життєвої енергії лібідо (шизоїдність чи депресивність). За Фейрберном шизоїдність та депресивність є двома основними станами, від яких людина мурує захисти, що проявляються як паталогічні стани другого порядку (обсесивність, параноїдність, істеричність чи фобічність).

У випадку регресії дорослої людини у цей період актуалізується монадна структура стосунків і має місце психотична симптоматика. Тілесні відчуття та переживання актуалізуються. Здатність розуміти чи адекватно розмірковувати втрачається. З'являється дивна логіка. Втрачаються й інші ознаки дорослої поведінки: відчуття кордонів, здатність розрізнити свої почуття та емоції, поважати інших. Від психозу регресія на рівень монади відрізняється тим, що при регресії зберігається розімкненість, можливість діалогу та прогресії у несимптоматичних зонах. Також у цих зонах стосунків зберігається місце для спостереження за собою та тестування реальності. Тобто регресія зазвичай відбувається не тотально, а тільки в одній із зон стосунків, у якій задіяний симптом. У випадку тотальної паталогічної регресії може бути розгорнутий психоз (Л. Бінсвангер).

Перший тритактний період. Етап 1.2. Розвиток дитини з шести до вісімнадцяти місяців, стадія дзеркала за Ж. Лаканом. Якісним прирошенням структури є формування психічних кордонів та об'єктів, можливості самостійного утримування сфери уявного; формування образу тіла; формування діадних стосунків; формування здатності до відчуження.

На цьому етапі виміри мислення та вищої єдності продовжують утримуватись для дитини її оточенням, «мовними істотами» — батьком та мамою, людьми, які здійснюють первинний догляд, розмовляють із дитиною, відпо-

відають поглядом на погляд та, як висловлююався Д. В. Віннікотт, відповідають жестом на спонтанний жест дитини, віддзеркалюють її стани і потяги, вгадують та задовольняють потреби. Відчуття реального на основі диференціації анатомічних структур нервової системи вже достатньо розвинуте, щоб бути на примітивному рівні — усвідомленим. Актуальним є активне оволодіння своїм тілом як автономною єдністю та підручним простором, розвиток моторної координації, засвоєння виміру уявного, оволодіння окремими словами мови. Мама промовляє речення, у якому формулює потребу дитини або вимогу порядку, а дитина поступово із об'єкта догляду перетворюється на партнера, який здатен висловлювати своє задоволення/незадоволення, згоду/незгоду поведінкою, жестами або словами. Дитина починає сидіти, повзати та ходити. Мама, чи людина, яка виконує її функції, — продовжує віддзеркалювати психічні стани дитини через всі канали відчуттів та виражати своє ставлення до цих станів (через прояви емоцій тривоги, радості, страху, задоволення, здивування та ін.). Вона як носій комфорту впливає на ці стани та означає їх усіма доступними способами. (Повторимо ще раз: через інтонацію, тембр та ритм мовлення; характеристики дотиків — ніжні, грубі або неухажні; запах власного тіла, який несе інформацію про емоційний та гормональний стан матері; характеристики погляду — лагідного чи сердитого, уважного чи байдужого; смак молока, який теж змінюється, залежно від стану матері; через слова, зміст яких на початку цього етапу майже не виокремлюється немовлям із загальної материнської уваги і саме на цьому етапі поступово стає доступним свідомості дитини через конкретність означених переживань.) Самостійне пересування дитини у просторі може створювати небезпечні ситуації і нормальні фрустрації, на цьому етапі формуються на основі відчуття болю (торкатися вогню — боляче, отже — не можна) та за принципом безпеки для дитини і встановленого у родині порядку. Дитина починає зважати на те, що один і той же об'єкт може перебувати в різних станах: молоко може бути холодним чи гарячим, мама може бути лагідною чи сердитою. Тобто, формується функція константності сприйняття, константність об'єктів.

Процес формування об'єктних стосунків на цьому етапі ми можемо розділити на дві фази — інфантильної та зрілої діади. Фаза інфантильної діади структурно визначає поступове виокремлення об'єкту із середовища. Актуальними в цей час є ігри, спрямовані на формування константних характеристик об'єкта: об'єкт зникає та знову з'являється (заплющуються та розплющуються очі; іграшки або люди переміщуються у просторі, зникають із поля зору і з'являються через активність об'єкту або самої дитини) — кидання іграшок, м'яча, піжмурки, схованки, інші способи оволодіння простором. Фаза зрілої діади символізує поступову диференціацію об'єкта та формування здатності створювати відмінні стосунки із різними об'єктами. Особливістю діадичного етапу (обох фаз) є те, що одночасно дитина поки що здатна підтримувати стосунки тільки з одним із об'єктів і поступово навчається утримувати у зоні активної уваги кілька об'єктів. Вона вже має мо-

жливість послідовно переміщувати увагу та розрізняти об'єкти. Наприкінці етапу дитина починає впізнавати своє відображення у дзеркалі та «усвідомлювати» наявність свого тіла як цілого. Розрізняє людину та її відзеркалення. Наприклад, дев'ятимісячна дівчинка стоїть напроти великого дзеркала, мама з'являється за її спиною так, що дитя бачить її відзеркалення. Мама жестами та голосом кличе дитину до себе. Дитина радісно простягає руки та біжить до відзеркалення мами, наштовхується на поверхню дзеркала. Через два місяці початок сцени повторюється, але далі дитина робить кілька кроків назустріч маминому відзеркаленню, зупиняється, розвертається та біжить назустріч реальній мамі.

Наприкінці цього етапу дитина вже здатна розуміти та враховувати цінності батьків, які стосуються безпосередньо її існування. Наприклад, ми спостерігали, як півторарічна дитина намагається управляти поведінкою мами за допомогою важливих для тої речей. Коли дівчинка не хотіла спати, вона просилася на горщик або казала, що хоче їсти та виграла кілька хвилин без сну. Коли не хотіла їсти — просилася спати або в туалет. Серце матері кожен раз відгукувалось на ці базові потреби і дитя з задоволенням бавилось із мамою в «бай», «ням», «пись» або «кака» сідаючи на хвилинку на горщик, відкриваючи ротик або лягаючи на постіль. Дитина відчувала і розуміла, що мама стає дуже задоволеною, коли вона спить, їсть або ходить на горщик і використовувала це знання для задоволення своїх нагальних забаганок. Потребою, на нашу думку, в цьому випадку було відчуття здатності впливати на об'єкт.

У випадку регресії дорослої людини у цей період актуалізується діадична структура та розгортається межова симптоматика, втрачається символічна функція. Якщо на цьому етапі припиняється розвиток або утворюються фіксації, — формується межова патологія. За О. Кернбергом, фази цього етапу ми відносимо до формування відповідно проміжного та нижчого рівнів патології характеру межових структур.

Перший триактний період. Етап 1.3. Розвиток дитини з вісімнадцяти місяців приблизно до 5–6 років, стадія триангуляції, закінчення передедипальної та едипальної стадії у сучасному психоаналізі, формування здатності подолання відчуження через функцію символізації. Якісне прирощення структури: можливість формувати ставлення не тільки до об'єктів, а й до стосунків між об'єктами.

На цьому етапі символічний вимір поступово присвоюється і диференціюється. Рівень вищої єдності продовжує утримуватись для дитини батьками. У традиційних патріархальних культурах батько у колі родини, як і старійшина або князь у ширшому соціальному контексті, є носієм законів світобудови; всі вони теж підпорядковуються цим законам. В українській традиції функції утримання закону та безпеки можуть розподілятися між батьком та матір'ю, батьком та дідом чи бабою. На третьому етапі дитина продовжує оволодівати мовою. Виникає розуміння умовності, багатозначності слів, їх залежності від контексту. На початку дорослі буквально утримують для дитини структуру мови вимовляючи речення, на які дитина реагує згодою/незгодою, окре-

мими словами. Поступово слова вибудовуються у речення. Виникають ігри «так начебто». Прагнення поступово втрачають свою тотальність. Формується почуття гумору. Виникають і випробовуються уявлення про добре і погане, про правила і закони, що робити можна, а що не можна і чому. Фрустрація формується на основі батьківського ставлення та слова — уособлення закону, табу. Дитина стає спроможною утримувати у полі уваги одночасно кілька об'єктів, звертає увагу на стосунки між батьками, відчуває і починає розуміти, що бажання матері, як казав Ж. Лакан, належить батькові, а не дитині. Поступово приймає як дійсність необхідність вгамовувати деякі свої хотіння та імпульси, враховувати бажання інших. У дитини виникають уявлення про «моє» і «не моє». Формується стале відчуття психологічних кордонів між собою та іншими — спочатку на матеріалі стосунків у родині та найближчому колі родичів, які теж виконують материнські та батьківські функції.

3. Фрейд символічно вказав на основний механізм переходу на більш зрілий рівень розвитку, описавши комплекси Едіпа та кастрації у фалічному періоді. На цьому етапі дитина звертає увагу на анатомічні відмінності статей і фантазує щодо причин цих відмінностей. Не можливо уявити собі людину, анатомічно відмінну від мене, не здійснивши якісного переходу *від буквального до символічного* розуміння і використання слів: «люди бувають різними, чоловіки мають пеніс, а жінки не мають». В цей час вже досягається певний рівень статево-рольової ідентифікації, і в дитини виникає можливість уявити себе на місці дорослого тієї ж статі у родинних стосунках. Спочатку у своїх розмірковуваннях буквально — стати чоловіком для матері чи дружиною для батька. Це супроводжується амбівалентними почуттями любові, ревності, захоплення та страху, фантазіями: «батько може позбавити дитину буквальної анатомічної ознаки чоловіка». Едипальний якісний перехід полягає в тому, що бажання хлопчика продовжувати володіти бажанням своєї матері вже з позиції її чоловіка підлягає *символічній кастрації*. Символічній кастрації підлягає й інфантильне бажання матері залишити свого хлопчика для себе. Для дівчаток досягненням стає ідентифікація з мамою, а завданням — символізація потягу оволодіння бажанням батька. Виникає феномен табу — як непорушного закону, якому треба підкоритись і якому підкорюються мама й тато. З цього досвіду витікає відчуття сталих та гнучких психічних кордонів.

Кастрація в буквальному сенсі — це видалення статевих залоз. У дитячих фантазіях це позбавлення пенісу, у побутових уявленнях — позбавлення чоловіка чи жінки можливості відчувати сексуальне задоволення через позбавлення чи пошкодження відповідних статевих органів. У широкому розумінні та з точки зору аналізу структури *кастрація* є окремим випадком фрустрації у едипальному періоді, а саме, — *унеможливленням буквального задоволення бажання* (в інфантильних уявленнях людини задовольнити бажання можливо тільки в єдиний знайомий спосіб, ще неможливо відрізнити бажання від різноманітних форм його здійснення). У цьому віці буквально і конкретне здійснення статево-рольової ідентифікації полягає в присвоєнні дитиною відповідного місця у структурі стосунків — місця матері чи батька

з усіма можливими його функціями та атрибутами, які дитина домальовує у своїй уяві. Але батько накладає табу на конкретне здійснення дитиною функцій дружини для батька і чоловіка для матері. Тому дитина вимушена розшарувати у своїй свідомості такі складні феномени, як бажання і форму його задоволення та за рахунок символічної кастрації так би мовити виштовхується у новий етап розвитку, зі світу конкретності у вимір умовності, символізму, розмикання уявлень, розрізнення реального та уявного вимірів. Люблячий і зрілий батько підтримує бажання дочки бути жінкою і визнає її такою, привабливою для себе, але відсилає здійснення цього бажання дівчинки у майбутнє з її тодішнім обранцем та у символічний план. Дівчинка грається ляльками, у дочки-матері, принцесу, вдягає дівчачий одяг, засвоює відповідну манеру поведінки і фантазує про свою сім'ю. Те ж із хлопчиками щодо мужності. Хлопчик дарує мамі квіти, майструє, захищає, поводить себе як чоловік. А тато поважає його та визнає за ним право перебувати у чоловічому братстві, але не дозволяє буквалізувати смисл.

Другий тритактний період. Наступні етапи як на другому оберті спіралі повторюють основні задачі розвитку перших трьох етапів, але в широкому соціальному контексті. Структурні можливості та надбання випробовуються у нових стосунках. Виникає можливість закріпити або усунути чи пом'якшити можливі вади структури (які виникли на попередніх етапах) за рахунок стосунків з іншими об'єктами.

Другий тритактний період. Етап 2.1. Перший етап другого тритактного періоду. Цей етап розвитку (у традиційній класифікації відповідає латентному періоду) полягає у підготовці зовнішнього щодо родини «плацдарму», щоб було звідки у майбутньому здійснити критичне переосмислення набутої базової структури стосунків. Це стає можливим за рахунок реального відчуття себе у соціальному контексті.

Оточуючий світ поступово диференціюється. На цьому етапі відбувається випробовування реальності та засвоєння набутої базової структури у різних сферах існування. А саме: оволодіння широким простором стосунків з різноманітними об'єктами живого, неживого та ідеального світу, набуття компетентності у світі. Актуальним стає навчання, пізнання світу ідей, набуття навичок, випробовування своїх тілесних можливостей у спорті, ідеалізація авторитетів. Набута структура наповнюється новими змістами. У минулі часи у цьому віці було прийнято «ходити в люди» — ставати учнем майстра, жити поза родиною.

Другий тритактний період. Етап 2.2. У період пубертату (другої стадії дзеркала) з одного боку, продовжується засвоєння зовнішнього світу з акцентом на стосунки з однолітками, з другого, відбувається гормональна перебудова організму і випробування його нових властивостей. Відчуття укорінення і самоусвідомлення набувають нового сенсу у віддзеркаленнях — ставленні до підлітка його оточення, однолітків, дорослих поза родиною. Цьому ставленню надається дуже велике значення, більше ніж власним відчуттям та ставленню родини. Мудрі батьки в цей період з повагою ставляться

до збільшеної дистанції. Вони терпляче утримують сталу структуру стосунків, приймаючи нові парадоксальні чи екстравагантні способи її здійснення, але чітко означають недопустимі форми. Однією з задач періоду з точки зору структуроутворення є випробовування різноманітних правил моралі, порушення кордонів, які на третьому етапі були прийняті у спадок від батька. Тепер підліткові стають доступними різні системи законів інших соціальних груп. Тобто батьківський закон набуває ознак умовності, відносності. Досвід порушення правил та усвідомлення наслідків своїх дій є умовою у майбутньому прийняття деяких законів як власних. На цьому етапі здійснюється підготовка для виникнення феномену моральності (моралісності), приборкання (а не пригнічення) бажання не з причин зовнішнього примусу, а за власним свідомим рішенням.

Другий тритактний період. Етап 2.3. Юнацький вік та початок дорослого життя, коли людина набуває здатності приймати на себе відповідальність за власне життя та життя рідних, отримувати задоволення від праці та любові, утримувати родину, виховувати дітей. Цей етап можемо назвати структурною зрілістю, другим едипальним періодом. Новий термін «другий едипальний період» ми використовуємо у своїх дослідженнях на наступних підставах. Слово «едипальний» є доречним за принципом структурної подібності з едипальним періодом трьох-шести років, коли виникає можливість і необхідність символічної кастрації інфантильних форм реалізації бажання. Тобто образ себе та світу, який до того збігається для дитини з реальністю, поступово має набути умовного характеру, відокремитись від реального завдяки символічній функції та існувати саме як образ. Слово «другий» тут використовується тому, що вперше в ранньому віці символічну кастрацію здійснює батько на підставі зовнішнього для дитини Закону. *Закон як структура стосунків, тобто смислова зв'язність простору та послідовності життєвих подій*, передається дитині у спадок від батьків. Поведінка самих батьків, їхні стосунки підпорядковуються цьому законові, який, до того ж, сформульовано в мові. Дитина чує батькову заборону та бачить, як мати й сам батько підкорюються цій забороні. На другий раз, у юнацькому віці, на новому рівні це може бути здійснено в результаті екзистенційного самовизначення особистості з урахуванням своїх життєвих реалій. Людина визначається у своїх пріоритетах, життєвих смислах та цілях і свідомо накладає на себе відповідні обмеження. Виникає зовнішня щодо базової структури позиція особистості, можливість справжньої рефлексії, свободи, саморозвитку.

Таким чином, на цьому етапі наша структурна модель розвитку набуває завершеності: особа здатна утримувати власну свідомість розізненою та сполучати позиції суб'єкта та об'єкта розвитку. Структура зрілості є тотожною онтологічній структурі людини як такої. Вона забезпечує самотождність об'єкту, тобто ідентичність людини з одночасною можливістю трансценденції. Ще раз зауважимо, що згідно з моделлю, в старшому віці теоретично необхідним є третє коло тритактного обертання — в духовному контексті «незбагненого» і трансцендентного.

4.3. Практичні аспекти застосування підходу

Феномен поваги

Слово повага у словниках української та російської мов [57; 193] тлумачиться як почуття шани, прихильне ставлення, що ґрунтується на визнанні чийось заслуг, високих позитивних якостей; одна з найважливіших вимог моральності; ставлення до людей, в якому практично визнаються достоїнства особи. Таке визначення описує властивості об'єкта, гідного поваги.

На початку розділу ми вже говорили, що здатність шанувати є особливою властивістю самого суб'єкта, яка виникає тільки на певному етапі становлення. Виходячи з визначення структури стосунків як такої, що існує для особи вже до її народження і зафіксована у структурі мови найближчого оточення, та спостерігаючи за немовлятами, ми бачимо, що здатність відчувати неповагу до себе теж існує як властивість структури батьківських стосунків із самого початку. Але здатність самостійно утримувати цю структуру та проявляти повагу до інших в умовах їх зневажливого ставлення можлива не раніше едипального періоду.

Цікавими є також спостереження за дітьми із дитячих будинків, більшість яких мають досвід втрати, непомірних фрустрацій, приниження, насильства, неповаги. В умовах дитячого табору ми досліджували кілька груп дітей із різних регіонів України загальною кількістю 98 осіб віком від 14 до 17 років. Серед них у 27-ми дітей батьки були позбавлені батьківських прав, 13 дітей — із багатодітних родин, 4 — сироти, у 4-х помер один із батьків, 10 — із «благополучних» сімей потрапили в табір завдяки фальшуванню документів (відпочинок на морі для дітей був безкоштовним), решта — діти із малозабезпечених та неповних родин. В рамках роботи з великими групами по 49 осіб, терапевтичної роботи в групах по 3-12 осіб, індивідуальних зустрічей та спостережень за життям у таборі ми виявили, що більшість дітей не згадують про важливість поваги при довільному описі бажаних стосунків (у формі твору, тлумачення своїх малюнків, колажів та групової роботи), але тонко і гостро реагують на прояви неповаги. У груповій роботі на етапі опрацювання конфліктів саме правило взаємної поваги та його практичне засвоєння в іграх та вправах, а також наглядне здійснення поважливого ставлення до дітей психотерапевтами у напружених ситуаціях стало вирішальним задля позитивного розв'язання конфліктів. Тож у мові та свідомості цих дітей слово «повага» є майже не задіяним, але відчуття поваги/неповаги до себе інтуїтивно використовується як сигнал можливості довіряти чи не довіряти співрозмовнику. У мові ж для опису бажаного «я» ними обираються такі наближені за значенням слова, як дбайливість, щирість та чуйність, привітність, співчутливість, поступливість. Для опису небажаного «я» обираються слова: холодність та презирство, мстивість, примхливість, заздрість, злопам'ятність, образливість. Також ми спостерігали кілька ситуацій, коли дорослий, від якого залежали діти, проявляв неповагу та формалізм щодо них. У відповідь у дітей «вмикалися» механізми маніпулятивної поведінки.

Хоча у стосунках з іншими дорослими ці самі діти були щирими та чуйними. Отже, не зважаючи на те, що, як ми припускаємо, у родинах цих дітей слово «повага» не було загальноживаним, а феномен поваги/неповаги досі не є усвідомленим, він відіграє важливу роль в соціальному житті дітей, а у мові фіксується через опис окремих рис поваги. По-перше, відчуття поваги/неповаги до себе використовується як ознака безпеки/небезпеки у цих стосунках, по-друге, власна повага/неповага до співрозмовника стає ознакою відповідної обраної стратегії поведінки.

Подивимось на цей феномен через призму онтологічної моделі людини та етапів становлення у процесі розвитку особи. Виходячи з того, що повага визначається як особливе ставлення до іншого, зрозуміло, що місце іншого, а також і психічні кордони особи, яка здатна до шанобливого ставлення, — вже існують і можуть самостійно утримуватись. Також уже розвинута і здатність оцінювати стосунки, властивості та вчинки іншої особи (та власні) або прислуховуватись до існуючих їхніх оцінок. Отже, є можливість порівняння, тобто у внутрішньому просторі людини існують уявлення про більш ніж одну особу. Крім цього, важливою є наявність інтенції, цікавості до іншого, лібідо, направленою назовні; отже, структура має більше двох елементів, вона розімкнена. Таким чином, за наведеними ознаками знову виходить, що здатність до поваги виникає в процесі становлення не раніше едипального періоду. До цього етапу здатність поважати утримується для особи її оточенням. Людина може промовляти це слово і намагатись наслідувати чи імітувати відповідні патерни поведінки. Але не маючи внутрішньої основи та перебуваючи на відстані від значимих об'єктів, або, якщо конституюючі об'єкти втрачають свої «дорослі» властивості, особа буде змушена спиратись тільки на зовнішні випадкові опори, повсякчас буде потрапляти в халепу, порушувати кордони інших людей, проявляти інфантильну неповагу, маніпулювати. Перебільшене відчуття несправедливості та образи також опосередковано вказують на доедипальну структуру чи на факт регресії.

Феномен поваги за своєю структурою фактично збігається з феноменом зрілої людини. У вимірі тілесності/емоційності він може проявлятися як переднастановлення свідомості — симпатія, довіра та прихильне ставлення до світу. У вимірі здорового глузду — як уважне ставлення і врахування звичаїв, соціальної ієрархії, авторитетів та інших більш-менш закономірних структур стосунків, соціальна адаптованість. У вимірі розуму — як можливість виявляти чи встановлювати нові закономірності, стосунки з «чужими» об'єктами, вирішувати непорозуміння і конфлікти, обертатись обличчям до невідомого. У вимірі вищої єдності — позитивно приймати факт неможливості повного контролю над своїм життям, мужньо сприймати випробування і бути здатним до широсердої вдячності.

Феномен поваги та феномен нездатності до поваги можуть бути важливими діагностичними критеріями у психотерапевтичному процесі. Відомо, що контрпереносні відчуття досвідчений психотерапевт використовує як чуттєвий інструмент діагностики. Якщо навіть маленькі діти, як було пока-

зано вище, на рівні структурного дискомфорту відчувають неповагу до себе і реагують незадоволенням і бажанням уникнути таких стосунків, то будь-який психотерапевт теж відчуває таке ставлення. Щоб використовувати його як один із діагностичних критеріїв, пропонуємо на додаток до описаних моделей враховувати ще й поняття регресії. Відомо, що у ситуаціях непомірної фрустрації актуалізуються різноманітні захисні механізми, які проявляються в тому числі і в феномені регресії — спонтанному або керованому поверненні на один із попередніх етапів розвитку. Цікавим є спостереження, що така регресія може бути тотальною чи зонованою [28]. Тобто у зонах стосунків із різними об'єктами чи в різних тематичних сферах існування людини рівні регресії (і рівні розвитку) можуть бути неоднаковими. Наприклад, одна наша клієнтка була цілком дорослою, здатною відчувати та дарувати задоволення у стосунках із чоловіком, успішною на роботі, приємною і щирою з подругами. Але у стосунках із юною дочкою втрачала можливість гнучкого ставлення, поваги і поведила себе як жорстокий і підозрілий диктатор, не зважаючи на глибину і ширину любов до дівчини. Виявилось, що і у стосунках з власною мамою відбувалось дещо подібне. Тож ця клієнтка змогла здійснити свій зрілий розвиток у багатьох тематичних зонах, окрім зони материнських стосунків. Відчуття контрперенесення у психотерапевта змінювалось, залежно від теми розмови. І феномен одночасно любові і неповаги, який виникав при розповіді про дочку, з приводу якої клієнтка і звернулась, вказував на діадичний, а інколи і монадний рівень стосунків (далі ми опишемо цей випадок докладніше). Таке розмежування зон дозволило психотерапевтові здійснити діалог із дорослими частинами особи, відшукати ресурси і створити можливість рефлексії інфантильних зон та подальше їх опрацювання. Феномен поваги/неповаги, який легко упізнати в житті, став у цій роботі символом, критерієм і опорою для клієнтки в її внутрішній роботі над собою.

Рівні структурної організації особистості та способи утримання психологічних кордонів

Наші дослідження [87] з умовно здоровими людьми та запропонована на їх основі структурно-динамічна модель особистості підтверджують дослідження Отто Кернберга [120], який працював з хворими, що страждали від тяжких особистісних розладів. Рівні організації психіки в цих моделях збігаються. Але, на наш погляд, нова модель більше висвітлює деякі аспекти функціонування структури, а саме: способи утримання психологічних кордонів та умови переходу на інший рівень функціонування. Припущення, на основі якого ми здійснювали свої дослідження стосувались того, що люди, з якими ми працюємо в психологічній консультації, *мають досвід функціонування на невротичному рівні, мають досвід самотійного утримання онтологічної структури людини*. Вони володіють мовою, розуміють умовності та переносні значення слів, здатні контролювати свої імпульси (через свідомі зусилля чи симптом), деякі — тільки в певних умовах; здатні сформулювати власний запит, домовитись про правила і більш/менш дотримуватись їх. Навіть ті клі-

енти, базовий рівень організації яких ми діагностували як межовий, у певній зоні спілкування мали досвід зрілого функціонування онтологічної структури. Часто це відбувалось за рахунок того, що близькі люди, як це буває у дитинстві, утримували для них певні виміри структури. Або ж вони працювали в організаціях, де структура стосунків та посадових обов'язків була чіткою, і її дотримувалась адміністрація. Структура стосунків на роботі, таким чином, виконувала функції зовнішньої опори. Крім цього, ми маємо на увазі ще кілька категорій клієнтів: 1) клієнти з психотичною структурою, для яких ми здійснювали психотерапевтичний супровід на тлі основного психіатричного лікування; вони були здатні до адекватного функціонування у здоровому середовищі відповідних стосунків та регресували поза цим середовищем; 2) діти й підлітки, які зазвичай вільно здійснюють регресивний рух, та зовсім маленькі діти до трьох років та їхні мами, для яких деякий час після пологів відкривається зона нормального «психотичного» функціонування у стосунках з немовлям; 3) клієнти з посттравматичними розладами, для яких регресія спрацювала як захисний механізм; 4) клієнти з психосоматичними розладами, які утримують онтологічну структуру за допомогою психосоматичного симптому і відповідно регресують на доедипальний рівень функціонування; 5) клієнти з межевою структурою особистості, для яких звичними є симптоматичні переходи з рівня на рівень залежно від ступеня компетентності у різних зонах стосунків та наявності зовнішніх «стабілізаторів» онтологічної структури (конкретних осіб, ідей або інститутованих структур стосунків); 6) «нормальні невротики», для яких регресія є цілющим джерелом натхнення та задоволення.

Тож у процесі діагностики ми відшукуємо *доступний* клієнту максимально зрілий спосіб існування та умови, в яких він втрачає цей рівень, здійснюючи регресію. Другим аспектом діагностики є пошук умов, у яких можлива прогресія і більш\менш стає функціонування зрілої структури. Для експрес-діагностики рівня функціонування структури найбільш показовим параметром є спосіб утримання особою психологічних кордонів та ставлення до меж іншої людини. Ці феномени на соціальному рівні проявляються як здатність або не здатність до поваги. У мові ознаки зрілих форм мислення проявляються коли логіка «або-або» змінюється логікою «і», тобто доступною стає можливість одночасного існування обох варіантів. Представимо модель міжструктурного руху «я» (регресії та прогресії) та способів утримання психологічних кордонів (таблиця 4.1).

Таблиця 4.1

**Модель міжструктурного руху «я» (регресії і прогресії)
та способів утримання психологічних кордонів**

Структурний рівень організації особистості		Характеристика способів утримання психологічних кордонів та геометрична метафора
1	Невротичний	міжструктурний рух «я» (регресія і прогресія)
2	Межовий	
3	Психотичний	

Завдяки цій моделі в процесі спілкування, опису життєвої ситуації чи імагінації, маємо змогу відстежувати рівень актуального функціонування свідомості. Вище ми вже наводили приклад із практики, опишемо його докладніше. До нас звернулася за консультацією літня жінка К. з приводу проблем її прийомної 20-річної доньки Н.. На її думку, дочка «приймає наркотики, п'є, не слухається, бреше» тощо. Дочка погодилася прийти на консультацію, і ми побачили гарну, адекватну, добру і цілком дорослу дівчину, яка страждає від протиріччя вимог батьків та власних потреб, що відповідають етапові її розвитку. Дівчина закінчує вуз, вільно володіє кількома мовами, влаштувалася на роботу, щоб набути професійного досвіду. Вона має цікаві та реальні плани, частину з яких уже здійснює. Наркотики не приймає, із алкоголю дозволяє собі келих вина на вечірці. Для короткотривалої консультативної роботи ми виокремили два запити. Перший, — як, не ображаючи батьків, одержати від них «благословіння» бути дорослою, право на більш автономне життя. І другий, — зрозуміти, чому досі не вдається побудувати тривалі стосунки з хлопцем. Стосовно матері, ми з'ясували, що у більшості життєвих сфер вона проявляє себе як достойна доросла людина. І на роботі, і в стосунках з чоловіком вона здійснює повагу, розуміє умовності, тонко відчуває контекст, стан співрозмовника, здатна зупиняти свої імпульси, щоб уточнити, що відбувається та прийняти зважене рішення. А у стосунках

з дочкою мама без вагомих причин ображається та ображає дочку, не поважає її кордони, читає особисте листування, вимагає абсолютного підкорення та буквально здійснення домовленостей. Тобто регресує на межовий рівень, де кордони мають утримуватись буквально. Наприклад, коли дочка увечері запізнюється на тридцять хвилин і повертається додому опів на одинадцять замість десятої, мама звинувачує її у зраді та називає брехухою. Ми спробували з'ясувати, з чим пов'язана така регресія К. у зоні стосунків із дочкою, і виявили, що у стосунках К. з її власною матір'ю існує дещо подібне. Бабуся не поважає К., порушує її кордони, висміює її рішення та малює негативні перспективи у стосунках дочки та онуки. Вона була проти всиновлення та досі повсякчас нагадує К., що Н. має «погану спадковість, мабуть, рідні батьки були наркоманами та п'яницями. Ти від неї ще наплачешся, принесе тобі в подолі...» і таке подібне. Цей пресинг знаходить ґрунт та підсилює природну тривожність К. за свою вже дорослу дочку та викривлює нормальне ставлення до дівчини. Крім того, К. не одержала досвіду «дорослих» зрілих стосунків зі своєю матір'ю і, відповідно, має проблеми, вибудовуючи свої стосунки з дочкою. Але їй належить великий ресурс — досвід поважного ставлення до неї її батька, який і створив можливість зрілого функціонування на невротичному рівні в інших життєвих сферах.

У цьому прикладі для аналізу ситуації ми використали дві моделі: регресії на нижчий структурний рівень та зонування сфери стосунків. Це дозволило зрозуміти, що саме відбувається у напружених ситуаціях, знайти та відновити ресурсний досвід зрілого функціонування у інших зонах, побачити клієнткою свої «слабкі» місця та ситуацію в цілому. Цього виявилось достатнім, щоб К. почала помічати передвісники регресії та за необхідності зупиняти, або ж враховувати свою регресію, зберігати позицію зрілого «я» та здатність спостерігати за міжструктурним рухом суб'єкта переживання.

Типологія фрустрацій. Опірність/неопірність до фрустрацій певного рівня як діагностичний критерій

На початку розділу ми вже говорили про помірну фрустрацію як умову розвитку. Тепер спробуємо систематизувати різні види «нормальних» фрустрацій, які на кожному з етапів розвитку змушують людину докладати зусиль для відновлення функціонування онтологічної структури і переходу на більш зрілий рівень. Також спробуємо використати ці види фрустрацій і проявів здатності/нездатності чинити опір до них як діагностичні критерії функціонування психіки на певному структурному рівні. Побачимо, як досвід і розуміння позитивного сенсу здатності витримувати фрустрації стає у терапії механізмом розвитку та, відповідно, позбавляє симптом структурного смислу, тобто *позбавлення від симптому стає побічним ефектом структурного розвитку особи.*

Почнемо з того, що спираючись на спостереження Лакана [145], вкажемо, що саме факт «*передчасного народження*» людської дитини є фрустрацією. Дитина вимушена у процесі власного розвитку створювати штучні (не тва-

ринні) способи існування — людські стосунки. Відсутність доречних фрустрацій на певному етапі або наявність занадто сильних фрустрацій, — таких, які дитина поки що не готова витримати, — створює умови для подовження інфантильного функціонування без переходу на якісно новий структурний рівень розвитку та формуванню симптомів.

У випадку, коли **фрустрації відсутні**, відбувається безпосереднє задоволення потреб. Розрізнення між внутрішнім та зовнішнім світом не відбувається. Психічні кордони не формуються. Стосунки здійснюються у монаді на психотичному рівні функціонування. Наслідками інфантильного та ситуативного задоволення потреб стає те, що перехід на більш зрілу стадію не здійснюється. Здатність автономного здійснення структури не формується. Відповідно тому, на якому з етапів розвитку нормальні фрустрації відсутні, розвиваються специфічні інфантильні риси характеру.

Розглянемо виокремлені на основі аналізу етапів розвитку види фрустрацій:

Фрустрація через досвід помірною очікування є умовою переходу від монадної до діадичної структури стосунків. Потреба задовольняється не зразу, є час для її посилення, часткового «усвідомлення», формування хотіння та заклику до оточення. В період, коли потреба вже актуалізувалась, але ще не задовольнилася, важливим є те, що «світ» (мама) лишається поряд, утримує контакт, намагається зрозуміти причини дискомфорту та пояснює для дитини відтермінування задоволення. У такому випадку здійснюється формування інфантильного межового рівня функціонування, початкове формування здатності самостійного утримання психічних кордонів. Також формується частковий об'єкт (у термінах теорії об'єктних стосунків); здатність відчувувати переживання. Виникає необхідність докласти власних зусиль для задоволення потреб, поновлення комфорту.

Нормальні **фрустрації через біль та небезпеку** виникають, коли вже є можливість активно рухатись у просторі та задовольняти цікавість, стикатись з небезпекою. Наразі здійснюється зрілий межовий рівень функціонування. Формується здатність самостійно утримувати психічні кордони, об'єкти. Дитина навчається враховувати контекст, бути обережною, передбачати найближче майбутнє, шукати різноманітні можливості задоволення потреб, формулювати бажання. Вона починає розуміти, що об'єкт бажання може перебувати в різних станах (гарячий чи теплий, наповнений чи порожній, лагідний чи сердитий), і це їй потрібно враховувати.

Символічна кастрація буквальної форми задоволення бажання формує невротичний рівень функціонування структури в едипальному періоді, зрілість. Бажання визнається оточенням, власне суб'єктом, але заперечуються інфантильні форми його задоволення. Бажання підтримується і визнається батьками, наповнюється силою, створює відчуття впевненості, але його неможливо задовольнити буквально. Дитина вимушена і має сили виходити на символічний рівень існування. Створюється можливість символічного утримання психічних кордонів. Здійснюється позитивний перехід на ста-

дію триангуляції. З'являється можливість вибору, любові, поваги, свободи — в межах батьківського закону або власного рішення.

Фрустрація як кастрація бажання здійснюється, коли значимі об'єкти не приймають бажання особи, заперечують або зневажають їх. Ця форма фрустрації стає більш явною, актуальною та значущою в передедипальному періоді. У цьому періоді вона формує невротичний рівень функціонування у варіанті невротичного характеру. У цьому випадку бажання дитини заперечується, не визнається батьками, його задовольнити неможливо (у крайньому випадку, батьки заперечують навіть право на бажання). Щоб зберегти стосунки, дитина «припиняє» бажати та припиняє відчувати себе, намагається вгадати бажання батьків. Формується і ніяк не долається відчуження. Пізніше може проявитися симптом: «я не знаю, чого сам хочу», невпевненість. Психічні кордони набувають жорсткості та є відчуженими. Здійснюється перехід на стадію триангуляції в негативний спосіб. Розвиток супроводжується страхами, тривожними та депресивними станами, відчуженими фантазіями.

Таким чином, коли людина у життєвій або психотерапевтичній ситуації виявляє свою нездатність витримувати фрустрацію певного виду, можемо робити попередній висновок, що у цій зоні стосунків вона перебуває у стані регресії на відповідний рівень. Далі, у діагностичній роботі маємо з'ясувати межі цієї зони, чи існують зони більш зрілого функціонування, як відбувається перехід із зони в зону та з рівня на рівень, які є зовнішні та внутрішні умови таких переходів. Один шар терапевтичного опрацювання буде полягати в тому, щоби здійснити «інвентаризацію» ресурсів, досвіду зрілого функціонування та, по змозі, зробити можливим загальне бачення ситуації, проблеми. Другий шар — актуалізація ресурсу, відновлення вільного доступу до нього через керовану психотерапевтичну регресію, відновлення позитивного дитячого досвіду та його інтеграція у теперішній час. Третій шар, по змозі, — опрацювання актуального конфлікту, який призводить до симптоматичної регресії. Отже, ми описали — один із можливих варіантів використання запропонованих моделей в психотерапії та психологічному консультуванні.

Ці ж моделі ми застосували і для аналізу соціокультурної ситуації в Україні. Якщо припустити, що онтологічна модель людини на соціальному рівні здійснюється як онтологічна модель спільноти, то, застосовуючи запропоновані нами інструменти, можемо бачити зони інфантильного функціонування соціальних утворень. Для символізації та усвідомлення таких проявів у культурі починають діяти внутрішні механізми структурозбереження та виникають певні інструменти. Наприклад, наївне малярство Марії Примаченко, на нашу думку, виникло як символізація, можливість повернення до ширших переживань та нейтралізації відчуження й бездушних форм існування у світі.

Можна сказати, що сучасні підходи у психологічній допомозі виникають також спочатку на потребу дня, симптоматично віддзеркалюючи «слабкі», незрілі місця структури соціальних стосунків та поновлюючи можливості

функціонування онтологічної структури. Кожен такий підхід проходить власний шлях становлення. Відповідно до нашої моделі розвитку це такі етапи.

Етап суб'єктивної проблематизації дослідника як особистості має кілька передумов. Перша — виникнення зони дефіциту символізації. Друга — виникнення феномену нерозуміння та зацікавленості у певній темі. Пошук можливостей символізації у формі наукової розвідки може бути здійсненим, також, за умови наявності у дослідника досвіду зрілого утримання онтологічної структури та наявності диференційованого апарату мислення. Він має бути спроможним помічати та усвідомлювати дефіцити, порівнювати й переформулювати їх у якості проблем та наукових завдань. Проведення серед колег опитування свідчить про те, що частіше першим поштовхом для вибору теми досліджень стає саме її суб'єктивна значущість.

Практичний етап. «Накладання проєкцій та звільнення від проєкцій» або «відзеркалення 1». Здійснюючи професійне спілкування, психотерапевт помічає певні особливості симптоматики своїх клієнтів, які не можуть бути описані задовільно за допомогою вже існуючих теорій.

Психотерапевт-дослідник описує феноменологію випадків і робить емпіричні узагальнення. Об'єктами уваги стають клієнти та їхні симптоми.

Етап «відзеркалення 2». Дослідник намагається пояснити відкриті феномени за допомогою звичайної логіки та вже існуючих визнаних моделей. Він обговорює свій досвід на супервізіях та у власному аналізі, відрізняє власні переживання та установки свідомості від переживань клієнтів. Об'єктом уваги на цьому етапі є психотерапевтичний процес.

Етап «мислення». Виявляється, що деякі прояви клієнтів не вкладаються в теорії, що вже існують. Дослідник змушений шукати нові зв'язки, підходи, погляди та форми мислення; враховувати більш широкі контексти; знаходити неявно виражені причинно-наслідкові зв'язки; створювати відповідні моделі. Виникає певна систематика, яка може сформуватися в окремий підхід. Об'єктами уваги стають форми мислення.

Етап рефлексії та переорієнтації. Дослідник аналізує та узагальнює досвід протягом певного періоду в соціокультурному контексті, усвідомлює механізми становлення нового підходу, виокремлює чинники, які сприяли чи заважали цьому становленню. Об'єктом уваги є процес становлення підходу. Завдяки рефлексії стає можливим внесення коректив, прояснення та більш точна диференціація певних феноменів, інтеграція підходу в поле загальнолюдських знань.

Розділ 5.

ВПЛИВ СІМЕЙНИХ ЧИННИКІВ НА СТАНОВЛЕННЯ ВІТЧИЗНЯНОЇ ТЕОРІЇ І ПРАКТИКИ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНОЇ ДОПОМОГИ ОСОБИСТОСТІ

5.1. Типові соціальні уявлення особистості про сім'ю та їх значення для формування стратегій психотерапевтичної допомоги у рамках психодинамічного підходу

5.1.1. Типові уявлення особистості про сім'ю як соціально-психологічний феномен

Сучасний етап розвитку психологічної науки та психотерапії характеризується особливою увагою до проблем становлення та успішного функціонування особистості у вітчизняному просторі. Саме *Особистість* та її *Унікальний світ* є тим основним орієнтиром, який визначає зміст, форму та особливості перебігу консультативної чи психотерапевтичної допомоги. Фахівець не буде абстрактних схем взаємодії з людиною у психотерапевтичному просторі, — кожного разу він налаштовується на окрему Особистість і є творцем «живого» діалогу з нею. Не дивно, що за таких умов для успішної побудови психотерапевтичного процесу важливі комплексні знання про закономірності розвитку особистості та специфіку її функціонування у соціальному просторі.

На думку представників психодинамічної парадигми, особистість концентрує в собі як індивідуальну історію розвитку, так і специфіку сімейної історії. Іntenції первинних об'єктів, прабатьків, когнітивне поле найближчого оточення, сімейні міфи та традиції тощо складають той унікальний зміст сімейної історії, який відображається у контексті самої особистості. Історія розвитку конкретної особистості відбивається у особливостях її структури і функціонує у всіх сферах життєвого простору людини. Тому можна сказати, що психотерапевт, працюючи з особистістю, завжди має справу і з її сімейним смисловим полем, яке безпосередньо влітається у її сутність.

З огляду на це, постає потреба у вивченні особливостей сучасної вітчизняної сім'ї та їх відображення у психотерапевтичному просторі. На сьогоднішній день відомі дослідження, які описують демографічні, соціально-економічні, соціально-психологічні аспекти функціонування сучасної вітчизняної сім'ї [70; 223; 259]. Однак використання даних цих досліджень у психотерапевтичному процесі утруднено, оскільки достатньо мало вивчені механізми відображення соціокультурної специфіки вітчизняної сім'ї у психотерапевтичному діалозі з особистістю.

Специфічним соціокультурним фактором становлення особистості є той когнітивний контекст, що формується і визначається соціальним оточенням (у широкому та вузькому сенсі). У широкому значенні когнітивний контекст становлення особистості проявляється через ті універсальні смислові концепти, що притаманні цілій нації і характеризують її ментальність. *Ментальність* (франц. *mentalite* — склад розуму, світосприйняття) — своєрідний стан, рівень розвитку, спрямованості індивідуальної та групової свідомості, здатність до засвоєння норм, принципів, життєвих орієнтацій, суспільних цінностей, особливості адаптації до навколишнього середовища, впливу на нього, відтворення сукупного досвіду попередніх поколінь. Цей феномен містить елементи національного характеру, які діють, минаючи свідомість, спонтанно (див. розділ 1.2). На думку Л. М. Бойко, ментальність є своєрідним емоційно-психологічним кодом, що викликає у суб'єкта конкретні реакції на зовнішні чинники, способом сприйняття і розуміння етносом свого внутрішнього світу та зовнішніх обставин. Вона відображає внутрішній стан, світосприйняття людини. Саме тому її часто трактують як «душу народу» [32].

Розглянемо особливості смислового поля української ментальності. Зокрема, дослідник С. Кримський [8] говорить про символіко-тематичний ряд української ментальності, що виражається у архетипних концептах *Дім-Поле-Храм*. Концепт *Дім* для українця є надзвичайно важливим. Він, як правило, позначає щось святе, пов'язане з батьківщиною та родиною, а також є символом тепла та доброти («Добре тому, хто у своєму домі» [185]). *Дім* у системі символічно-екзистенційних вимірів буття людини концентрує в собі все розмаїття значень, пов'язаних із сімейним життям, подружнім коханням, любов'ю батьків до дітей та дітей до батьків, спільною працею та життям у всіх його буденних та святкових виявах («Тримай хаточку, як у віночку», «Хату руки держать», «Жінка за три угли хату держить, а чоловік — за один» [185]). Символ дому застосовується і щодо народу загалом, коли йдеться про «національний дім» як передумову та гарантію збереження нації («Всяка пташка своє гніздо знає» [185]). Українська хата поставала і як осередок свободи особистості, наявності окремої, власної думки («У своїй хаті кожен пан», «Своя хата — своя правда» [185]). Концепт *Поле* розкривається у українській ментальності як ототожнення з рідним краєм, батьківщиною («Земля там мила, де мати народила», «Рідна земля і в жмені мила» [185]). *Поле* — це і сама природа, край і конкретний наділ землі. Для українців символ землі має характерне значення. Володіння землею споконвіків асоціюється з гарантом незалежності та багатства [8] («Хто про землю дбає, вона тому повертає», «Батько достатку — праця, а мати — земля» [185]). Образ *Поля* асоціюється, також, з архетипом землі-матері. Земля родить, годує, плекає («Найщедріша земля-мати, бо велику силу має: всіх годує й напуває», «Впав, так цілуй матір сиру землю та ставай на ноги» [185]); вона ж приймає у своє лоно померлих, ховає, зберігає:

«Не плач мати, не журися//Та вже ж твій син оженився,//Узяв собі паняночку — //В чистім полі земляночку»//(Козацька пісня «Ой на горі вогонь горить») [238].

Храм — це уособлення святинь для кожної людини, пов'язаних з її національними особливостями та етнічними традиціями. Зазвичай святині українського народу були пов'язані з національною ідеєю, мовою, звичаями [8]. *Храм* — осередок святості, який, на наш погляд, розкривається для українців і в універсальних символах: мати, дитя, хліб, сіль, калина тощо («Без верби і калини нема України», «На сонці тепло, а біля матері добре», «Нема у світі цвіту цвітішого над маківочки, нема і роду ріднішого над магіночки», «Любуєся калиною, коли цвіте, а дитиною — коли росте», «Хліб всьому голова» [185]).

Характер смислового поля української ментальності добре розкривається через мову. Аналізуючи особливості словотворення навіть окремих слів, можна зрозуміти основні інтенції української нації. Зокрема, дослідник Олексій Братко-Кутинський порівнює українську та російську мови і вирізняє характерні риси обох націй. Розглянемо результати аналізу понять, які є важливими для формування соціальних уявлень особистості про сім'ю: *країна*, *Батьківщина*, *громадянство*, *подружжя*, *шлюб*. На думку Олексія Братко-Кутинського, всі ці словотвори є виключно українськими і сформувався сотні років тому. Так, слово «країна», «край» тлумачиться дослідником як те, що виділене богом Ра, спрямоване до Раю, до храму Сонця (К+рай). «Батьківщина» («Вітчизна») — земля предків, батьківський край; «громадянство» — належність до громади: вільної самокерованої суспільної організації з виборним керівництвом. Слово «подружжя» розкриває ставлення українців до створення сім'ї: до шлюбу ставали ті пари молоді, між якими виникала взаємна приязнь, симпатія, дружба. Не дивно, що слово «шлюб» підкреслює важливість взаємного кохання у парі («злюб» — злюбились). В цілому, дослідник характеризує українську націю як мудру, прогресивну, працелюбну, миролюбну, а український народ як такий, що прагне до розвитку та поважає індивідуальність («особистість» — поглиблена внутрішня характеристика чогось особливого, неповторного) [40]. Ці риси українського національного характеру підкреслюють і інші дослідники (див. розділ 1.2).

Таким чином, розглянувши погляди різних авторів на особливості національного характеру, вирізнимо наступне, що є важливим в контексті нашого дослідження: в ментальному полі українців закладено вагомий потенціал до розвитку; в українській культурі достатньо високо цінується інститут сім'ї та шлюбу; українській ментальності здебільшого притаманні фемінні риси. Сміслове поле типової національної символіки (мати, Батьківщина, земля, хата, калина тощо) пов'язане з жіночою природою і може сприяти формуванню відповідних внутрішніх інтенцій. Зокрема, з фемінними характеристиками пов'язані такі риси як: споглядальність, підвищена емоційність, ліричність, вразливість, мрійливість, працелюбність, вдумливість (спрямованість углиб), миролюбність тощо. Разом з тим, ірраціональність, сумбурність, пасивність тощо. Характерною для українців видається, також, схильність до надмірної прив'язаності до образу матері. Мати — берегиня роду, центральна фігура в сімейних взаємозв'язках. Складається враження, що в уявленнях українців присутність чоловіка є гарантом порядку, але його

зміст та динаміка визначається жінкою. Вона ж вирішує велику кількість побутових, економічних, комунікативних питань усієї родини. Нерідко такий стан речей сприяє пізньому дослушанню дітей та розвитку інфантильної позиції в усіх інших членів сім'ї.

Найбільш значимим для формування особистості є те смислове поле, яке характерне для її родини. Так, на думку представників теорії об'єктних відносин (М. Кляйн, Д. В. Віннікотт, М. Балінт), структура ставлень особистості до себе, до інших та оточуючого світу значною мірою формується під впливом *первинних об'єктів*. З точки зору психодинамічного підходу, *об'єкт* розглядають як реальну чи уявну людину, на яку спрямовані прагнення та бажання суб'єкта. Під *первинними об'єктами* [219] представники теорії об'єктних стосунків розуміють значущих особистостей, які взаємодіяли з дитиною на ранніх етапах розвитку. Пізніше образ первинних об'єктів може мати свою символічну репрезентацію у глибинних структурах особистості. Базові форми взаємин у дитячому віці є основою для комплексного функціонування стосунків у дорослих. На наш погляд, характеристика базових взаємин особистості з власним світом та соціальним середовищем вміщується у достатньо прості та водночас ємні формули: *довіра-недовіра, автономія-залежність, структурованість-розбалансованість, активність-пасивність*.

Параметр *довіра-недовіра* відображає ступінь відкритості особистості до світу, до нових вражень та інших людей, розкривається у її здатності проявлятися безпосередньо та автентично. Згідно теорії об'єктних стосунків, базова довіра до світу формується уже під час вагітності матері, народження дитини та у перший рік розвитку особистості. Основні фактори, які можуть впливати на порушення у формуванні довіри пов'язані з травматичним перебігом вагітності, небажанням матері мати дитину, раннім тривалим відлученням немовля від матері, емоційною холодністю матері та її дистанціюванням від дитини. Так, на думку Д. В. Віннікотта [64], на ранніх стадіях взаємодії матері з немовлям закладається основа майбутнього душевного здоров'я. Фрустрації на цих стадіях можуть спричинити виникнення невротичних симптомів, тому попередження захворювань психіки починається з піклування про немовля, тобто, за словами Д. В. Віннікотта, «достатньо хорошого холдингу». На думку цього ж автора, на ранніх стадіях емоційного розвитку, поки почуття ще не впорядковані, поки ще немає того, що можна назвати «автономним его», дитина може відчувати величезну тривогу. Залишена надовго (мова йде не тільки про години, але і про хвилини) без звичного людського оточення, вона переживає досвід, який можна виразити такими словами: «розпадання на шматки, нескінченне падіння, вмирання... вмирання, втрата будь-якої надії на відновлення контакту» [64, с. 63].

Параметр *автономія-залежність* відображає ступінь розвитку незалежності особистості стосовно власних внутрішніх об'єктів, об'єктів оточуючої дійсності та інших людей. Іншими словами, автономія особистості розкривається у її здатності вільно та природно взаємодіяти з собою, іншими та світом без формування симбіотичних зв'язків. Здатність діяти автоном-

но зароджується вже на етапі формування базової довіри до світу. Довіра до об'єкту матері є умовою для якісної сепарації дитини від симбіотичних стосунків з нею. Далі автономія формується у період розвитку дитини від року до трьох. Представники теорії об'єктних стосунків [64; 127] вважають цей період ключовим для закладання самостійності, впевненості у собі та здатності до вільного самовираження. Надмірний консерватизм та опіка матері, невиправдане обмеження перших ініціативних дій дитини, покарання за перші помилки та неохайність є умовами формування порушень на цій стадії розвитку особистості.

Параметр *структурованість-розбалансованість* відображає здатність особистості упорядковувати внутрішній світ та зовнішні події, підтримувати «здоровий» гомеостаз власного психічного життя. Формування структурованості відбувається теж поетапно. Базова довіра до світу і впевненість у власних силах є основою для вільного маніпулювання об'єктами внутрішньої та зовнішньої реальності. У період розвитку дитини від трьох до п'яти років кристалізується вміння упорядковувати свою та зовнішню реальність. Дитина починає ідентифікувати себе з об'єктами власної статі, вирізняє структури закономірності, необхідності, порядку, обмеженості. Умовами формування порушень на цьому етапі розвитку стають неможливість ідентифікуватися з об'єктами власної статі або «завоювати» об'єкт протилежної статі, хитка позиція батька як гаранта закону, порядку, логічності [64; 128; 196].

Параметр *активність-пасивність* характеризує ступінь розвитку здатності особистості до енергійних поступальних проявів стосовно власного світу чи оточуючої дійсності. Активність розкривається в умінні особистості утримувати вектор власного розвитку, акумулювати життєву енергію у процесі досягнення цілей, налагоджувати та підтримувати позитивні стосунки зі світом. Формування активності відбувається на кожній із вищеописаних стадій розвитку особистості. Базова довіра до світу, впевненість, автономність та структурованість особистості є, на наш погляд, важливими ланками у розвитку її конструктивної та вільної активності. Разом з тим, представники теорії об'єктних стосунків роблять акцент на періоді сепарації дитини від об'єкту матері (від року до трьох). Неадекватне реагування матері на перші активні дії малюка, його фантазії та ініціативи створюють умови до пасивної залежної позиції. Засвоївши негативний досвід у вільному вияву ініціатив, особистість ніби приймає внутрішнє рішення про небезпечність, непотрібність та безглуздість власної діяльності. Її життя переважаною є страхами та пересторогами, автентичні інтенції сприймаються як неважливі, безглузді, невідповідні зразку [64; 128; 196].

Таким чином, когнітивний контекст, в якому формується особистість, поступово засвоюється, диференціюється нею та складається у певні інтенції, сенси і цінності, що становлять основу функціонування особистості у різних соціальних сферах. Взаємозв'язок внутрішніх інтенцій, сенсів, цінностей особистості, що формуються під впливом типових когнітивних одиниць у соціальному оточенні, можна об'єднати назвою *типові соціальні уявлення*

особистості. Типові соціальні уявлення особистості про сім'ю, відповідно, стосуються тих аспектів, що пов'язані з родиною та її функціонуванням.

Типові уявлення про сім'ю впливають не тільки на ідентифікацію та становлення статегорольових поведінкових моделей особистості у рамках родинних відносин, вони формують важливий контекст відтінків її ставлень стосовно власного внутрішнього світу та зовнішнього соціального середовища, яке не пов'язане з родиною безпосередньо. Маючи певну смислову модель сімейних відносин, особистість переносить її специфіку у широкий соціальний контекст та у психотерапевтичний простір, зокрема. Таким чином формується замкнуте коло обміну смислового соціального контексту у широкому та вузькому значеннях. Проходячи процес розвитку та соціалізації, особистість отримує певну когнітивну модель сприйняття себе та світу, разом з тим, вона ж повертає цей смисловий контекст у соціум. Ймовірно, такий стан речей сприяє підтримці певного гомеостазу малих та великих соціальних груп. Так, незалежно від часу, можна говорити про характерні риси родини, роду, нації тощо. Смислові елементи, які різко відрізняються від загального контексту соціального утворення, як правило, підлягають відторгненню, осуду, запереченню.

Типові уявлення про сім'ю засвоюються особистістю не лише як статичні інтерналізовані форми. Вступаючи у контекст особистісних сенсів та інтенцій, типові уявлення соціального оточення підпадають під колізію душевного життя людини. Ступінь трансформації конструктивів смислових установок соціуму напряду залежить від сили, автономії, активності самої особистості. Іншими словами, чим більш усвідомлена та диференційована особистість, тим більшою мірою вона здатна до свідомого і вибіркового засвоєння соціального смислового поля. Така особистість не тільки творчо сприймає соціальний контекст, вона здатна створювати власні сенси і повертати їх у культуральний простір соціуму. Творче переживання соціального контексту може стосуватися життя лише окремої особистості, а може проявлятися на рівні нації, народу, людства.

Типові уявлення про сім'ю можуть нести цілком позитивну роль регуляції внутрішнього життя людини та її зовнішніх стосунків зі світом. Разом з тим, вони можуть ставати причиною складних інтрапсихічних конфліктів. Відбувається це, на наш погляд, за умов порушення балансу між особистісним та соціальним смисловим когнітивним полем. Іншими словами, людина може відчувати невідповідність між її автентичними і соціальними смисловими одиницями, але свідомо змінити нічого не може. Тому насамперед важливо усвідомити специфіку формування саме таких глибинних конфліктів особистості та їх соціокультурну природу, що сприяє вибору адекватних стратегій психологічної допомоги.

Враховуючи вищезазначене, ми поставили перед собою мету з'ясувати основні характеристики типових уявлень особистості про сім'ю та визначити їх вплив на формування стратегій психотерапевтичної допомоги у рамках психодинамічного підходу.

5.1.2. Характеристика смислових одиниць типових уявлень особистості про сім'ю у сучасних родинах

Як було зазначено вище, типові соціальні уявлення про сім'ю відображаються і в зовнішніх формах прояву особистості, і в її внутрішній організації. Зовнішні форми прояву типових соціальних уявлень відображено у вигляді когнітивних установок особистості, її сенсах та цінностях. Тому важливим видається те, які цінності, установки, сенси виступають на передній план у сучасних родинах. Цікаву класифікацію факторів дисгармонії у родинах ми знаходимо у російського дослідника С. В. Петрушина: порушення пропорцій цінності власної особистості та сім'ї як системи, слутування та нашарування подружньо-батьківських ролей, порушення пропорцій у взаємовідносинах всередині системи батьки-дитина, злиття та викривлення кордонів у середині родини [210]. Про подібні порушення у сучасних українських родинах говорять і сучасні вітчизняні дослідники [223]. На наш погляд, зовнішні показники дисгармонії у сім'ї варто розглядати не тільки як її дисфункції, а і як маркери, що вказують на особистісні негаразди членів родини. Іншими словами, якість функціонування особистості у соціальному середовищі є проекцією тих її внутрішніх структур, які підкріплюють певний тип стосунків.

Внутрішні аспекти типових уявлень особистості пов'язані з тими глибинними структурами, що сформувались під впливом найближчого оточення у процесі розвитку особистості. Нагадаємо, що характеристика базових взаємин особистості з власним світом та соціальним середовищем вміщується у достатньо прості та водночас ємні формули: *довіра-недовіра, автономія-залежність, структурованість-розбалансованість, активність-пасивність*.

Таким чином, з метою розкриття особливостей функціонування феномену типових уявлень особистості про сім'ю варто вивчати їх зовнішній бік прояву — когнітивний, смисловий, ціннісний та їх відображення у внутрішній організації особистості — характеристики базових стосунків. Важливо зрозуміти, які смислові одиниці переважають у сучасних родинах і яким змістом базових стосунків вони супроводжуються.

Зовнішній аспект прояву типових соціальних уявлень про сім'ю вивчається з допомогою методу інтерв'ю. Було вирізнено найбільш розповсюджені смислові одиниці у таких сферах взаємодії сучасної родини: взаємодія «подружжя», взаємодія «батьки-діти», взаємодія «подружжя-прабатьки». Критерій типовості визначався за ознакою розповсюдженості смислової одиниці у більшості досліджуваних (>50%).

Вивчення характеристик базових стосунків здійснювалось за допомогою методу контент-аналізу. Аналізу піддавались результати вищезазначеного інтерв'ю, аналітична бесіда з клієнтами, їхні фантазії, малюнки, сновидіння, що виникали протягом психотерапевтичного процесу. Основні одиниці аналізу: *довіра-недовіра, автономія-залежність, структурованість-розбалансованість, активність-пасивність*.

Досліджувані: подружні пари різного віку та соціального статусу — клієнти, що зверталися по психотерапевтичну допомогу.

Перейдемо до розгляду результатів дослідження (таблиця 5.1).

Таблиця 5.1

Типові смислові одиниці у сфері взаємодії «подружжя»

№	Типові висловлювання	Кількість досліджуваних (у відсотках)
1	Мій чоловік (дружина): багато працює, має хобі, займається спортом, любить дітей. Ми маємо спільні інтереси та коло спілкування, ми любимо подорожувати	51%
2	Я не можу довірити своєму чоловіку відповідальні справи. Моя дружина все плутає і забуває. Чоловіки, як малі діти. Жіноча логіка не піддається поясненню	78%
3	Мій чоловік (дружина) легковажний(-на), наївний(-на). Моєму чоловіку (дружині) бракує життєвого досвіду	63%
4	Мій чоловік (дружина) мало працює, мало заробляє грошей. Мій чоловік мало допомагає мені по господарству, мало проводить часу з дітьми та родиною	83%
5	Я не завжди довіряю своєму чоловіку (дружині). У мого чоловіка можуть бути симпатії поза шлюбом. Я вдаюся до перевірки особистих речей, записів, дзвінків мобільного телефону, змісту переписки з іншими у соціальних мережах Інтернету мого партнера	56%
6	Мій чоловік (дружина) спричиняє конфлікти у сім'ї. Мій чоловік (дружина) не визнає своїх помилок. Мій чоловік (дружина) є винуватцем напруженої ситуації	88%
7	Ми одружилися у результаті розвитку взаємної симпатії	92%

Як видно з таблиці, смислове поле у сфері взаємодії «подружжя» носить суперечливий характер: з одного боку як чоловік, так і дружина в уявленнях сучасних співвітчизників є достатньо самостійними, активними та цілеспрямованими, з іншого боку, вони ж недостатньо досвідчені, умілі, розумні, чесні, розважливі, мало проводять часу з родиною. У більшості випадків, кожен із партнерів подружньої взаємодії вважає, що вони рівні. Разом з тим, партнери намагаються засвідчити про свою перевагу у тій чи іншій сфері діяльності, підкреслити свою компетентність та розум, протиставити власну активність активності партнера. Кожен з членів подружньої взаємодії вважає, що достатньо знає особливості партнера і цілком може передбачити його поведінку. Разом з тим, природно сприймається необхідність контролю активності партнера. У конфліктних ситуаціях як чоловіки, так і жінки схильні вирізняти провину іншого і гіперболізувати її. У більшості випадків основою для подружнього життя вважається почуття кохання та довіри.

Таблиця 5.2

Типові смислові одиниці у сфері взаємодії «батьки-діти»

№	Типові висловлювання	Кількість досліджуваних (у відсотках)
1	Моя дитина навчається у хорошому навчальному закладі, з репетиторами, відвідує гуртки. Моя дитина багато навчається. Моя дитина зайнята справами цілий день, щоб не було часу для дурної компанії	76 %
2	Ми вже ходимо, говоримо, читаємо, пішли до першого класу, перейшли у старшу школу тощо	83 %
3	Я намагалась якомога раніше привчати свою дитину до самостійності: гратися, їсти, ходити на горщик тощо. Я намагалась не реагувати на вимоги дитини перебувати увесь час на руках (прим.: про немовля)	63 %
4	Моя дитина потребує допомоги у всьому. Моя дитина розсіяна, забудькувата, незібрана, не може постояти за себе. Я контролюю кожен крок своєї дитини	67 %
5	Ми не пояснюємо своїй дитині сенсу складних, неоднозначних ситуацій	60 %
6	Я люблю свою дитину	100 %

Як ми бачимо, смислове поле у сфері взаємодії «батьки-діти» носить не менш суперечливий характер (таблиця 5.2). Найбільш характерна типова ознака взаємодії батьків з дітьми полягає у сприйманні останніх водночас дорослими і маленькими. Так, в уявленнях батьків, діти є недостатньо досвідченими та самостійними. Разом з тим, вони мають постійно випереджати своїми уміннями власний хронологічний та психологічний вік (недооцінюються природні темпи дорослішання, діти розглядаються під кутом «вже», і це «вже» має бути рисами більш дорослої дитини). Описуючи дитину, найчастіше підкреслюють її надзвичайний інтелектуальний розвиток, емоційна складова розвитку не вважається чимось важливим — її навіть не вирізняють. Найбільш бажана риса у поведінці дітей — слухняність. Наступна характерна ознака уявлень батьків про взаємодію з дітьми пов'язана з дисбалансом ситуацій злиття-роз'єднання у процесі розвитку особистості дитини. Вважається, що немовля потрібно якомога раніше привчати до самостійності, оскільки дитину можна розбалувати надмірною увагою і носінням на руках. Разом з тим, на етапі природного бажання дитини відділитися від об'єкту матері (від 1-го до 3-х років) є ціла низка пересторог і настанов, що значно обмежують активність дитини і сприяють залежній поведінці. У значній кількості родин недооцінюється здатність дитини розуміти сенс різних подій — батьки рідко коментують суперечливі ситуації, вдаючись до маніпуляції поведінкою дитини та до приховування істинного стану речей. В уявленнях батьків вони добре знають особистість дитини і можуть цілком передбачити її поведінку. Разом з тим, контроль життєвого простору дитини є достатньо високим. У когніти-

вному полі значної кількості батьків актуалізована смислова одиниця «ми» стосовно дітей навіть молодшого шкільного та підліткового віку. Основою у взаємодії з дітьми більшість батьків вважає почуття любові.

Таблиця 5.3

Типові смислові одиниці у сфері взаємодії «подружжя-прабатьки»

№	Типові висловлювання	Кількість досліджуваних (у відсотках)
1	У мого батька (матері) дуже непростий характер. «Що старе, що мале». Наша бабуся (дідуся) поводить себе нестерпно	77%
2	Маю бажання переїхати у власну квартиру (будинок). Жити разом з бабусями та дідусями важко. Я хочу поменше бачити своїх батьків	78%
3	Я ображаюсь на своїх батьків. Мої батьки спричиняють конфліктні ситуації у сім'ї	89%
4	За своїми батьками потрібно доглядати. Я допомагаю матеріально своїм батьками. Ми обов'язково відвідуємо своїх батьків усією родиною	75%
5	У нас незвичайний рід (висловлювання конкретизується розповіддю про якогось видатного предка)	52%

Як видно з таблиці 5.3, сфера взаємодії «подружжя-прабатьки» видається найбільш конфліктною. Бабусі та дідуся у більшості сімей вважаються життєво некомпетентними, буркотливими, придирливими. Більшість опитаних висловлює бажання відсторонитися емоційно або територіально від власних батьків. Разом з тим, в уявленнях сучасних українців прабатьки потребують значної підтримки і уваги. Велика кількість опитаних описує стосунки з власними батьками як напружені та конфліктні. Значна кількість сімей підкреслює цінність цілісності роду, з задоволенням описує власний родовід.

Перейдемо до розгляду характеристик смислового поля базових стосунків особистості у сім'ї. У результаті контент-аналізу смислових одиниць даних інтерв'ю, аналітичних бесід, фантазій, сновидінь досліджуваних вирізняє достатньо специфічні характеристики їхніх базових стосунків.

Таблиця 5.4

Характеристики базових стосунків у різних сферах сімейної взаємодії

Характеристики взаємин	Сфера взаємодії		
	«подружжя»	«батьки-діти»	«подружжя-прабатьки»
Недовіра	Недовіра	Недовіра	Недовіра
Структурованість	Структурованість	Структурованість	Розбалансованість
Залежність	Залежність	Залежність	Залежність
Активність	Активність	Активність	Активність

Як видно з таблиці 5.4, у сфері взаємодії «подружжя» та «батьки-діти» переважають характеристики *недовірчих та залежних* взаємин при достатньому ступеню розвитку *структурованості та активності*. У сфері взаємодії «подружжя-прабабки» домінують характеристики *залежності, розбалансованості та активності* при достатньо низькому рівні розвитку *довірливості*.

В цілому, такі результати свідчать про конфліктну смислову основу у сімейних взаємостосунках. Так, для всіх сфер взаємодії притаманні характеристики недовірливості та залежності, що вказує на виражену незрілість сімейних стосунків між усіма членами родини. Нерідко такий стан речей спричиняє розвиток заплутаних, напружених, травматичних стосунків у сім'ї. Характерно, що усі члени родини страждають від такого типу взаємин, але змінити їх самостійно не можуть. Разом з тим, клієнти, що звертаються по психотерапевтичну допомогу, прагнуть у першу чергу до збереження сімейних стосунків (більшість клієнтів, які зверталися по допомогу — жінки). Варто зазначити, що стосунки між подружжям нерідко набувають характеристик стосунків між батьками та дітьми. Найбільш типовою видається роль жінки, яка бере на себе функції матері стосовно усіх членів родини без винятку. Чоловік при цьому грає інфантильно-дитячу, залежну роль. Звісно, подібне сплутування ролей спричиняє додаткове напруження у стосунках.

Слід окремо сказати про характеристику *активність*, яка притаманна також для усіх сфер взаємин у сім'ї. Вона, як правило, грає достатньо позитивну роль у розвитку та функціонуванні особистості, але переплітаючись з характеристиками недовірливості та залежності може набувати відтінків деструкції. Так, нерідко члени сім'ї, які звертаються до психотерапевта, скаржаться на обмеженість власного психологічного простору, відчуття надмірної участі інших у їхньому житті, значне порушення особистісних психологічних кордонів. Цікаво, що у конфліктних ситуаціях його учасники нерідко спрямовують свою активність на їх загострення. Спрямування активності на позитивний розвиток життєвих обставин потребує значних зусиль у психотерапевтичному просторі. Складається враження, що клієнти займають пасивну позицію щодо подолання власних кризових обставин.

Позитивним видається факт розвитку характеристики структурованості стосунків у сферах «подружжя» та «батьки-діти». Схильність членів родини до структуривання та упорядкування життєвого простору є вагомою основою для створення і збереження сімейної системи. Разом з тим, розбалансованість притаманна взаємодії подружжя з прабабками, що вказує на високу концентрацію конфліктогенів між цими учасниками діалогу. На наш погляд, нашарування деструктивних інтенцій у взаєминах батьків та прабабків спричиняє повне руйнування відносин.

Таким чином, зовнішні прояви типових соціальних уявлень сучасних українців про сім'ю є досить-таки суперечливими. Актуалізуючись у життєвому просторі родини, типові уявлення створюють основу для значних міжособистісних та внутрішніх глибинних конфліктів. Характеристики ба-

зових стосунків підтверджують наявність соціальних смислових структур, які сприяють дисгармонійному функціонуванню і розвитку особистості. Закріплені у соціальному полі типові уявлення мають особливий вплив на особистість, оскільки посилюються колективним полем.

В цілому, варто визнати, що типові уявлення про сім'ю свідчать про недостатній соціальний досвід особистості для формування зрілих, творчих і вільних стосунків з собою, іншими та світом.

5.1.3. Особливості допомоги клієнтам у рамках кататимно-імагінативної психотерапії

Результати вивчення типових соціальних уявлень про сім'ю вказують на те, що ми маємо справу зі складним феноменом. Перебуваючи у родинному просторі, особистість отримує цілу низку суперечливих смислових одиниць, які значною мірою дисгармонійно впливають на її поведінку та внутрішню організацію. Разом з тим, ці смислові одиниці сприймаються цілком природно і є достатньо стійкими в уявленнях та структурі особистості. За таких умов, працюючи з вітчизняними клієнтами, варто застосовувати методи психотерапії, які б давали змогу працювати як із зовнішніми когнітивними та поведінковими структурами особистості, так і з її глибинною організацією. Лише за умов подібного психотерапевтичного впливу можливе значне вирішення запитів клієнтів, які найчастіше виникають у сучасних громадян. Не дивно, що актуальними на сьогоднішній день є запити клієнтів, що стосуються проблем взаємодії у родині, втрати контролю над поведінкою дитини, втрати контролю над власним життям тощо.

Перерахованим вище вимогам цілком відповідає метод кататимно-імагінативної психотерапії, який є одним із ефективних методів сучасного психоаналізу (починаючи з середини ХХ століття сукупність течій і шкіл, що розвивались на базі класичного психоаналізу, отримує назву «сучасний психоаналіз». Його представники розвивали та доповнювали теорію З. Фрейда, формували власні погляди стосовно психотерапії різних симптоматичних утворень. До представників сучасного психоаналізу належать Д. В. Віннікотт, Х. М. Балінт, Р. Шпітц, О. Кернберг, І. Ліхтенберг, Х. Льюїнер, Ф. Дольто та ін.). Кататимно-імагінативна психотерапія розроблена відомим німецьким психотерапевтом, професором, доктором медицини Ханскарлом Льюїнером. У перекладі з грецької «ката» означає «відповідний», «залежний», «тимос» — душа, емоційність, «імагінація» — уява, образ. Тобто українською мовою ця назва звучить як *«емоційно обумовлене або душевно обумовлене переживання образів»* [149]. В країнах СНД метод кататимно-імагінативної психотерапії найчастіше називають символдрамою. Очевидно, ця назва відображає сутність основної процедури, яка відбувається на сеансах — клієнт, на прохання психотерапевта, уявляє образ, який стає сценою для символічної драматизації (у сенсі репрезентації) його душевного життя [251].

Практикуючи метод символдрами, психотерапевт користується класичними техніками психоаналізу, а також специфічними, які властиві лише для цього методу: аналітична бесіда (застосовується на етапі конкретизації проблем пацієнта, а також при обговоренні тих феноменів, які виявляються у процесі психотерапії); релаксація (застосовується з метою навчання пацієнта входити у стан розслаблення та концентруватися на внутрішніх переживаннях); уявлення образу (мотиву) на задану тему (уявні образи Х. Льюїнер називає «мотивом», очевидно маючи на увазі, що у образі розвивається фантазійний сюжет, який об'єднується певною темою. Образні сюжети застосовуються з метою актуалізації душевних переживань пацієнта, візуалізації особливостей організації його особистості, пропрацювання глибинних конфліктів); малювання мотиву (застосовується з метою кристалізації, упорядкування досвіду, отриманого під час уявлення образу. Як правило, малюнок стає предметом подальших детальних обговорень та аналізу у взаємодії психотерапевта та пацієнта) [149].

Психотерапевтичний ефект кататимно-імагінативної психотерапії полягає в тому, що у «мотивах», як і у сновидіннях, символічно представлені актуальні емоційні проблеми та глибинні форми конфліктів. Х. Льюїнер вважає, що кататимні образи розвиваються за принципом «мобільної проєкції», що дозволяє психотерапевту помічати найменші зміни у емоційному стані пацієнта на уявному «екрані проєкцій» [149].

Кататимно-імагінативна психотерапія дозволяє працювати з минулим травматичним досвідом так, наче він повторюється у теперішній момент, адже несвідоме, за твердженням З. Фройда [284], не має часу. Це створює додаткові шанси пережити даний досвід з позиції більш зрілого «Я» пацієнта або спираючись на підтримку психотерапевта. Символ «звільняє» несвідому психічну енергію і забезпечує можливість її вільного протікання на свідомий рівень, де відбувається трансформація. Іншими словами, людина, яка відчуває особистісні ускладнення, отримує можливість переносити елементи несвідомого у свідомість, працювати з ними, і справлятися з проблемою.

Слід сказати і про спеціальні прийоми кататимно-імагінативної психотерапії, які дозволяють вирішувати внутрішні конфлікти на символічному рівні і які застосовуються під час уявлення заданих мотивів. Це прийоми символічного примирення, годування і задобрювання, конфронтації, використання дружньо налаштованого провідника [149]. Сутність прийому примирення полягає у наближенні до незнайомих або ворожих символічних об'єктів, намаганні встановити контакт з ними через демонстрацію у поведінці дружніх намірів. Годування та задобрювання незнайомого чи ворожого об'єкту здійснюється за собом щедрого пригостання його якоюсь їжею у великій кількості, яке поступово викликає задоволення об'єкта, тобто примирення з ним. Конфронтація є активним та іноді директивним прийомом у роботі з ворожими об'єктами. Вона призводить до швидкого відреагування тривоги та інших афектів, а також до трансформації символічних об'єктів у позитивному напрямку. Позитивно налаштовані фігури у символдрамі, які спонукають до довірчих стосунків,

можуть мати значення провідника, який допомагає розкрити важливий символічний матеріал для вирішення внутрішнього конфлікту.

Розглянемо, якої специфіки набуває психотерапевтична допомога сучасному клієнту з огляду на його типові соціальні уявлення про сім'ю.

Враховуючи вищеозначені конфігурації смислових одиниць типових уявлень особистості, вирізнено особливості стратегії психотерапевтичної допомоги клієнтам засобами символдрами. Зокрема, у період формування психотерапевтичного альянсу варто будувати рівноправні партнерські стосунки без ознак опікування, домінування тощо (батьківська позиція) чи непередбачуваності, спонтанності тощо (позиція дитини). Використання психотерапевтом поведінкових форм, що асоціативно нагадують батьківську позицію чи позицію дитини, можуть провокувати несвідомі тенденції до побудови недовірчих стосунків.

Рекомендовано здійснювати опору на активність клієнта, спрямовуючи її у бік пропрацювання психодинамічних конфліктів. Варто також враховувати схильність вітчизняних клієнтів до структурування (бажання упорядковувати та контролювати внутрішній світ та зовнішні події) — потребують тривалого та детального пропрацювання деструктивні смислові структури клієнтів. Разом з тим, при появі та закріпленні конструктивних смислових одиниць, можлива опора на суттєво виражене бажання клієнта упорядковувати досвід.

На етапі прицільного пропрацювання психодинамічного конфлікту психотерапевт, як правило, виступає фігурою перенесення змісту взаємодії клієнта з первинними об'єктами. У цьому сенсі, вітчизняні клієнти здебільшого потребують достатньо тривалої симбіотичної взаємодії в рамках добре складеного психотерапевтичного альянсу. Слід звернути увагу на те, що пропрацювання змісту психодинамічного конфлікту стосовно батьківських фігур — процес достатньо складний, тривалий та напружений. Нерідко основний конфлікт функціонує між бажанням відділитися і одночасно злитися з первинними об'єктами; бути вільними та довірливими і разом з тим тотально контролювати себе та інших.

Пропрацювання структур особистості клієнта, які пов'язані з творчістю, безпосередністю та спонтанністю нерідко викликає у нього опір, оскільки порушено довірчу взаємодію з його внутрішньою дитиною. Такий стан речей зумовлює необхідність формування специфічного поля психотерапевтичного простору, яке б допомогло клієнту вільно виявляти себе.

Слід сказати і про специфіку застосування деяких технік символдрами, яка виникає у зв'язку з типовими соціальними уявленнями клієнтів. Так, техніки релаксації та уявлення образу сприймаються клієнтами не завжди однозначно. З одного боку, пропозиція розслабитись і пофантазувати сприймається зацікавлено, з іншого боку, — викликає настороженість. Клієнти, як правило, спочатку відчувають себе достатньо скуто і користуються шаблонними образами, які зустрічалися у їхньому досвіді вочевидь, а не уявно. Пропозиція намалювати уявлений образ теж не отримує однозначної згоди

з боку клієнта. Найчастіше клієнти говорять про своє невміння малювати, а згодом намагаються знецінити значення малювання фантазії. Таким чином, потрібно приділити значну увагу етапу зняття опору стосовно вільного фантазування на задану тему та зображувальної діяльності.

Деякі особливості стосуються також і застосування прийомів символдрами. Зокрема, достатньо тривалий час клієнти потребують роботи з символічним примиренням, годуванням та задобрюванням ворожих чи небезпечних об'єктів. Лише незначна кількість клієнтів адекватно сприймають прийом конфронтації, оскільки у процесі його застосування у них значно посилюються конфліктні структури, що надалі не сприяє зростанню. Тому прийом конфронтації варто застосовувати у випадку достатньо тривалої роботи з клієнтом, який впевнено і вільно почуває себе у психотерапевтичному просторі.

Таким чином, стратегія психотерапевтичної допомоги та конкретні процедури символдрами мають свою специфіку у зв'язку з особливостями сучасних вітчизняних клієнтів. *Мета психотерапевтичної допомоги вітчизняним клієнтам пов'язана у першу чергу з формуванням адекватних кордонів взаємодії, звільненням від надмірно контролюючих батьківських фігур, вивільненням творчої спонтанної енергії особистості.* Бажаний результат психотерапевтичної допомоги пов'язаний з формуванням у клієнта зрілих та вільних стосунків з власним внутрішнім світом, життєвим простором та іншими людьми. Врахування смислового культурального аспекту у побудові психотерапевтичного процесу дозволяє значно покращити ефективність роботи з клієнтами.

5.2. Феномен «близькості» у сімейних стосунках як чинник формування стратегій роботи з вітчизняною сім'єю на основі системного підходу

5.2.1. Особливості вітчизняної сім'ї як клієнта психологічної практики

Однією із галузей психологічної практики, де чи не найяскравіше простежується вплив соціального контексту на формат психологічної допомоги, є сімейне консультування. В основному тому, що саме система сімейних взаємостосунків забезпечує уособлення та відтворення культурних настановлень та ціннісних орієнтацій, притаманних соціуму.

Вітчизняні практикуючі психологи свідомі того, що в опрацюванні будь-якої психологічної проблематики неможливо залишити поза увагою ті чи інші аспекти соціальної ситуації клієнта. Як зазначає З.Г. Кісарчук, необхідність врахування психотерапевтом при виборі методів не стільки власних теоретичних позицій, скільки індивідуальних психологічних характеристик особистості клієнта, а також особливостей його потреб, — є найзагальнішим фактором розвитку інтегративного руху в сучасній психотерапії [122, с. 10]. Продовжуючи цю думку, зауважимо, що врахування соціальної ситуації і потреб клієнта передбачає перш за все увагу до його сімейного контек-

ту, оскільки така потужна соціальна система як сім'я обов'язково висуває свої «правила гри» у здійсненні психотерапевтичної взаємодії.

Одним із добре відомих, проте й досі недостатньо дослідженим явищем у роботі з вітчизняною сім'єю є проблема присутності неповного складу сім'ї на психотерапевтичних сесіях, про що на сторінках професійних видань активно дискутують вітчизняні фахівці. Особливого загострення дискусія набула з поширенням ідей системного сімейного підходу, одна з умов успішного застосування якого передбачає залучення до психотерапії усіх членів сім'ї. Більшість фахівців визнають доцільність та продуктивність неповного/парного або індивідуального формату роботи з сімейною проблематикою, обґрунтовуючи це специфічними особливостями вітчизняної сім'ї, зокрема, характером взаємостосунків між її членами, який особливо вирізняється *високим рівнем емоційної близькості*.

Одним із перших, хто висунув припущення щодо доцільності індивідуального консультування в контексті сімейної психотерапії, був російський дослідник і практик А. Ф. Коп'йов. Ще у 1986 році він писав: «Нам здається терапевтично перспективним вважати того учасника сімейного конфлікту, який відмовляється від консультування, умовною константою. Ми бачимо в ньому людину, яка з тих чи інших причин не може (принаймні, на тепер) піти на зміни. У клієнті ж, який звернувся за допомогою і налаштований на психотерапевтичну роботу, ми бачимо людину більш глибоку, яка несе основну долю відповідальності за благополуччя сім'ї, але яка не хоче більше терпіти, і ми працюємо з її станом» [133, с. 121]. У подальших роботах дослідник пов'язує таке «ухиляння» членів сім'ї від участі у спільних консультативних сесіях з характером сімейних взаємостосунків, де все так «густо переплетене і зв'язане», що присутність усіх членів сім'ї буде скоріше перешкодою, ніж сприятиме продуктивності психотерапевтичного процесу. Позаяк, міркує далі дослідник, проблема клієнта скоріше в «необхідності дистанціюватися, у самосвідомості, саморефлексії з приводу ситуації, що відбувається у сім'ї, якщо вона містить конфлікт» [69, с.81]. Іншими словами, тривале перебування клієнта у «затисненому конфлікті» сімейному середовищі спонукає його до відсторонення від інших учасників проблемної ситуації, щоб за підтримки психотерапевта знизити рівень власної тривоги у сприйнятті сімейної напруги. Разом з тим важливо зазначити, що збільшена дистанція між членами сім'ї не повинне відбуватись шляхом емоційного розриву з близькими та виходу із конфліктної ситуації, а шляхом усвідомлення цінності сімейних уз, поваги до індивідуальності усіх членів сім'ї і терпіння у стосунках з близькою людиною [69, с.82]. Як бачимо, в таких випадках психотерапевтичний акцент зміщується на опанування клієнтом, учасником сімейного конфлікту, власних переживань і станів, але питання про гармонізацію сімейних стосунків залишається відкритим.

Доповнюють представлену картину взаємостосунків у вітчизняній сім'ї спостереження А. Я. Варги: *«залежність членів сім'ї один від одного», «злиття та сплутаність сімейних ролей», «нечіткий розподіл функцій*

у сім'ї», «кожен у сім'ї може функціонально бути кожним і водночас ніким» [50]; Т.П. Гаврилової: «існують великі труднощі в тому, щоб навчитися поважати чужу автономію», «кожен намагається залучити в поле своєї активності оточуючих, утискаючи їхню самостійність» [69, с. 29]; З.Г. Кісарчук: «підвищена конфліктність», «труднощі у спілкуванні», «конфлікти між поколіннями» [223, с. 44] та ін.

Дослідники вказують також на соціокультурні чинники, що зумовлюють такий характер сімейних взаємовідносин: проживання сімей, часто багатопокілінних, у скрутних житлових умовах (Т.П. Гаврилова); згуртування членів сім'ї у протистоянні з жорстокістю влади (Ю.Б. Гіппенрейтер, А.Я. Варга); приниження людини у зовнішньому соціальному середовищі (В.В. Рибалка). На нашу думку, до цих чинників слід додати також окремі сімейні традиції східнослов'янської ментальності (наприклад, традицію називати батьків чоловіка/дружини татом та мамою). На підтвердження культурного походження вказаних чинників свідчать народні приказки: «гуртом і батька краще бити», «один у полі не воїн», (рос.) «в тесноте, да не в обиде», українська народна казка «Рукавичка», приповідь про прутики, які легко ламаються по одному, а зібрані в пучок неможливо зламати, та багато інших. Цікаві спостереження на цю тему знаходимо у художніх творах сучасності: «Людина, яка звикає жити в малометражних приміщеннях, набуває таких же форм тіла й такої ж скутості думок. Вона мислить малометражними категоріями, виробляє інстинкт постійно загнаного в глухий кут хижака. І б'ється над думкою про функціональне використання цього глухого кута». І далі: «Невже тиснява житла провокує й спроваджує у тисняву думання, почувань, бажань? О, так. Тиснява каструє людину. Неспрможна вирватися з обмеженого кола змушує ходити по цьому ж колу, не бачачи, що поруч є інше — просторіше — життя» (Марія Магіос, «Щоденник страченої»).

Принагідно відмітимо, що тенденція до «близькості» протягом останніх років активно відзначається вітчизняними фахівцями різних галузей (соціологія, політика, бізнес...) й поза межами сім'ї. Йдеться про формування управлінських, виробничих чи політичних команд «родинного» типу за принципом «своя сорочка ближче до тіла». «Навіть нездібний, безталанний друг, знайомий, родич українцеві ближчий і рідніший, ніж здібний ворожий «інший»» [103, с. 221].

Отже, в результаті постійного перебування в тісному фізичному та емоційному контакті, за відсутності зони усамітнення, яка дає можливість члену сім'ї хоч на деякий час відокремитися в сімейному середовищі, побути на самоті, відчувати власну автономію, у членів сім'ї формується ілюзія продовження себе в іншому, поглиблюється та підтримується відчуття взаємозалежності та злиття. На цьому тлі у сімейних стосунках домінуючим принципом взаємодії стає оцінка іншого внаслідок порівняння з собою, що несе загрозу постійного з'ясування стосунків між членами сім'ї на зразок: «хто з нас правий» або «я так думаю, і ти так маєш думати». Внаслідок чого учасники конфлікту намагаються посилити власну позицію, як правило, шляхом залу-

чення третьої особи (члена сім'ї), тобто фактично відбувається формування сімейних трикутників, які підживлюють емоційне злиття.

За нашими спостереженнями такі деталі сімейних взаємостосунків доволі часто озвучуються вітчизняними клієнтами в ході консультативної бесіди: у вигляді запитань до психолога — «Авжеж я правий?..»; у визначенні причин звернення та формату зустрічей — «Допоможіть відновити близькість у стосунках з чоловіком/дитиною, але він/вона прийти не зможе... І навіщо? Я і так добре знаю, що він скаже...»; у поясненнях з приводу сімейних негараздів, наприклад, матері про дитину — «ми бавимося з однокласниками на уроках...», «ми обманюємо, крадемо...», або дружини про чоловіка — «ми випиваємо...», «ми завели коханку...» та ін. Таким чином ініціатори консультування опосередковано виказують проблему емоційного злиття у взаємостосунках за рахунок приєднання чи поширення симптому між кількома членами сім'ї та «обмежують» коло учасників консультативного процесу. Маємо зауважити лише поодинокі випадки, коли сім'я збиралася у повному складі, зазвичай, коли приводом звертання була проблема дитини. Проте навіть за таких обставин дорослі члени сім'ї час від часу включалися у свої «дорослі» суперечки («кого дитина більше любить»), що в цілому виявилось малопродуктивним ресурсом для психотерапії. Виходить досить суперечлива картина: з однієї сторони, близькість декларується як сімейна цінність високого порядку, а з іншої, — спроба спільного обговорення сімейної проблеми задля досягнення гармонізації стосунків (або відновлення близькості, як того прагнуть члени сім'ї) інколи просто перешкоджає цьому процесу.

В таких випадках, як на нашу думку, варто шукати іншу, дотичну до всіх складових психотерапевтичного процесу (клієнт/член сім'ї — сім'я як система — психотерапевт), «точку відліку», системотвірний чинник, навколо якого логічно і послідовно вибудовуватиметься стратегія психологічної допомоги. Переглянемо усю послідовність міркувань з іншої позиції: клієнт прагне відновлення близькості у стосунках, що переживається, «вимірюється» ним у суто суб'єктивних переживаннях, які не завжди відповідають реальній ситуації, що насправді свідчить про надміру високий рівень близькості — злиття. Отже, психологічна допомога повинна бути спрямована на укріплення індивідуальних кордонів або, іншими словами, **на розвиток самодиференціації**.

Щоб допомогти людині у вирішенні поставленої проблеми, необхідно перш за все встановити, де саме та за якими якісними характеристиками даний феномен представлений у структурі сімейних взаємостосунків; а надалі необхідно визначити адекватні психотерапевтичні заходи його розвитку.

Таким чином, на наш погляд, **ключовою характеристикою взаємостосунків у вітчизняній сім'ї є емоційна близькість, окремі види якої складають проблему і широко представлені у сімейній проблематиці запитів, що потребує розробки спеціальної стратегії психотерапевтичної допомоги в межах індивідуального/неповного формату роботи.**

5.2.2. Врахування характеристик феномену «близькості» у сімейних взаємостосунках в розробці стратегії психотерапевтичної допомоги вітчизняній сім'ї

Конструктивними в плані розробки теоретичної моделі дослідження стосовно впливу висунутого вище соціокультурного чинника — емоційної близькості у сімейних стосунках — на становлення теорії і практики психотерапевтичної допомоги нам видаються положення теорії сімейних систем М. Боуена, яку автори новітнього підручника з сімейної психотерапії М. Ніколс і Р. Шварц назвали «...однією з найбільш ретельно опрацьованих та впливових у сфері системного мислення» [189, с. 257].

Підкреслимо найбільш важливий, на нашу думку, аспект даної теорії, який безпосередньо стосується теми дослідження соціокультурних чинників. Боуенівська теорія еволюціонувала і розширювалась, але завжди центрувалася навколо двох врівноважуючих життєвих сил людини: *згуртованості* та *індивідуальності*, які у сучасних кроскультурних дослідженнях співвідносяться із такою характеристикою культури як «індивідуалізм — колективізм». Порушення рівноваги в бік згуртованості призводить до «злиття» або «недиференційованості». Тоді як диференціація — здатність до автономного функціонування — допомагає людям запобігти залучення в реактивні полярності.

У своїх роботах М. Боуен розглядає декілька взаємопов'язаних понять (концепцій), які складають його теорію: самодиференціація; трикутники, емоційний процес нуклеарної сім'ї, процес сімейної проєкції, мультигенераційний процес передачі і позиція сиблінгів; пізніше включає емоційний розрив та соціальний емоційний процес [268]. Серед цих понять в контексті нашого дослідження ми виділили концепцію самодиференціації, що відіграє основоположне значення в даному підході та найповніше розкриває роль феномену близькості у сімейних стосунках.

Диференціація Я (самодиференціація) — один з головних чинників функціонування сімейної системи, що розкриває здатність людини бути автономною, зберігаючи зв'язок з оточуючими, або сепаритизуватися, залишаючись у близьких стосунках. Формування самодиференціації тісно пов'язане з іншими параметрами сімейної системи, такими як: порядок народження і стать дітей, емоційний трикутник, мультигенераційна передача, за рахунок якої рівень самодиференціації батьків успадковується дітьми [268, с. 308].

Самодиференціацію ще визначають як спектр можливих способів, за допомогою яких люди врівноважують сили індивідуальності і згуртованості у значущих системах відносин [268, с. 490].

Послідовники системного підходу також пояснюють: «У самому загальному сенсі поняття диференціації означає здатність індивіда визначати свої думки і почуття в контексті близьких, емоційно напружених взаємостосунків. Диференціація Я також показує здатність індивіда бути одночасно окремо і разом. Це міра емоційної зрілості, яка відображає здатність людини поводитися відповідально, перебуваючи в самих близьких взаємостосунках»

[268, с. 32–33]. М. Ніколс та Р. Шварц доповнюють це визначення наступним чином: «Відсутність диференціації між мисленням і почуттям супроводжується відсутністю диференціації між собою та іншими». «У цих людей слабка автономна ідентичність. Замість цього вони схильні приєднуватися до інших» [189, с. 258].

Отже, *самодиференціація* — це здатність людини до розрізнення, що розкривається у двох взаємопов'язаних та взаємозалежних проявах:

«Я», сила індивідуальності, — *диференціація власних думок та почуттів*; і «Я та Інші», сила згуртованості, — *диференціація себе від інших*. Це здатність людини бути *автономною у близьких взаємостосунках* (бути одночасно разом та окремо), що визначається у характері емоційної близькості (ступені злиття), яка становить провідну ознаку самодиференціації. В цілому варто підкреслити, що в обох проявах (площинах) поняття «*диференціація*» *характеризує людей за ступенем злиття чи розділення емоційного та інтелектуального функціонування*. Дана характеристика є універсальною і дозволяє описати всіх людей в межах певного континууму. По одну сторону знаходяться ті, у кого емоції та інтелект злиті настільки, що їхнє життя повністю управляється автоматизмами емоційної системи. Яким би інтелектом вони не володіли, емоційна система домінує над ними повністю. Ці люди менш гнучкі, менш адаптивні, більшою мірою емоційно залежні від оточуючих. Стрес легко призводить до дисфункції, від якої їм потім важко позбавитись. По іншу сторону континууму знаходяться ті, у кого інтелект та емоції достатньо диференційовані. Звісно, повністю відділити інтелектуальне функціонування від емоційного неможливо, проте люди, у яких інтелектуальне функціонування зберігає відносну автономність в періоди стресу, більш гнучкі, більш адаптивні, більш незалежні від емоційною настрою їхнього оточення. Вони краще за інших долають життєві негаразди, їхній життєвий шлях більш впорядкований та успішний, вони досить незалежні від життєвих проблем. Між цими двома полюсами — безкінечна множина змішаних типів емоційного та інтелектуального функціонування [268, с. 186], які автор теорії поділяє на чотири рівні. Таким чином, можна сказати, що рівень самодиференціації визначається «лінійкою» емоційної близькості.

Щоб охопити багатозначність наведених вище визначень самодиференціації та показати місце і роль феномену близькості, щодо особливого значення якого у вітчизняному соціокультурному просторі йшлося раніше, пропонуємо компактну схему, яка зображує взаємозв'язок зазначених структурних компонентів самодиференціації:

Самодиференціація людини

як здатність до розрізнення емоційного та інтелектуального функціонування у двох «площинах» або *проявах*:

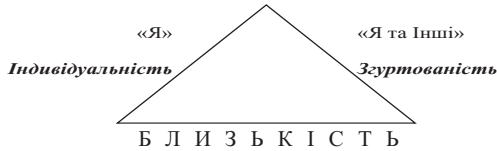


Рис. 5.1. Близькість як феномен самодиференціації.

Як видно із схеми (рис. 5.1), близькість у певному сенсі являє собою основу самодиференціації і будь-які зміщення вправо/вліво по цій лінії викликать зміни конструкції в цілому, що орієнтує нас на можливість пошуку форм роботи з проблемами близькості на основі розвитку самодиференціації людини.

Іншим важливим аспектом уявлень про диференціацію Я, який розкриває механізм емоційного злиття між членами сім'ї і закладає підвалини для розробки стратегії роботи у цьому напрямку, є положення системної теорії М. Боуена про «цілісне Я» (тверде Я) та «псевдо-Я».

Структура «псевдо-Я» формується для пристосування до оточуючого середовища і складається з багатьох переконань, установок і т.п., сприйнятих людиною тому, що їх поділяє і вважає вірними та група, з якою вона ідентифікується. «Псевдо-Я» створюється та моделюється під впливом емоційного тиску, що існує в будь-якому емоційному союзі, будь то сім'я чи спільнота. Група вимагає пристосування до її ідеалів та норм. При цьому принципи «псевдо-Я» випадкові та суперечливі, але індивід цього не визнає, знаходячись під тиском. Воно не інкорпороване, а, так би мовити, додане до Я. В період емоційної близькості два «псевдо-Я» зливаються одне з одним, одне розчиняється в іншому (рис. 5.2).



Рис. 5.2. Механізм злиття між членами сім'ї за рахунок об'єднання «Псевдо Я»

«Цілісне Я» не бере участі у злитті, а складається з чітко визначених переконань, думок, установок і життєвих принципів. Вони потрапляють в Я із життєвого досвіду людини шляхом інтелектуальних роздумів та в результаті кропіткого відбору [268, с. 190]. Коли людина робить вибір, вона стає відповідальною за себе і за наслідки своїх вчинків.

«Псевдо-Я» розвинуто в людині набагато більше, а «цілісне Я» менше, ніж ми собі уявляємо.

Отже близькість, як «лінійка-індикатор» самодиференціації людини, має дві шкали: *цілісне Я* та *псевдо Я* з нелінійними, емоційними одиницями вимірювання, що являють собою життєві смисли (принципи, переконання, установки) індивідуального та групового характеру. Ті з них, що належать до *псевдо Я* і «розчиняються» в іншому, сприймаються людиною як втрата себе і близькості з іншими, оскільки члени сім'ї «зливаються» смислами групового походження (ніби людина «віддала» частину себе іншій людині або у загальний сімейний котел). Разом з тим варто звернути увагу, що об'єм смислових одиниць, що належать до псевдо Я, у різних людей різний і наповнений смислами, що стосуються різних сфер соціальної взаємодії, тобто, якісно різний. Це, на нашу думку, пояснює, чому члени сім'ї по-різному відчують втрату близькості, а, відтак, по-різному ставляться до пропозиції взяти участь у спільних сесіях. В цілому можна сказати, що індивідуальне «злите» поле однієї людини може бути більше, ніж «злите» поле іншої, і суттєво відрізнятись за змістовними характеристиками.

Таким чином, на підставі представлених вище теоретичних положень системного підходу яно простежується місце і роль феномену близькості у структурі самодиференціації, які вказують на можливість відновлення близькості у сімейних взаємостосунках співвітчизників на основі розвитку самодиференціації людини. Отже, запити вітчизняних клієнтів психологічної практики на відновлення або встановлення близькості у сімейних стосунках, можна кваліфікувати як проблему розвитку самодиференціації людини, згідно чого вибудовувати стратегію психотерапевтичного впливу. Особливо, коли йдеться про необхідність розв'язання сімейної проблеми за умови присутності неповного складу сім'ї, що характерна для багатьох випадків вітчизняної практики.

Звісно, розробка такої індивідуально-сімейної стратегії психологічної допомоги потребує ретельних послідовних досліджень всіх складових психотерапевтичного процесу. У своєму дослідженні ми зосередились на наступних розвідувальних завданнях:

- 1) Виявити рівень презентації феномену близькості у сімейній проблематиці вітчизняних клієнтів;
- 2) Встановити кількісні та якісні характеристики феномену близькості;
- 3) Виділити притаманні вітчизняній сім'ї види близькості у взаємостосунках;
- 4) Окреслити принципи врахування виявлених в ході дослідження характеристик феномену близькості в роботі з вітчизняною сім'єю.

Для вирішення двох перших завдань дослідження нами проводилось структуроване інтерв'ю та анкетування психологів-практиків, що включало три блоки питань: 1) наскільки часто вони спостерігають прояви феномену близькості у проблематиці своїх клієнтів; 2) які саме особливості феномену близькості у сімейних взаємостосунках (БСВ) найчастіше мають місце у їхній практиці; і 3) чи потребують зазначені ними прояви БСВ здійснення спеціалізованих заходів у психотерапевтичному процесі.

За результатами цієї частини емпіричного дослідження отримано наступні результати. По першому блоку питань: майже 78% опитаних відповіли,

що фактор БСВ *дуже часто* представлений у проблематиці клієнтів; 22 % відповіли, що *часто*; і не було фахівців, які жодного разу не мали справу з тими чи іншими проявами БСВ.

Другий блок — анкетування — був спрямований на вивчення феноменології близькості у проблематиці вітчизняних клієнтів, як її виокремлюють фахівці. Психологам пропонувалося позначити в анкеті ті характеристики-судження стосовно проблематики клієнтів, які мали місце в їхній практиці. Анкета була упорядкована нами за рахунок характеристик-суджень, які (за теорією систем М. Боуена [268]) визначають рівень самодиференціації людини на основі характеру близькості між членами сім'ї. По кожному з трьох рівнів (низькому — НР, середньому — СР, високому — ВР) було відібрано 15 ключових характеристик.

За результатами анкетування ми мали на меті з'ясувати, змістовні характеристики яких рівнів самодиференціації психологи-практики найчастіше відзначають у проблематиці вітчизняних клієнтів. Згідно чого аналіз анкет проводився за рейтингом суджень-характеристик. Наведемо приклад трьох перших місць.

- 1 • (Клієнт) Всю енергію витрачає на пошук схвалення близькими власних дій, любові і поваги, підтримку стосунків у гармонії;
 - Якщо не знаходить схвалення, замикається на собі або бореться з системою відносин, в якій його не полюбили;
- 2 • Залежить від батьків: потім шукає таку ж саму систему відносин, з якої зможе зачерпнути достатньо сил, щоб функціонувати;
 - Має проблеми зі здоров'ям, скаржиться на соціальні та фінансові труднощі;
- 3 • Має багато симптомів і криз;
 - Проблеми носять хронічний характер.

В цілому по анкетуванню зазначимо, що за кількісними показниками переважають судження-характеристики низького і середнього рівнів самодиференціації. На наш погляд, це є достатньо вагомих аргументом на користь опрацювання проблеми близькості у стосунках за рахунок розвитку самодиференціації.

Що стосується третього блоку питань, то 55,5 % фахівців відповіли, що зазначені прояви БСВ в цілому впливають на розгортання психотерапевтичного процесу, а в багатьох випадках (44,4 % опитаних) — потребують фокусування і застосування спеціальних прийомів.

Таким чином, результати першої частини емпіричного дослідження засвідчили: з одного боку, високе значення близькості як сімейної цінності, що часто актуалізується в контексті психотерапії, а з іншого, досить широкий діапазон деструктивних проявів феномену близькості у сімейних взаємостосунках. Останнє у свою чергу вказувало на ймовірність культурально обумовленої структури досліджуваного явища. Це спонукало нас до подальших пошуків у цьому напрямку, а саме: необхідності встановлення «куль-

туральних зон» або «вітчизняних» видів близькості та базових смислових концептів індивідуального чи групового походження (маємо на увазі, притаманних окремій особі чи сім'ї як групі) — установок, переживань, життєвих принципів, які за цим стоять. Іншими словами, наступне завдання полягало у викритті головних «дійових осіб» феномену близькості, його емоційного насичення, які формують культурно обумовлені види близькості.

Отже, в другій частині емпіричного дослідження ми передбачали уточнення змістовних характеристик (пошук смислових концептів) — емоційного ядра феномену близькості, представленого у свідомості співвітчизників та прояснення його глибинних механізмів.

Звісно, близькість як емоційний зв'язок між членами сім'ї, в особистісному плані являє собою складну, мінливу і, водночас, унікальну палітру почуттів, яка мало піддається раціональному аналізу. Тому оригінальна методика дослідження складалася з двох частин: 1) асоціативного експерименту до стимульного слова «сім'я», в якому клієнтам пропонувалося підібрати образ сім'ї та назвати кілька якісних характеристик цього образу; 2) методики незакінченого речення «Близькість — це...». Окрім того, було проведено групове інтерв'ю (фокус-група) з експертною групою практичних психологів. Загальна кількість учасників — 51 особа: перше і друге завдання виконувала одна група — 35 осіб, групове інтерв'ю — 16 осіб.

Для аналізу результатів асоціативного експерименту до стимульного слова «Сім'я» та методики незакінченого речення «Близькість — це...» ми визначили наступні лінії: відношення образів-понять і наведених якісних характеристик до основних параметрів самодиференціації людини, таких як «індивідуальність — згуртованість», доповнених нами усередненим показником — «збалансованість»; а також створення семантичного поля якісних характеристик образу сім'ї та визначень завершеного речення з метою визначення провідних смислових одиниць або емоційного ядра/кластеру. Дані асоціативного експерименту проілюструємо у вигляді таблиці, складеної на основі первинних матеріалів та рисунку семантичного поля якісних характеристик образу сім'ї за результатами комп'ютерної обробки. Зазначимо, що деякі учасники обирали один і той же образ, але характеризували його кожен по-своєму, тому в таблиці 5.5 мають місце повторення.

Сім'я: образи-характеристики

Параметри СД	Образи	Емоційно-лексичні концепти	К-сть образів	Кількісні показники %
Згуртованість	Сонце. Фортеця. Зірка. Камін. Затишна фортеця. Камін. Сонце. Вулик. Рука з багатьма пальцями. Круглий стіл. Мурашник. Пташине гніздо.	Розуміння, підтримка, злиття, традиції, об'єднання, збирає всіх, довіра, любов, боротьба, покарання.	12	34,3
Збалансованість	Гніздо. Яблуневий сад — Батьки. Фортеця. Нірка (для малюка). 5Барлога (для дорослого). Дві обручки. Держава. «Квітка-семибарвка».	Автономність, співпраця, неповторність, взаємодопомога, злагода, довіра, розвиток, відвертість, повага, захищеність, любов.	7	20
Індивідуальність	Акваріум. Море. Вулик. Будинок. Квітка. Держава. Полум'я. Сонечко. Черепаха. Море. Райдуга, дерево. Сонце. Коло (єдине ціле). Дзеркало. Квітка. Дуб.	Індивідуальність, краса, довіра, вибір, незалежність, любов, свої закони, своя територія, величність, стійкість, відвертість, жертвність.	16	45,7

Аналізуючи представлені в таблиці дані, варто зазначити загальну тенденцію до значного акценту в параметрах «індивідуальності» та «згуртованості», тоді як показник «збалансованості» виражений значно менше.

Семантичний аналіз якісних характеристик образів демонструє окреме об'єднання трьох емоційно-лексичних концептів — любові, довіри і підтримки, які в таблиці 5.5 майже «у повному складі» зустрічаються в характеристиках кожного параметру.

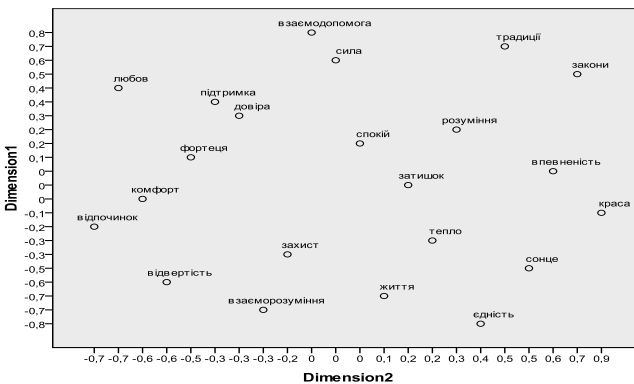


Рис. 5.3 Семантичне поле «Сім'я — образи».

Узагальнення емпіричних матеріалів, отриманих за методикою незакінченого речення «Близькість — це...», проводилось експертною групою практичних психологів, які спочатку в ході групового інтерв'ю (фокус-групи) висунули ідею про три якісно відмінні види близькості, що мали місце в їхній практиці:

1) Близькість-*злиття*, що означає ставлення до іншого як до продовження себе самого. Надвідповідальність за іншого та безвідповідальність за себе. Співзалежність, розчинення.

2) Близькість-*обумовленість*, що означає періодичне або часткове визнання іншого: за умови, що інший відповідає очікуванням «Я». Очікування визнання заслуг. Залежність від думок та почуттів, від оцінок та схвалення інших.

3) Близькість-*партнерство*, що означає самореалізацію кожного в своїй цілісності. Визнання права іншого на особистий смисл життя. Автономність і розвиток.

Потім експерти класифікували завершені раніше іншими респондентами речення (загальна кількість — 35) у відповідності до трьох встановлених видів. Результати узагальнення на основі первинних матеріалів представлено в таблиці 6, а результати семантичного аналізу — на рис. 5.4.

Таблиця 5.6

Незакінчене речення «Близькість — це...»

Види близькості	Емоційно-лексичні концепти	К-сть речень	Кількісні показники %
Злиття	Відсутність кордонів та перешкод, проникнення в душу, злиття. Спільність, довіра, духовне існування, єдність. Самопожертва, рятування.	12	34,3
Обумовленість	Можливість і бажання «брати» і «віддавати» необхідне. «Бути поруч» завжди і в усьому, підтримка. Коли ти приймаєш, і тебе приймають.	18	51,4
Партнерство	Взаємодовіра, любов, прийняття таким як є, індивідуальність, взаєморозуміння, взаємодія, душевна спорідненість. Відчуття безпеки, довіра, можливість бути собою, приймати іншого таким, яким він є. Підтримка кожного члена сім'ї, урахування інтересів та розвиток кожного.	5	14,3

Наведена таблиця 5.6 показує наступну тенденцію: чітко виражений акцент на двох видах близькості — «обумовленості» і «злитті». Подібна тенденція відображена і в таблиці 1: акцент на параметрах «індивідуальності» і «згуртованості», що вказує не тільки на смислове ототожнення стимульних слів «сім'я» і «близькість», а й на високу аналогію емоційно-ціннісного сприйняття цих понять у наведених характеристиках (див. рис. 5.3; 5.4).

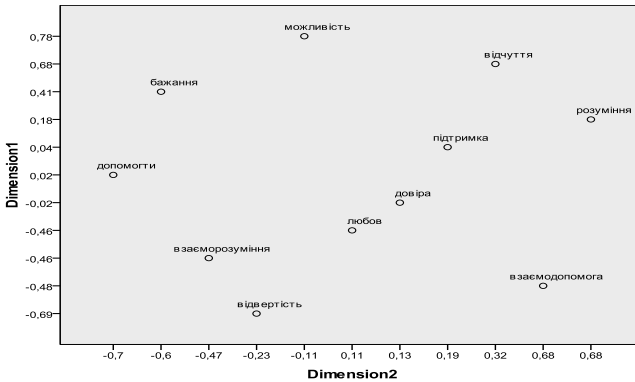


Рис. 5.4. Семантичне поле «Близькість — це...»

На рис. 5.4 знову бачимо вже виявлене об'єднання — любов, довіра і підтримка. Щоправда, цього разу в іншій конфігурації та в іншому місці.

Як на нашу думку, те, що дана «трійця» тримається разом незалежно від системи координат — і в рейтингових таблицях, і в семантичному полі, дає підставу розглядати її в якості досліджуваного емоційного ядра феномену близькості або спрощеного варіанту кластеру з окремими смисловими одиницями — любов, довіра і підтримка.

Підсумовуючи результати теоретичного та емпіричного дослідження, конкретизуємо кілька концептуальних положень.

Близькість у сімейних стосунках у нашій культурі представляє собою сімейну цінність високого порядку, обумовлену широким колом соціально-побутових та індивідуально-групових особливостей життєдіяльності спільноти. У якості важливої сімейної цінності, за яку варто боротися, близькість виступає осередком високого перебігу тривоги між членами сім'ї, в положінні якого окремим членом сім'ї важко диференціювати власний та «інший» внутрішній світ. Оскільки під тиском емоційно напруженого співіснування зростає небезпека «розчинення кордонів» та «з'ясування стосунків» між членами сім'ї, що, як правило, пов'язані з темами емоційного ядра близькості — любові, довіри та підтримки. *Хто кого більше любить? Хто кому більше довіряє? Хто кого більше підтримує?* Саме ці питання, за нашими спостереженнями, розкривають глибинну суть проблеми самодиференціації людини. Образно кажучи, чим гостріше людина відчуває, що «більше себе віддає, ніж отримує», тим вірогідніше можна констатувати, що йдеться про емоційне злиття, внаслідок якого людина переживає втрату власного Псевдо Я, що зливається (див. рис. 5.2).

Водночас важливо зазначити, що втрата близькості на суб'єктивному рівні «вимірюється» не горизонтально — дистанцією, а так би мовити, верти-

кально — глибиною особистісних почуттів; у першу чергу, любові, довіри та підтримки, які представляють собою універсальні (взаємозамінні) смислові одиниці феномену близькості, що в ході психотерапевтичного процесу повинні актуалізуватися як смислові одиниці Цілісного Я.

Разом з тим, оскільки феномен близькості найбільш конструктивно представлений у системному підході в якості параметру рівнів самодиференціації людини, варто звернути увагу на те, як співвідносяться встановлені в ході дослідження види близькості з рівнями самодиференціації. В результаті чого отримаємо наступну картину:

- Низька самодиференціація = близькість — *злиття*
- Помірна самодиференціація = близькість — *обумовленість*
- Висока самодиференціація = близькість — *партнерство*

Підкреслимо, що задля уточнення характеру проблеми та успішного сприяння розвитку самодиференціації клієнта психотерапевт згідно цієї схеми може використовувати замість поняття «близькість» будь-який з компонентів емоційного ядра і зіставляти їх з рівнями самодиференціації. Наприклад, любов — злиття: це любов/продовження себе в іншому, низький рівень; любов — обумовленість: це любов за певних умов (за корисні справи чи хорошу поведінку), середній рівень; любов — партнерство, розвиток: це любов, що підтримує *особистісний розвиток і збагачує кожного*, високий рівень самодиференціації.

В цілому варто зазначити, що якість близьких стосунків забезпечується якістю присутності в них індивідуальностей кожного і найбільше виражена в партнерстві, де визнання права іншого на особистий смисл життя та автономію існує на основі довірливих, любовних, взаємопідтримуючих стосунків.

На жаль, результати нашого емпіричного дослідження вказують на загальну тенденцію до формування менш продуктивних видів близькості у сімейних взаємостосунках, які варто враховувати у контексті психотерапевтичної допомоги вітчизняній сім'ї.

Щодо питань формування стратегії психологічної допомоги з даної проблематики варто зазначити наступне.

Така стратегія передбачає зміни у функціонуванні всієї системи при змінах структурних компонентів за умови, що йдеться про розвиток системоформуючих факторів. Під системоформуючим фактором слід розуміти властивість або ознаку, що притаманна кожному окремому елементу (члену сім'ї) і системі в цілому (сім'я як осередок).

Таким фактором є самодиференціація людини, як здатність розрізнити власні думки і почуття (індивідуальний аспект) та здатність відрізнити себе від інших (груповий аспект). Що забезпечує «подвійний ефект» психотерапевтичної допомоги: якщо психотерапевтичний процес з розвитку самодиференціації супроводжується індивідуальними змінами, наприклад, укріпленням особистісних кордонів, варто очікувати зміни у функціонуванні всієї сімейної системи — гармонізацію стосунків.

Представлені результати емпіричного дослідження продемонстрували, що близькість, як властивість самодиференціації, обумовлює індивідуальний

формат психотерапії, в ході якої розвивається здатність клієнта до розрізнення себе та інших (родичів), що, як «щеплення», оберігає сім'ю від «хвороб» (конфліктів), оскільки той член сім'ї, який проходив психотерапію, «вибуває» з емоційних сімейних трикутників або менше «зливається» з іншими. У свою чергу зменшення частки злитих Псевдо Я сприяє більш продуктивному функціонуванню системи.

Розвиток самодиференціації окремих членів сім'ї відбувається за рахунок укріплення «цілісного Я» людини (формування особистісних смислів, переконань та цінностей), що не бере участі у злитті. Відповідно принципу взаємозалежності інше злите «псевдо Я» (інший член сім'ї) теж стає менш залежним.

Таким чином, стратегія психотерапевтичної допомоги людині з розвитку самодиференціації побудована на основі уваги до такого соціокультурного феномену як близькість у системі сімейних стосунків, забезпечує психологічний супровід членів сім'ї на шляху відновлення особистої цілісності та духовної єдності з іншими за рахунок смислотворення, що переважно стосується компонентів емоційного ядра близькості — любові, довіри та підтримки. Наш досвід показує, що перспективними засобами такої стратегії є техніки складання нарративних історій моральнісного змісту.

5.3. Особливості дитячо-батьківських стосунків у вітчизняній сім'ї як чинник формування стратегій психотерапевтичної допомоги у рамках транзакційного аналізу

Докорінні зміни, що відбуваються у країні в останні два десятиріччя, торкаються не лише трансформації суспільних аспектів життя, пов'язаних з економічними, політичними, екологічними, інформаційними процесами, а й видозмінюють специфіку психологічних реакцій особистості на ці зміни. Свідченням останнього, на наш погляд, є зростання попиту на якісну психотерапевтичну допомогу, що пов'язане, у свою чергу, з усвідомленням потреб у ній. Розмаїття спеціалізованих напрямів, представлених нині в українському психотерапевтичному просторі, актуалізує необхідність професійної рефлексії та усвідомлення потенціалу кожного з них у контексті специфіки вітчизняних соціокультурних умов.

Психологічна практика демонструє широкий спектр звернень, пов'язаних зі складнощами у сім'ї або на роботі, страхами, залежностями, питаннями самореалізації та самостановлення, відчуттям самотності тощо. Однак аналіз глибинних мотивів та конфліктів клієнта дає підстави стверджувати, що за розмаїттям симптомів криються особливості ранніх стосунків між дитиною та її батьками і той емоційно насичений образ дитячо-батьківських стосунків, який формується в цих відносинах [127; 196; 265].

Положення про вирішальну значущість дитячого досвіду для розвитку та функціонування особистості є центральним для психодинамічної психотерапії загалом (З. Фройд, Ш. Ференці, Д. Боулбі, Л. Люборські та ін.). Акцент

ще більше увиразнюється у тих теоріях, де центральне місце надається саме розумінню й значущості стосунків та їх впливу на відносини клієнта з психологом та іншими людьми, зокрема у теорії об'єктних стосунків (М. Кляйн, Д. В. Віннікот, Д. С. Шарфф, Д. Е. Шарфф та ін.) та у транзакційному аналізі (Е. Берн, К. Стайнер, Р. Ерскін, Х. Харгаден, Ш. Сіллз та ін.).

Останній напрям, з огляду на те, що він, активно поширюючись в Україні, достатньо мало супроводжується дослідженнями, які б вивчали особливості його застосування у вітчизняних умовах, потребує спеціальної уваги. Зокрема, актуальним, на наш погляд, сьогодні є дослідження такого соціокультурального чинника застосування транзакційного аналізу у вітчизняному психотерапевтичному просторі, як особливості уявлень в соціумі про дитячо-батьківські стосунки. Саме цій темі присвячене наше дослідження.

Основні поняття теорії транзакційного аналізу. Розуміння соціокультурального впливу.

Транзакційний аналіз (ТА) — це теорія особистості та системна психотерапія, спрямована на розвиток і зміну особистості [263, с.375].

Ця теорія психотерапії базується на кількох **філософських постулатах** [263, с. 6]:

1. Усі люди цінні та гідні поваги. Психотерапевт приймає себе таким, як він є, та клієнта таким, яким той є. Це твердження про сутність людини, а також про те, що всі люди рівні, незважаючи на різний рівень освіти, життєвих досягнень, расову чи релігійну приналежність.
 2. Кожна людина здатна думати. Це означає, що кожна людина сама вирішує, чого вона хоче від життя.
 3. Людина сама вирішує власну долю і може змінювати прийняті рішення. Вона відповідає за свої рішення, і життя людини — це результат її рішень. Людина може змінюватись завдяки свідомому рішенню.
- З цих постулатів випливають два **основні принципи практики ТА** [263, с. 7]:
1. Контрактний метод. Сутність контракту полягає у взаємній відповідальності обох сторін. Кожна сторона бере на себе певні зобов'язання. Виходячи з постулату про рівність людей, транзакційний аналіз передбачає встановлення партнерських взаємин між психотерапевтом та клієнтом.
 2. Відкритість. І клієнт, і психотерапевт мають повну інформацію про те, що відбувається у ході їхньої спільної роботи. Записи психотерапевта доступні для клієнта, клієнт також може ознайомитись з ідеями ТА і грати рівну з психотерапевтом роль у процесі здійснення змін.

Теорія особистості, заснована на станах Я

За Еріком Берном, дитячі стани Его існують у дорослої людини як релікти, що можуть виявляти спонтанну активність і в нормальному стані. У цілому структура особистості розглядається ним як компромісне сполучення трьох органів: екстеропсихе, неопсихе й археопсихе. Ці органи феноменологічно й операційно виявляються в станах Его, що були названі, як:

- Родитель (стан, що вміщує у себе інтроєктовані батьківські фігури та функціонально відповідає за процес ідентифікації);
 - Дорослий (стан, функцією якого є сприйняття та випробування реальності);
 - Дитина (стан, що вміщує і зберігає протягом життя релікти дитинства).
- Ці стани на рис. 5.5 позначені літерами Р, Д, М відповідно.

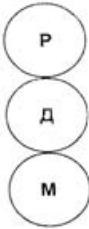


Рис. 5.5. Модель особистості, заснована на станах Я

Перехід з одного стану Его в інший відбувається за допомогою переносу психічної енергії — катексису від однієї системи до іншої.

Сценарна теорія

На даний момент концепція сценарію, поряд із моделлю особистості, що заснована на станах Я, є центральною ідеєю ТА. За Берном, життєвий сценарій — це «неусвідомлюваний план життя, що складається в дитинстві, підкріплюється батьками, виправдовується наступними подіями і завершується так, як було вирішено з самого початку» [263, с. 110].

Клод Стайнер [233; 311], спираючись на свій психотерапевтичний досвід, запропонував одну з найважливіших моделей у ТА — матрицю сценарію (рис. 5.6).

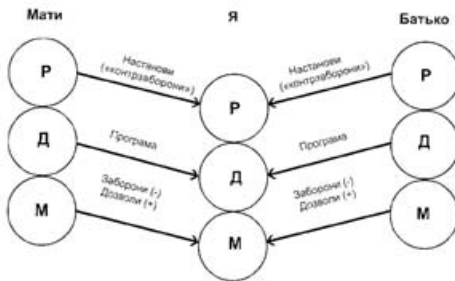


Рис. 5.6. Матриця сценарію

Послання, що виходять зі стану Родителя батька й матері, називаються настановами. Сукупність рішень, прийнятих дитиною у відповідності до одержаних настанов, називаються контрсценарієм.

Засвоєні шляхом наслідування послання Дорослого батьків, або послання про те, як (щось робити), адресовані Дорослим батьків Дорослому дитини, утворюють програму. Наприклад: «От як поводитьися чоловік».

Послання, що надходять від стану Дитини батька або матері, є невербальними і можуть бути двох видів: заборонними і дозвільними.

У рамках даної роботи доречно зупинитись на розгляді симбіотичних зв'язків. Згідно з теорією Шіффів [263; 307], симбіоз має місце в тому випадку, коли двоє або більше людей поведуться так, наче утворюють разом одну людину.

Люди, які знаходяться в таких стосунках, не використовують увесь набір своїх станів Я. Звичайно один з них виключає Дитину й користується лише Родителем і Дорослим. Другий займає протилежну позицію, тобто залишається у Дитині і блокує два інші стани Я. Отже, в цих стосунках їм обом доступні лише три стани Я. Це показано на рис. 5.7.

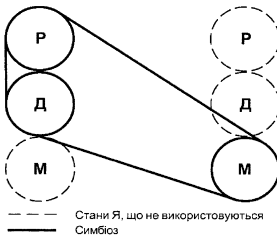


Рис. 5.7. Симбіоз

Життєвий сценарій проявляє та підкріплює себе через психологічні ігри.

Психологічні ігри

Гра — це ряд взаємодій між людьми, які, по-перше, є послідовністю трансакцій, що мають початок та кінець, по-друге, містять прихований мотив, тобто психологічний рівень, який відрізняється за змістом від соціального, і, дає вигравш обом гравцям.

Чому люди грають в ігри? Берн виділяє шість переваг гри: 1. Внутрішня психологічна (людина, що грає в психологічну гру, несвідомо уникає своїх почуттів). 2. Зовнішня психологічна (людина уникає ситуацій, в яких ці почуття можуть проявитися). 3. Внутрішня соціальна (гравці структурують свій час). 4. Зовнішня соціальна (спосіб структурування часу у зовнішньому колі спілкування). 5. Біологічна (гра — це потужне підкріплення). 6. Екзистенційна (людина грою підтверджує власні погляди на життя та на світ).

З наведеного вище стає зрозуміло, що згідно теорії ТА, людина, що припиняє грати в ті чи інші ігри, досягає завдяки цьому суттєвих змін у поведінці, спілкуванні з оточуючими, і, нарешті, може відмовитись від деструктивних елементів сценарію.

Мета психотерапії у транзакційному аналізі розглядається як набуття людиною автономії, що вбачає вивільнення чи відновлення трьох людських здатностей — усвідомлення, спонтанності та інтимності (близькості).

Усвідомлення — це здатність сприймати чисто чуттєві враження, не інтерпретуючи їх. Спонтанність — це здатність вільно вибирати з усього діапазону можливих почуттів, думок і поведінкових проявів. Під близькістю у транзак-

ційному аналізі розуміють таку форму взаємодії, при якій люди виражають одне одному свої справжні почуття і бажання, не піддаючи їх цензурі.

Розуміння соціокультурального впливу в теорії транзакційного аналізу

З розвитком ТА, представники цього методу змінювали своє ставлення до питання впливу соціокультурних чинників на застосування даної моделі психотерапії. Ерік Берн, засновник транзакційного аналізу, вважав свою модель особистості, засновану на станах Я, та концепцію життєвого сценарію універсальними та незмінними для будь-якої культури.

Пізніші дослідники доповнили ці моделі концепціями, що враховують соціокультурний вплив. Це ідеї Д. і Т. Вайт про культуральний сценарій [331] та П. Дрего про культурального Родителя [333].

Культуральний сценарій — це набір дозволів чи обмежень, що визначаються Родительськими цінностями і реалізуються в закладах культури. Особливостями культурального сценарію є:

- недостатня конфронтація з синтонним сценарним посланням одночасно з високим рівнем конфронтації з дистонним посланням;
- дефіцит альтернативних моделей.

Таким чином, при суттєвій відмінності індивідуальних сценаріїв у представників одного суспільства культуральний сценарій у них буде спільним.

П. Дрего ввела поняття культурального Родителя, що у структурі другого порядку може бути представлений через:

Рк — культуральний етикет (цінності);

Дк — засоби вираження культури;

Мк — культуральний характер (емоційне самовираження).

Це показано на рис. 5.8.

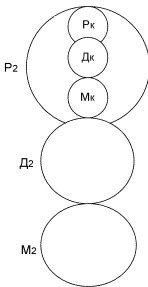


Рис. 5.8. Культуральний Родитель за П. Дрего

Отже, ми можемо досліджувати соціокультурні чинники застосування транзакційного аналізу, використовуючи такі поняття цього методу, як культуральний сценарій та культуральний Родитель.

У такому випадку виникає питання, що є характерною специфікою культурального сценарію у вітчизняному соціокультурному просторі? Як вже було зазначено вище, психотерапевтична практика демонструє, що такою

специфікою відзначаються особливості дитячо-батьківських стосунків та уявлення, або імаго цих стосунків. Дуже часто клієнти не мають позитивного досвіду захисту та піклування. В цілому вони описують це як відчуття знецінення, відсутності поваги з боку батьків, та відзначають свою залежність від батьківських фігур.

Значення уявлень про дитячо-батьківські стосунки для формування особистості

З точки зору сучасних транзакційних аналітиків (Р. Ерскін, М. Коке, В. Ламмерс), сутність особистості формується саме через дитячо-батьківські стосунки. У момент свого народження дитина не має досвіду, не має механізмів психологічного захисту або певних сформованих станів Его. Народжена дитина — це біологічна, але ще не психологічна сутність. Цю вроджену структуру у теорії ТА запропоновано називати *real self* (або *самість*). Як було вказано вище, ця структура є беззахисною. Для можливості взаємодії *real self* з оточенням та його захисту необхідним є розвиток Его (рис. 5.9), що буде виступати посередником між самістю та світом.

Згідно з теорією, прийнятою в транзакційному аналізі, Его формується через взаємодію новонародженої дитини зі значущим іншим, тобто з людиною, що виконує функції піклування (найчастіше — з матір'ю).

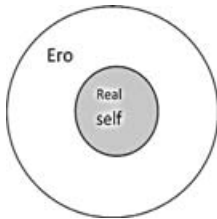


Рис. 5.9. *Real self* та Его особистості

Ті образи значущого іншого, що інтроєкує дитина, стають раннім Родительським станом Его, а свій власний досвід, який вона отримує у цій взаємодії, як відгук на інтроєкт, стає раннім Дитячим станом Его. Людина може описувати та сприймати свій власний досвід як «я», тобто як частину себе, а інтроєкт як «не-я», тобто якийсь голос, ідею, судження, що були запропоновані оточенням. Ранній Дорослий стан Его з'являється як результат опрацювання інтроєктів та власного досвіду. Але для новонародженого, що ще не має захистів та власних сил, звичайний, з точки зору дорослих людей, стимул, є стресовим. У такому разі, у нього може не вистачити енергії для того, щоб опрацювати та пережити новий досвід. Тоді сам стимул (інтроєкт) та досвід, не інтегруються у Дорослого, а лишаються як травма у Родительському та Дитячому станах Я відповідно. Таким чином виникає «зв'язка» Родительського і Дитячого станів Его, що несе в собі травмуючий, неінтегрований досвід.

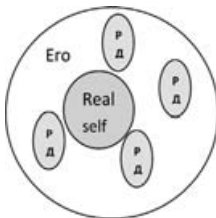


Рис. 5.10. Его з травматичними Дитячо-Родительськими фіксаціями

Якщо в Его таких «зв'язок» небагато, воно буде адекватно справлятися з ситуацією: давати можливість усвідомити стимул та аутентично відреагувати на нього (рис. 5.11 (а)). Але, із збільшенням кількості таких фіксацій, буде зростати вірогідність реакцій з травматичного досвіду. У такому випадку стимул, що йде з навколишнього оточення, може не дійти до усвідомлення, якщо потрапить у таку травмовану зону, тобто реальність буде спотворена, а стимул не допущено до усвідомлення (рис. 5.11 (б)).

Так само природній, аутентичний, стимул, що виникає у людини та потребує свого вираження, може бути зупинений такою травматичною фіксацією, і тоді людина буде обмежена у своїх спонтанних та інтимних проявах (рис. 5.11 (в)).

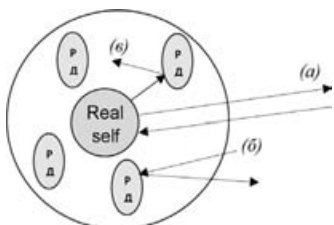


Рис. 5.11. Можливі реакції на стимул:

- (а) усвідомлення стимулу та аутентична реакція;
- (б) обмеження усвідомлення (спотворення реальності);
- (в) обмеження інтимності або спонтанності.

Оскільки метою транзакційного аналізу є допомога особистості у досягненні автономії, що полягає у відновленні трьох якостей: усвідомлювання, спонтанності та інтимності, то психотерапія полягає у допомозі Его у пропрацюванні та інтеграції Дитячо-Родительських фіксацій.

Суб'єктивно, людина переживає ці фіксації як комплекс уявлень (імаго) про себе та про значущих інших у стосунку. Таке уявлення, звичайно, супроводжується витісненими потужними почуттями гніву, смутку, страху тощо. Таким чином, досліджуючи особливості уявлень клієнтів про дитячо-батьківські стосунки, ми отримуємо інформацію для подальшої психотерапевтичної роботи, аналізу трансферу, а також пропрацювання психологічних ігор та сценарію, що базуються на цих фіксаціях.

В залежності від віку дитини під час формування того чи іншого травматичного стосунку в Его, ці «зв'язки» Дитячого та Родительського станів можна умовно поділити на ранні (від моменту народження до трьох років) та пізні (старше трьох років). Для ранніх уявлень про дитячо-батьківські

стосунки характерними є, зазвичай, слабка диференціація, або навіть злиття частин «я» і «не я», коли людина не в змозі розрізнити свій досвід, або свої почуття від настанов або почуттів іншого. Ми відносимо такий тип стосунку до доедипальних, діадних стосунків [12]. Можна припустити, що так звані тяжкі особистісні розлади, до яких у транзакційному аналізі відносять шизоїдний, межовий та нарцистичний, мають саме ранні травматичні уявлення про дитячо-батьківські відносини.

Для пізніх уявлень про дитячо-батьківські стосунки характерним є більш чітке виділення свого власного досвіду та інтроєкту значимого іншого. У такому випадку людина, зазвичай, може пригадати травмуючу сцену, що була причиною даної фіксації. Такий тип стосунку можна віднести до едипально-го рівня, або до тріадних відносин [12].

Повертаючись до ідеї Д. і Т. Вайт про культуральний сценарій, ми можемо припустити, що існують певні, ґрунтовані на дефіциті альтернативних ідей, синтонні до культурального сценарію, особливості уявлень про дитячо-батьківські стосунки, тобто такі Дитячо-Родительські фіксації, що є типовими для вітчизняного соціокультурального простору, і тому не усвідомлюють-ся як травматичні, хоча й заважають особистості в її досягненні автономії.

Використання модифікованого опитувальника життєвого сценарію для визначення особливостей уявлень про дитячо-батьківські стосунки

Як зазначалося вище, основна задача дослідження полягала у визначенні особливостей уявлень про дитячо-батьківські стосунки як соціокультурального чинника, що впливає на застосування транзакційного аналізу у вітчизняному психотерапевтичному просторі.

Ми припустили, що для вирішення цієї задачі необхідно отримати інформацію про:

- самооцінку особистості;
- ранній вплив на особистість;
- ставлення респондента до батьків;
- ставлення батьків до респондента, згідно з його суб'єктивним баченням;
- емоційний компонент уявлень про дитячо-батьківські стосунки.

Для отримання такої інформації, з нашої точки зору, доцільно було використати елементи опитувальників життєвого сценарію Е. Берна [26] та В. Голловея [327].

Оригінальний сценарний опитувальник Е. Берна складається зі 117 питань, розбитих на дев'ять розділів. Його метою є дослідження особливостей сценарію, що формується, починаючи від допологового впливу на особистість та завершуючи неусвідомлюваними глибинними мотиваціями вибору психотерапевта. З цього опитувальника було вибрано 10 питань, які задовольняли критерії 1–5, наведені вище.

В. Голлоуей розробив свій опитувальник для клінічного застосування транзакційного аналізу. Запропонований ним перелік містить 56 запитань, розділених на 3 категорії: ранній батьківський вплив, елементи життєвого плану, підготовка до психотерапії. З першої та другої категорій опитувальника (ранній батьківський вплив та елементи життєвого плану) було вибрано 19 запитань, які б давали найбільш вичерпну картину особливостей уявлень про дитячо-батьківські стосунки респондента.

Нижче наведено модифікований варіант опитувальника життєвого сценарію, що складається з 29 запитань з коментарями щодо інформації, яку можливо отримати з відповідного питання.

Модифікований опитувальник життєвого сценарію.

- 1. Яка ви людина? Опишіть себе.** Бажано отримати короткий опис основних рис особистості та засобів забезпечення нею підтримки рівня самооцінки (за визначенням самого респондента). Це може надати численні значні підказки про життєві стилі, цінності, звичні стани Его. Часто клієнт демонструє звичну життєву позицію та первинні знецінення.
- 2. Що вам більш за все подобається у собі?** Це питання надасть змогу побачити, чи є у клієнта позитивні уявлення про себе і в чому вони полягають.
- 3. Що вам більш за все не подобається у собі?** Відповідь на питання надає інформацію про негативні уявлення та установки клієнта.
- 4. Ви були бажаною дитиною?** Відповідь на це запитання дає можливість прояснити допологовий вплив на респондента. Якщо немає інформації, важливо дізнатись про фантазії.
- 5. Як мати віднеслася до вашого народження?** Можливість отримати інформацію про імаго найперших стосунків.
- 6. Хто був присутнім при вашому народженні? а) чи використовували для вашого народження кесарів розтин або накладення щипців?** З відповіді можна отримати певну інформацію про можливість ранніх травм у житті клієнта.
- 7. Що відбувалось, коли вас годували грудьми? Як почувала себе мати, що вона казала в цей час?** Можливість отримати інформацію про проходження оральної стадії розвитку, можливі фіксації у цей період.
- 8. Хто привчав вас до туалету та до використання горщика?** Інформація про анальну стадію розвитку, можливі фіксації.
- 9. Як вас вчили користуватись горщиком та зводити до туалету; що при цьому казали? а) що взагалі про це казали ваші батьки?** Більш конкретизована інформація про анальну стадію розвитку. Отримання уявлень про батьківський вплив на цій стадії.
- 10. Коли ви були маленьким (маленькою), яке уявлення про самого себе навіювали вам батьки? а) яким було ваше уявлення про себе,**

коли ви були маленьким (маленькою)? Дослідження усвідомлюваної частини образу дитячо-батьківських стосунків у респондента.

11. **Який урок ви винесли для життя зі свого раннього дитинства?** Інформація про ранні (сценарні) рішення.
12. **Як оточуючі ставилися до вас у вашому дитинстві? а) якими ви бачили інших людей?** Дослідження більш розгорнутого кола стосунків, ніж у п. № 10.
13. **Коли ви були дитиною, чи приймали ви рішення ніколи не скоювати певних вчинків або не виражати певних почуттів?** Можливість отримати інформацію про «заборонені» дії або приховані почуття.
14. **Якою людиною була ваша мати?** У відповіді звичайно наводиться короткий опис особистості матері. Твердження респондента також надають уявлення про особливості стосунків з матір'ю. У випадках, коли матері не було, дізнаються про фантазії.
15. **Якою людиною був ваш батько?** Інформація по цьому пункту буде такою самою, як і в запитанні № 14, але тепер стосовно батька.
16. **Чи жив ще хтось з дорослих разом з вами до того часу, як вам виповнилося десять років? (Якщо так, коротко опишіть кожного з них).** Причина питання полягає в тому, що інші дорослі, що також проживали у сім'ї, у роки раннього формування дитини, могли демонструвати досвід, відмінний від досвіду у стосунках з матір'ю та батьком, що також могло бути джерелом значних батьківських послань у формі заборон, контрсценаріїв, програм тощо. Отже, важливо отримати таку саме інформацію про цих людей, як і про біологічних матерів та батьків. Без сумніву, якщо у сім'ї були зміни, такі, як повторний шлюб із входженням зведених батьків або старших зведених сіблінгів, це також важливо дослідити. У такому випадку, можна дізнатись про їх вплив, задавши питання, аналогічні № 17–23.
17. **Яке було улюблене висловлювання про життя вашої матері?** Це питання призначене для виявлення ставлення до життя та до стосунків з людьми матері. Воно надає суттєву інформацію про батьківський вплив, що може проявлятися у заборонах, програмі або контрсценарії.
18. **Як ваша мати хвалила вас — що вона казала?** Тут в нас є можливість прояснити, чи була прийнята похвала чи ні, більш того, яка саме похвала допускалася та в якій мірі, які були умови надання похвали?
19. **Як ваша мати сварила вас — що вона казала?** Подібно до запитання № 18, відповідь надає інформацію, що більш специфічно стосується заборон та програм.
20. **Які були її поради вам як дитині?** У відповіді дуже часто міститься контрсценарна інформація, але не слід обмежуватись тільки інформацією про контрсценарій, оскільки можливо отримати матеріал, який буде також цінним для розуміння програми та заборон.

Запитання № 21–24 стосовно батька мають на меті отримання такої самої інформації, що і в запитаннях № 17–20. Слід пам'ятати також, що може

знадобитись подібна інформація щодо інших дорослих, в залежності від відповіді на запитання № 16.

- 21. Яке було улюблене висловлювання про життя вашого батька?**
- 22. Як ваш батько хвалив вас — що він казав?**
- 23. Як ваш батько сварив вас — що він казав?**
- 24. Які були його поради вам як дитині?**
- 25. Якщо вас карали, що вважалось м'яким покаранням, а що жорстоким?** Певна інформація про покарання дітей вже була отримана з відповідей на попередні запитання, але справжнім критерієм, з точки зору індивіда, є особистісне сприйняття того, яким було покарання — м'яким або жорстоким. Аналогічно, частота того або іншого може суттєво різнитись. Певну підказку також можна отримати з того, наскільки рано в житті людини стали застосовувати покарання і який період життя це тривало. Також можна отримати інформацію з того, які форми покарання використовує респондент, якщо він чи вона має дітей.
- 26. Яке покарання було найбільш частим?** Тут можна здобути додаткову інформацію про форми покарання та реакції особистості на ці покарання.
- 27. Коли ви почуваетесь погано та незручно, які почуття ви відчуваете найчастіше?** Питання спрямоване на дослідження рекетних почуттів клієнта.
- 28. Які почуття, думки або ставлення ви не проявляли в дитинстві?** Це запитання ставиться, оскільки ми часто знаходимо, що діти мають почуття, думки або відношення, які вони дуже прагнуть проявити, але, кожного разу, коли це відбувається, їм кажуть, що це не дозволено. Дуже часто цей витіснений матеріал «покривається» рекетами або заміщуючими почуттями.
- 29. З якого віку в своєму житті ви пам'ятаєте подібні почуття?** Ми можемо отримати інформацію про те, наскільки глибоко сховані подібні почуття. Вірогідно, що вони існували стільки, скільки людина сама пам'ятає себе.

Діагностичне інтерв'ю (модифікований опитувальник життєвого сценарію) було проведено та обговорено у форматі малих груп загалом з 29 особами (клієнтами психологічної консультації та студентами Українського інституту консультативної психології та психотерапії) віком від 27 до 45 років.

Результати дослідження представлені у таблиці 5.7.

Таблиця 5.7

**Особливості дитячо-батьківських стосунків за
модифікованим опитувальником життєвого сценарію**

	Рівень самооцінки			Ставлення батьків		Ставлення до батьків		
	завищений	адекватний	знижений	сприятливе розвитку	знецінююче потенціал	реалістичне	ідеалізуюче	знецінююче
кількість, чол	3	6	20	8	21	10	9	10
%	10,3	20,6	69,1	27,6	72,4	34,5	30	34,5

Результати дослідження у переважній більшості показали занижений рівень самооцінки, що зумовлено образом дитячо-батьківських стосунків, які ґрунтуються на знеціненні себе та відсутності самоповаги. Дані особи продемонстрували знецінюючу позицію Родительських інтроєктів. З цим пов'язані переживання меншовартості і сорому у Дитячому стані Я клієнтів. Звідси з'являється їх тенденція до симбіотичних стосунків, у які вони включаються з Родительської або Дитячої позиції.

На наш погляд, отримані результати дослідження, по-перше, дають можливість зрозуміти специфіку уявлень про дитячо-батьківські стосунки у сучасному вітчизняному просторі, по-друге, окреслюють певні орієнтири у застосуванні транзакційного аналізу у консультативній та психотерапевтичній практиці.

Зокрема, вищезгадані особливості (знижений рівень самооцінки, знецінення себе, відсутність самоповаги, схильність до симбіотичних стосунків), пропрацьовуються завдяки таким технікам ТА, як: речайлдінг, редесіжн, реперентінг, а також підходу Relational Approach в цілому.

Пат Кросман виділила основні етапи психотерапевтичного процесу у транзакційному аналізі. Розглянемо ці етапи, додатково коментуючи їх з точки зору урахування особливостей уявлень про дитячо-батьківські стосунки у вітчизняному соціумі:

1. Психотерапевт надає клієнтові захист, дозволи та потенціал.

Захист втілюється у контрактах, що оберігають клієнта від харматичних дій, встановлюють соціальний контроль. Дозволи йдуть у протизага до заборон. Потенціал (ефективність) демонструється психотерапевтом, коли виявляється, що Родитель психотерапевта більш сильний та добрий ніж Родитель клієнта.

Враховуючи особливості уявлень про дитячо-батьківські стосунки, ми можемо стверджувати, що цей етап, особливо надання потенціалу, є надзвичайно важливим для плідної та успішної психотерапевтичної роботи.

2. Психотерапевт допомагає клієнтові посилити Дорослий стан Я, прохдить робота з деконтамінації.

3. Психотерапевт працює з почуттями клієнта, розплутує почуття Дитини (деконф'южн).
4. Реперентінг. Психотерапевт допомагає виростити нового Родителя клієнта. Враховуючи результати дослідження, а саме, знецінюючу позицію Родительських інтроєктів, ця частина терапевтичного впливу заслуговує особливої уваги. Психотерапевт може запропонувати себе як новий Родительський образ, та надати новий досвід стосунків, де замість знецінення та гіперконтролю буде прийняття та турбота.
5. Перерішення. Клієнт відтворює травматичні моменти, що призвели до певних не актуальних чи хибних рішень у дитинстві та робить перерішення для Дитини. Це також дуже важлива стадія психотерапії, враховуючи специфіку змісту Дитячого стану клієнта, а саме переживання меншовартості і сорому. За допомогою терапії перерішення (редесіжн) можна запропонувати клієнту повернутись у травматичну сцену та прожити її знову, з новим ресурсом, і прийняти нові рішення щодо себе.
6. Перенавчання. Психотерапевт допомагає клієнтові у пошуці нових видів погладжувань, тобто зміні системи погладжувань.
7. Інтеграція. Клієнт узагальнює, інтегрує новий досвід.

Дотримання психотерапевтом зазначених етапів та перевірка власних дій у відповідності до психотерапевтичного плану відіграє значну роль протягом всього процесу взаємодії з клієнтом.

Таким чином, аналіз глибинних мотивів та конфліктів клієнта вказує на вирішальну значущість раннього дитячого досвіду (зокрема, особливостей стосунків між дитиною та її батьками) на розвиток та функціонування особистості.

Завдяки представленому дослідженню виявлено синтонні до культурального сценарію особливості уявлень про дитячо-батьківські стосунки, а саме: такі Дитячо-Родительські фіксації, що є типовими для вітчизняного соціокультурального простору, і тому не усвідомлюються як травматичні, хоча й заважають особистості в її досягненні автономії.

Виявлено також, що переважна кількість клієнтів має занижений рівень самооцінки, що зумовлено образом дитячо-батьківських стосунків, які ґрунтуються на знеціненні себе та відсутності самоповаги. Ці клієнти продемонстрували знецінюючу позицію Родительських інтроєктів, з чим пов'язані переживання меншовартості і сорому у їх Дитячому стані Я. Звідси з'являється тенденція до симбіотичних стосунків, у які вони включаються з Родительської або Дитячої позиції.

З даною проблематикою вітчизняних клієнтів можливо успішно працювати в ТА, завдяки таким його технікам, як: речайлдінг, редесіжн, реперентінг, а також підходу Relational Approach загалом.

Розділ 6.

ОСОБЛИВОСТІ НАРОДНОЇ ТЕАТРАЛЬНОЇ КУЛЬТУРИ ЯК ЧИННИК ЗАСТОСУВАННЯ МЕТОДУ ПСИХОДРАМИ У ВІТЧИЗНЯНОМУ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНОМУ ПРОСТОРИ

Україна вкотре переживає період бурхливого національного підйому, який супроводжується зростанням національної самосвідомості, відродженням культурних і релігійних традицій, зверненням до духовних витоків народу. Національна культура в усьому її багатстві та багатогранності завжди була незмінним засобом виховання, фундаментом духовного розвитку людини, джерелом вічних гуманістичних цінностей. Культурні надбання, виявлені в символах, знаках, текстах, різноманітних комунікативних формах, дають можливість особистості орієнтуватися у житті, є важливим регулюючим механізмом людської взаємодії.

Однією зі складових вітчизняної культури, що динамічно розвивається в останні роки, є вітчизняна психотерапія. Сьогодні в Україні активно поширюються різноманітні зарубіжні психотерапевтичні підходи, які модифікуються у вітчизняному просторі, що сприяє подальшому розвитку психотерапії як практичної і наукової спеціальності. Зазначені процеси, на наш погляд, позитивні, однак, застосування будь-яких методів, технік і технологій, особливо тих, що виникли в іншій культурі, в інших соціально-економічних умовах, потребує теоретико-методологічного обґрунтування.

Психодрама як груповий психотерапевтичний метод виникла і розвинулася на Заході, витoki цього методу — в театральній народній культурі, масових театралізованих дійствах. Останні беруть початок у народних іграх, ритуалах, обрядах, міфах. У психодрамі логіка побудови символічного світу в просторі й часі як моделі реальності має всі ознаки міфотворчості. Зерка Морено писала: «Багато психодраматичних експериментів (їх нараховується більше трьохсот), якими б дивними і фантастичними вони не здавалися, сягають своїм корінням в ритуали і обряди древніх культур, їх витoki можна відшукати в класичних творах світової культури» [150, с. 83].

Гра і театралізовані дійства упродовж віків супроводжували життя нашого народу, отже психодрама має органічно вписуватися в український соціокультурний простір, бути співзвучною ментальності вітчизняних клієнтів і психотерапевтів.

У даному розділі ми розглянемо спільні елементи в грі як явищі культури, народних театралізованих дійствах та психодрамі як основи застосування психодраматичного методу у вітчизняному соціокультурному просторі.

6.1 Порівняльний аналіз особливостей психодрами як психотерапевтичного групового методу та народної театральної культури (рівень зовнішніх проявів)

Протягом усієї історії людства існували різні форми і способи пізнання людиною себе та навколишнього світу. Містерії і ритуали, карнавали, народні театральні ігри, міфологія і мистецтво — це лише частина театралізованих дійств, які допомагали людині відновлювати душевну цілісність, виживати серед таємничого, незнайомого світу, реалізувати потребу у контролі над силами, які впливали на її життя.

Постановка і розігрування різноманітних міфологічних сюжетів давали людям можливість відображати внутрішній світ і звільнитися через катарсис від негативних емоцій. Цей ігровий механізм покладений в основу психодрами як психотерапевтичного методу. Далі ми покажемо, що є спільного між грою як явищем культури і психодраматичною грою — основним інструментом психодрами.

Наразі зазначимо, що багато дослідників вивчали природу, значення, онтологію гри в історії людства. Розглянемо важливі для нас ідеї. Сутнісним ядром, головним змістом та призначенням культури є процес суспільного відтворення та розвитку людини як суб'єкта різноманітної соціальної діяльності. Особистість одночасно є суб'єктом культурної творчості (створює культуру) і об'єктом культурного впливу (засвоює культуру). Іншими словами, структуроутворюючим чинником культури є людина, яка мріє, взаємодіє, творить. Культура функціонує як жива система до того часу, доки живе і активно творить людство.

Культура в різних її проявах завжди була предметом уваги філософів та представників різних наук (С. Аверинцев, Г. Балл, М. Бахтін, М. Бердяєв, О. Воропай, Г. Гадамер, Г. Гегель, К. Гельвецій, М. Грушевський, Я. Гуревич, М. Данілевський, С. Каган, З. Какабадзе, К. Клакхон, В. Кребер, О. Кульчицький, О. Лосєв, Д. Мацумуто, В. Розін, Г. Сковорода, З. Фрейд, Е. Фромм, Й. Хейзинга, Ф. Шиллер, К. Г. Юнг та ін.). У своєму дослідженні ми спираємося на розуміння культури як символічної гри, викладене в концепціях Х. Г. Гадамера, Ф. Шиллера та Й. Хейзинги, які вважали, що культура виникає з гри і розвивається як гра; сутність культури і сутність гри — тотожні.

Ігрова концепція культури дозволяє найбільш повно описати суть і природу театралізованих дійств, театралізованої гри як основи психодраматичного методу. Психологи Е. Берн, Д. Віннікот, Л. Виготський, Д. Ельконін, Я. Морено [26; 65; 75; 178; 314] стверджують, що все життя людини наповнене елементами гри. Гра існувала до виникнення людства, вона давніша навіть, ніж культура, адже властива і світу тварин. Проте тільки людська гра породжує культуру, нероздільно пов'язана з розвитком культури, є її яскравим феноменом.

З раннього дитинства в грі діти проявляють себе, свій внутрішній світ, через спонтанність, креативність, легкість і автентичність, захопленість процесом дії. Гра — особливе спонтанне, невимушене буття дитини, осмислене

у філософсько-релігійній традиції людства як вищий прояв творчої сили й досконалості. «Істинно кажу вам, якщо не будете як діти, не увійдете в Царство Небесне» (Євангеліє від Матфея).

Гра — це самостійна онтологічна реальність, соціокультурне явище, що охоплює всі сфери людської діяльності, всі вікові і соціальні групи, всі субкультури; самопрезентація, унікальний аспект буття природи [76]; складний багаторівневий феномен, онтологічно укорінений в антропологічній реальності і наділений характеристикою суб'єктності [232]; показник духовного життя суспільства, форма здійснення свободи [20]. Голландський культуролог Й. Хейзінга пише, що гра структурує реальність, створює порядок, породжує такі важливі форми культури, як ритуали і свята, створює мову для спілкування в процесі гри. «Гра і культура зв'язують між собою минуле, теперішнє і майбутнє; заповнюють простір і час» [65, с. 240].

Психодраматичний метод і його основні характеристики. Засновник психодрами Я. Морено створював психодраму як гру, як театр імпровізації. Він називав її «методом, що розкриває істину душі в дії, природним методом реального зцілення» [178, с. 154].

Вище зазначалося, що в культурі гра сприяла зменшенню в учасників почуття страху, безнадії і невпевненості, формуванню відчуття власного «Я»; допомагала взаєморозумінню між людьми. Я. Морено був першим, хто відкрив гру для психотерапії. Особлива цінність гри в тому, що вона поєднує в собі свободу, реальність і фантазію, дію і символ. Метафора гри стала дієвим психотерапевтичним засобом.

Психодрама, як і гра — процес організації особливого світу, в якому все, що відбувається, вписане в систему життя кожного учасника і в систему культури. Це глибоко символічне дійство допомагає включенню кожного учасника в поле культурних символів і знаків.

У психодрамі світ переживань досліджується через драматизацію, через відтворення значимих подій людського життя. Проблеми і стосунки не обговорюються, а проживаються в реальній психодраматичній дії, «тут і тепер». Дія має перевагу над словом, коли ми досліджуємо почуття і формуємо нові способи поведінки.

Психодрама передбачає психотерапію в групі, за допомогою групи і психотерапію самої групи. У групі закладаються норми спілкування, підтримки, прийняття і любові. Група — це місце реалізації своїх можливостей, «система дзеркал», у яких кожен член групи може побачити себе в процесі своїх конкретних проявів, розкритися через стосунки з іншими. Група — це взаємодія між учасниками в процесі гри протагоніста, коли вони відображають реальність чи фантазії; це — соціальний мікрокосмос, в якому створені умови для того, щоб з'являлися нові міжособистісні стосунки [178].

Проблеми у психодрамі розглядаються комплексно, розгортаються в просторі і в часі, в ситуації теперішнього, залучаючи такі психічні функції учасників, як мислення, відчуття, інтуїція.

Психодрама складається із трьох фаз: *розігріву*, *сценічної дії* і *шерінгу*. У ній можна виокремити також п'ять основних складових: *сцена* (де відбувається дія), *протагоніст* («перший актор», людина, яка працює над своєю проблемою і ставить гру), *директор* (психодраматерапевт, ведучий групи), *допоміжні «я»* (члени групи, яких вибирає протагоніст для виконання тієї чи іншої ролі), *глядачі* (члени групи).

Психодраматична дія — серцевина психодраматичного процесу. Щоб вона відбулася, необхідний «розігрів» групи і протагоніста, який відбувається за допомогою різних технік, про які мова буде йти далі.

Під час дії визначається протагоніст (із членів групи), саме дія включає протагоніста в реальне переживання; йде робота з прояснення заявленої теми, вибудовується декілька сцен, епізодів, спрямованих на дослідження питання чи проблеми. Сцени бувають ключові і допоміжні, що з'єднують одну ситуацію з іншою. Психодраматична дія багато в чому визначається спонтанністю протагоніста, ведучого і допоміжного «Я». На психодраматичній сцені протагоніст повністю керує часом, реальністю; це місце, де кожен може бути старим і молодим, веселим і сумним; може подорожувати куди завгодно і з ким завгодно, створювати щось реальне, бажане чи уявне. Психодраматична дія дає можливість закріпити результат інсайту і розширити поведінковий репертуар.

Інтеграція (шерінг) — прояв почуттів, обговорення, аналіз. Ця фаза ділиться на три частини — висловлювання почуттів, викликаних психодраматичною грою; усвідомлення зв'язку переживань із життям; зворотній зв'язок із ролей, ідентифікації [150; 178].

В арсеналі психодраматичного методу наявна низка методик і технік, які дають можливість «запускати» механізми формування і прояву спонтанності. Вербальні й невербальні вправи, спрямовані на створення атмосфери довіри і безпеки, спонукають до ризику і пізнання нового; групові ігри, гра з протагоністом та інші види групової активності зменшують тривогу і збільшують спонтанність.

Назвемо основні техніки психодрами: «*обмін ролями*», «*монолог*», «*двійник*», «*дзеркало*», «*дубль*», «*соціальний атом*», *техніка сновидіння*, «*чарівний магазин*», *інсценізація казки*, *групові ігри*, *спонтанні імпровізації*, «*тест спонтанності*», «*плітка*», *робота з майбутнім*, *театр play back та ін.*

У психодраматичній групі значна увага надається формуванню «захисного поля», необхідного для безпечного перебігу індивідуального процесу усвідомлення. Це поле забезпечує ритуальність, правила гри, а також побудову драми. Гра і ритуали є елементами психодрами, які створюють зовнішні рамки і внутрішні зв'язки, допомагають пізнавати прихований зміст того, що відбувається в дії. Ритуали розширюють наше сприйняття, сприяють появи нових думок і почуттів, дають можливість пережити новий досвід, розширюють свідомість. Завдяки ритуалам, ми потрапляємо в реальність «нібито», що є важливим терапевтичним механізмом психодрами [178].

Особливості народної театральної культури. Культура кожного народу своєрідна. Ця своєрідність пояснюється первинними психічними особливо-

стями «духу народу», що відображається у міфах, звичаях, релігії, народній театральній культурі (НТК). Розвиток світоглядно-релігійних, соціальних і побутових традицій сформував змістовні та формотворчі засади, образну систему фольклору, синтетичною формою якого є народна театральна культура [15; 89; 209; 217; 267].

У міфологічній свідомості наших предків багато уваги приділялося природним явищам і стихіям, окремим етапам життя та смерті людини, хворобам і їх зв'язку з надприродними силами, навколишнім світом. Обрядові свята східних слов'ян переважно були пов'язані з порами року та з їх змінами, з основними етапами сільськогосподарських робіт. Велике значення мали також родинно-побутові обряди: весілля, родини, поховання і т.д. У міфах людина прагнула пояснити й упорядкувати навколишній світ. Стали з'являтися «психотерапевтичні» практики, спрямовані на допомогу людині. Вони знаходили своє вираження у своєрідних обрядах та ритуалах. Функції перших психотерапевтів виконували чаклуни, ясновидці, шамани та інші цілителі. Шаманська практика, цілителі та знахарі протягом усієї історії людства показують успішність публічного впливу обрядових і ритуальних процедур для лікування хворих [74; 140; 209].

Заглиблення в національні традиції дозволяє відтворити сам принцип причетності до священного, який проявлявся в усіх сферах життя наших предків, і зокрема, знайшов своє втілення в етномедицині, етнопсихології.

У народній театральній культурі (НТК) виділяють такі основні напрями: лікувальний, обрядовий, релігійний [209; 267]. На рис. 1 представлена наша класифікація цих напрямків.

На вірі у могутність сили слова (замовлянь) та ритуальної дії базуються традиційні лікувальні обряди, які привертали увагу багатьох дослідників. Українські замовляння, якими супроводжувалися лікувальні обряди, є унікальним зразком архаїчного мислення і несуть у собі потужні міфотворчі потенції. Глибокі дослідження семантичних особливостей замовлянь і їхній зв'язок із давніми віруваннями знаходимо у працях Г. Бондаренко, М. Грушевського, П. Іващенко, М. Крушинського, В. Мансіки, В. Міллера, Я. Новицького, В. Петрова, В. Проппа, А. Чепи, П. Чубинського, Т. Шевчук та ін. [89; 209; 217]. Учені наголошують на архаїчності і самотності замовлянь і намагаються осмислити їх як культурний феномен, жанр народної обрядової культури.

Релігійні обрядові дійства носять позачасовий характер і спрямовують людину до трансцендентного, до вічних християнських цінностей: любові, добра, віри, надії, миру, милосердя тощо.

Детальніше зупинимося на *обрядовій народній театральній культурі*, адже саме в ній знаходимо обряди і ритуали, наявність яких обумовлює успішне (хоч і дещо специфічне) застосування психодрами у вітчизняному психотерапевтичному просторі (рис. 6.1).

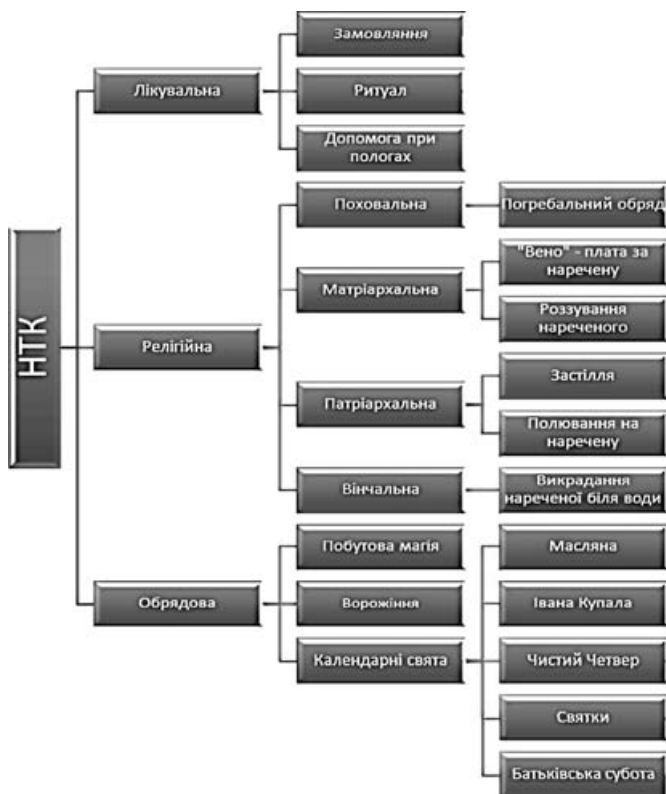


Рис. 6.1. Основні напрямки народної театральної культури (НТК)

Історично українська культура є однією з найдревніших європейських культур, оскільки творилася і розвивається впродовж тисячоліть. Сучасна культура — оригінальний синтез попередніх культур і зовнішніх культурних впливів [15; 89; 209; 217; 267].

Напевно, немає у світі жодного народу, в якого не було б уявлень про наявність вищої сили, яка, так чи інакше, впливає на життя людини (світлі і темні сили, Всевишній, чаклуни тощо). Ці уявлення можуть бути дуже складними або зовсім простими за своєю структурою, але, незалежно від форми і структури, у них є низка схожих психологічних характеристик: це надприродна сила, яка діє за своїми законами, не підкоряється волі людини, керує нею і спрямовує її життя; ця сила наділена певними стійкими ознаками або здібностями (вона може «вибирати», «повернутися», «відвернутися» тощо); ця сила когось більше любить, комусь більше допомагає; хтось є «щасливчиком», «фартовим» і т.д.

Витоки національної культури — у архаїчній, художньо осмисленій та оформленій у фольклорі міфології. Міф — першооснова культури, джерело не тільки культури, але й науки та практики. В основі міфу закладена драма, драматичний конфлікт, що показує суперечності природного і соціального світу. К. Г. Юнг відзначав: «Поняття архетипу витікає з багатьох спостережень за міфами і казками світової літератури, які, як з'ясується, містять сталі мотиви, що несподівано скрізь проявляються. Ми зустрічаємо ці мотиви у фантазіях, сновидіннях, мареннях, галюцинаціях індивідів, які живуть сьогодні» [318, с. 454]. Щодо природи і сутності міфу, то О. Лосев стверджував, що міф не вигадка, це одночасно і категорія свідомості і своєрідна реальність, це найдавніша система цінностей, одна із форм духовної культури [161].

В українській міфології опрацьовуються найважливіші питання: початок світу і поява людини, питання життя і смерті. У свідомості наших пращурів світ поставав, як щось єдине, нероздільне; явища природи, тварини і рослини, все, що їх оточувало, наділялися душою і персоніфікувалися в те чи інше божество. Кожне божество слід було задобрити — тоді і полювання буде вдалим, і зима теплою, і земля родючою. Звідси виникли обряди і ритуали, в яких зображувалися, розігрувалися ті чи інші сцени, пов'язані з ключовими, життєво важливими подіями суспільства [74; 140; 209].

Народні звичаї і обряди в основному складаються із діянь, зв'язаних із народним календарем та родинним життям. Вони групуються навколо Різдва й Нового Року (зимовий цикл), Великодня й Зелених Свят (Весняний цикл), Івана Купала (літній цикл) та осінніх поминальних свят. «В обрядовому українському фольклорі річного циклу, в казках, прислів'ях можемо знайти безліч сюжетів космогонічного ряду, які плавно переходять у земний, героїчний (билини і думи), соціально-побутовий та інші сюжетні ряди національного буття, закріпившись в емоційно-почуттєвому характері української душі» [140, с. 107].

За О. Воропаєм, «звичаї — це ті неписані закони, якими керуються в найменших щоденних і найбільших всенациональних справах. Звичаї і мова — це ті найміцніші елементи, що об'єднують окремих людей в один народ, в одну націю. Звичаї, як і мова, виробилися протягом усього довгого життя і розвитку кожного народу» [74, с. 81].

Скарбами слов'янського фольклору є народні пісні (в них тісно переплітаються мова, ритм і мелодія), обрядова поезія (колядки, щедрівки, весільні пісні), казки, театр. Архаїчні народні свята — Масляна, Івана Купала, святки та ін. супроводжуються магічними обрядами і є свого роду молитвами про благополуччя. Ритуали народних свят із танцями, ритмічними діалогами, весільні та поховальні обряди містять елементи театрального мистецтва.

Ритуал — своєрідний театралізований спектакль із чітким розподілом ролей, які уособлюють різні сторони картини світу, місце людини в цьому світі і людську мораль; це своєрідна поведінкова метафора, в якій одні предмети або дії замінюються іншими; встановлений традицією порядок виконання певних дій, які мають психотерапевтичний вплив. Як зазначалося вище, про цей вплив прекрасно знали і шамани варварських племен, і служителі

грецьких храмів, і халдейські мудреці. І понині психотерапевтичний потенціал ритуалів та обрядів ефективно використовують послідовники різноманітних езотеричних вчень, цілителі, екстрасенси [140].

Психологи у своїй практиці також враховують магічні властивості ритуалів. Знакові системи (ритуали, обряди, заклинання тощо) генерують у людини потужні переживання, які посилюються за рахунок явища індукції і здатні здійснити зміну певних настановлень. У психодраматичних групах ритуали виконують функцію «якорів», закріплюючи позитивні програми і створюючи умови для їх своєчасного запуску [150; 178].

Як самостійне явище театральна гра виникла із ритуально-ігрового дійства, в якому розширюється свідомість, з'являються нові почуття, думки; накопичується новий досвід. У ритуалах народних свят із танцями, ритмічними діалогами, весільних та похоронних обрядах є елементи театрального мистецтва. Зразки української народно-драматичної творчості існували в первісних театральних формах у народних звичаях та обрядах народної театральної культури і розвивалися в грі. Традиції духовної культури українського народу містять невичерпні скарби глибинної мудрості, є узагальненням життєвого досвіду, відображенням народного світогляду, етичних та етнічних ідеалів, сформованих протягом століть [74; 140; 209; 267].

Огляд народних звичаїв, обрядів, інсценізованих дійств, ігор українського народу показує наявність психотерапевтичних прийомів у народній культурі («народна психодрама»), які розвивають особистість.

Проїлюструємо це окремими прикладами із народної театральної культури. Почнемо з українського весілля — справжнього театру народної творчості, зі своїм сценарієм та «психодраматичними» іграми. Весільна драма має чітко окреслені три дії: сватання, заручини і весілля та сталий склад головних дійових осіб (*вище ми зазначали, що і психодрама складається із трьох фаз: розігрів, сценічна дія, шерінг; і у ній теж використовується постійний склад елементів: сцена, протагоніст, директор, допоміжні «Я», глядачі*). Весілля в Україні до цього часу проходить декілька днів (*можна провести аналогію із сучасними психотерапевтичними марафонами*). Закінчуються весільні дійства жартівливим «поїздом» батьків молодих. Їх одягають у «весільні» костюми, часто одягають вінки, розмальовують різнокольоровими фарбами та сажею (так виражають емоції, які важко вербалізувати (*знову аналогія із методом драматерапії*)). Таке театралізоване весільне дійство (*схоже на групову гру у психодрамі: з чітким вибором ролей, входженням у роль, програванням ролі*) викликає почуття піднесення, емоційного збудження, зростання життєвої енергії, спонукає до спонтанної активності, що проявляється у танцях, іграх, пробуджуючи силу творчості, прагнення виразити свої почуття і думки в ситуації «тут і тепер» (*головне правило психодрами — проблеми і стосунки не обговорюються, а шляхом спонтанного сценічного відображення проживаються в «тут і тепер»*), що є одним зі шляхів забезпечення психічного здоров'я [74; 140].

У деяких місцевостях на Масляну, в останній тиждень перед Великим постом, люди часто розігрували так звану «народну психодраму». В понеділок жінки збиралися в корчмі і клали на стіл дровинаку, якій давали ім'я Колодка. На неї проєктувалися (подібно до техніки «порожнього» стільця в психодрамі) бажання та проживання певних етапів життєвого шляху.

Ще один вид «народної психодрами»: коли вечоріло, на голову жінки-вдовиці одягали вичишений гарбуз, в якому вирізали два отвори для очей. Потім жінку клали на помості, запаливши навколо неї свічки. Така картина нагадує прощання з покійником. Кожен із учасників цієї гри для дорослих повинен був підійти до жінки, посповідатися, попроситися з нею, доторкнутися (часто в психодраматичних іграх на тему смерті виконуються такі самі ритуали. Допоміжному «Я», яке виконує роль покійника, обличчя покривають світлою тканиною; для протагоніста важливо зробити сцену прощальної розмови, ведучий завжди шукає шляхи прощення і примирення). Таким чином, символічно наблизившись до теми смерті, людина може повернутися до життя з новим усвідомленням і розумінням.

Випадок із психодраматичної практики (1)

Протагоніст жінка, Людмила, 30 років. Батько помер 8 років тому від тяжкої хвороби (рак). Для неї смерть батька була великою втратою, потрясінням. Рятуючи батька, Людмила багато часу витратила на те, щоб знайти хороших лікарів, найкращі ліки. За цими клопотами вона не змогла достатньо часу приділити спілкуванню з близькою людиною. Протагоніста мучило відчуття незавершених стосунків: не встигла посидіти біля батька, потримати його за руку, обійняти, позагадувати, поговорити, виявити почуття любові, вдячності, ніжності.

Ведуча запропонувала протагоністу зробити єдину сцену.

Сцена 1. Прощання. Людмила спочатку виговорилася, виплакалася, тобто сказала те, що не було сказано при житті (прощальна розмова), а потім нахилилася, поцілувала, доторкнулася до «батька» і попрощалася з ним.

Народні драматизовані ігри знімають внутрішнє напруження учасників, адаптують їх до реалій життя, в якому цілком природно з'являється смерть як логічне завершення процесу індивідуального розвитку всього живого, а значить, вона є й початком нового життя, що приходить на звільнене місце.

Спалення солом'яного опудала на Івана Купала (уособлення злої сили, смерті) можна розглядати як символічне відреагування руйнівних тенденцій у психіці, що є першим кроком до подолання страхів та комплексів (і в психодрамі використовується психотерапевтичний прийом: спляють або знищують якимось інакше малюнки, записки, на яких позначені страхи, залежності тощо. Це допомагає учасникам групи послабити або позбутися страху, звільнитися від важких переживань, залежності).

Випадок із психодраматичної практики (2)

Була заявлена тема для роботи «Страх втратити дитину, яка часто хворіє». Протагоніст — Марія, 27 років, заміжня, доньці 5 років. У променаді (психодраматична «прогулянка», коли ведучий і протагоніст починають аналіз теми) вона розповідає про народження доньки. Дізнаємося, що донька

бажана, народилася від коханої людини. Далі протагоніст згадує ситуацію, коли вперше з'явився цей страх.

Сцена 1. Лікарня. Доньці 2 роки, сильний алергічний напад, ніхто не знає, що робити. Під час інтерв'ю з дитиною дізнаємося, що її батьки хороші, люблять її і т.д. Та несподівано впливає факт, що у неї два тата. (Розкривається сімейна тасмниця — тато, який про неї піклується, виявляється нерідним).

Наступною важливою сценою є **сцена 3. Розмова Марії з чоловіком.** Жінка просить у нього пробачення за те, що роками дурила його, не говорила правди... Потім перериває сцену і починає плакати: «ніколи йому цього не скажу, буду жити заради сім'ї...». Після цього Марія говорить, що у неї з'явилося нове почуття «важкості»; потім уточнює і називає його «крайність».

Сцена 4. Звинувачення Марії. «Почуття» починає Марії дорікати, звинувачувати, переконувати, що «збереження тасмниці — це твій хрест, будеш його нести все життя...». Воно стало тиснути їй на голову, пригинати до землі. Впавши на коліна, зіщулившись, Марія починає плакати і пригнічено говорити: «Мені тяжко, це почуття мене знищує...».

Усвідомлюючи нестерпність таких переживань, Марія захотіла звільнитися, скинути з себе «цей тягар». Ведуча пропонує їй «попрацювати» з «тягарем».

Сцена 5. Боротьба. Марія починає розмову зі своїм почуттям, потім випростується, голосно кричить, що не хоче жити з тягарем, і через дію починає з ним по-справжньому боротися. Ми захистили допоміжне «Я» (члена групи, який грав роль «тягаря»), перекривши до нього доступ матрацом і ковдрою. Марія схопила ковдру і стала дерти її на класі, топтати ногами. Але й після цього не заспокоїлась і захотіла спалити подерту ковдру.

Сцена 6. Спалювання. Учасники психодраматичної групи вийшли на вулицю і спалили ковдру. Тільки після реального «знищення» (спалювання) гнітючого почуття Марія відчула полегшення і закінчила гру.

Ритуал спалювання, який використовується і в НТК, і психодраматичних іграх, допомагає зменшити інтенсивність або й звільнитися від негативних емоцій.

Збираючись разом на свята, або ж на вечорницях, українці й досі розігрують драматизовані дійства (*паралель із тематичними груповими іграми у психодрамі*). Ангели, чарівники, козаки, чорт, смерть та багато інших персонажів — головні герої народної театральної гри. У такий спосіб внутрішній світ учасників дійства з усіма його образами і взаєминами проектується назовні, що, зрештою, створює атмосферу, в якій зникає межа між фантазією і реальністю, і людина зустрічається віч-на-віч зі своїм внутрішнім «Я». Такі ігри народжуються невимушено, спонтанно, знімають внутрішнє напруження, нерішучість, тобто для учасників дійства є психотерапевтичними: зміцнюють їх силу духу, надають впевненості у собі, допомагають долати певні психологічні бар'єри, страхи, що служать основою невротичних захворювань.

Наведені ілюстрації показують спільних елементів в українській НТК і психодраматичному методі, в арсеналі якого відпрацьовані мето-

дики і техніки, що своїм корінням теж сягають в ритуали і обряди древніх культур. Таким спільним елементом в першу чергу є гра, яка зазвичай включає сцени і ритуали.

Виокремимо універсальні ознаки гри, визначальні для театралізованої гри та для психодраматичного методу:

- У людини є *природна здатність* до гри.
- Гра створює *нову модель світу*, прийнятну для її учасників. У рамках цієї моделі задається нова уявна ситуація, яка наповнюється інтелектуальними та емоційними подіями. У гравців з'являється можливість жити в іншій світоглядній системі, здатність «подивитися на світ чужими очима», що забезпечує розуміння себе та інших.
- Гра має певні *рамки, початок і кінець*.
- Гра породжує образи, «перетворює» дійсність, спираючись на *дію з певними образами*. Ігрова дія супроводжується почуттям підйому, напруження і спаду, і несе за собою учасникам гри радість і розрядку.
- У гру людина включається повністю — і душею, й тілом. У процесі гри *емоції й відчуття інтенсивніші*, ніж у звичайному житті, в ній вони знаходять свій природний вияв.
- Ігровий контекст включає *ігрову зону* (реальну або психологічну), *час і простір*, у межах яких здійснюється ігрова дія та групу гравців, які взаємодіють за специфічними правилами.
- Усередині ігрового простору панує власний *порядок, ритм, гармонія і естетичність*.
- Основним «ключем» вбудовування гри в простір повсякденної культури є *ігрові атрибути* (зовнішній антураж): оформлення ігрового поля, костюми, маски — конкретні предмети, речі зі своїми реальними чи віртуальними властивостями та функціями, які забезпечують гру.
- Гра — це особлива сфера «життя» речей, в якій вони виступають як символи, причому не тільки *символи* конкретної гри, а загалом гри як способу стосунків людини зі світом, Богом, долею, провидінням.
- Будь-яка гра немислима без *правил*, які забезпечують стійкість, стабільність і повторюваність, але, разом із тим, ніякі правила, прийняті в грі, не дають можливості передбачити всі варіанти розгортання діяння. З одного боку, гра є жорсткою структурою, оскільки вимагає від учасників обов'язкового дотримання правил, що визначають її хід, а з іншого боку, правила гри, допускають *імпровізацію* і варіативність поведінки.
- Для гри завжди є *місце дії* (сцена). Арена цирку, ігровий стіл, храм, сцена, майдан, вулиця, психодраматична сцена — це ігровий простір, який має особливі правила. Цей простір можна назвати тимчасовим світом усередині звичайного, створеним для виконання замкненої в собі дії.

Особливостями гри є також і її евристичність, дух творчості, що пронизує все, що розгортається в дії

Враховуючи вищезазначене, ми поставили перед собою мету з'ясувати, які спільні елементи є в грі як явищі культури, народних театральних дійствах та психодрамі, яка успішно застосовується у вітчизняному соціальнокультурному просторі.

6.2. Результати емпіричного дослідження

У дослідженні брали участь психодраматерапевти; шкільні психологи та соціальні педагоги, які навчаються методу психодрами (перша і друга ступінь), учасники психотерапевтичних психодраматичних груп, актори театру play back «Відображення» (загальна кількість 85 осіб). Нами було проведено асоціативний експеримент (АЕ — 40 осіб), фокус-групове дослідження (ФГ — 45 осіб).

Асоціативний експеримент. Основна задача АЕ: визначити набір основних понять, пов'язаних із методом психодрами, народною театральною культурою, які стали символами у свідомості респондентів; побудувати асоціативні поля досліджуваних понять і зробити аналіз взаємозв'язків та особливостей емоційного сприйняття в індивідуальній свідомості людини концептів: *народна театральна культура, театральна гра, традиції, гра, обряд, театралізоване дійство, психодрама, психодраматична гра.*

Концепт — філософське поняття, яке є результатом взаємодії різноманітних чинників: національних традицій, зразків фольклору, релігії, ідеології, життєвого досвіду, образів мистецтва, відчуттів і системи цінностей. Ідея співставлення концепту і культурного світу людини розвивається в теорії Ю. Степанова: «концепт — це ніби злиток культури в свідомості людини; те, у вигляді чого культура входить у ментальний світ людини. І, з іншої сторони, концепт — це те, завдяки чому людина — рядова, звичайна людина, не «творець культурних цінностей» — сама входить у культуру, а в деяких випадках і впливає на неї» [217, с. 21].

Матеріал для цього аналізу був отриманий шляхом співставлення масиву асоціативних реакцій на всі стимули. Із масиву даних в 360 слів (спонтанні асоціації на слова-стимули) було виділено 24 часто вживаних: *гра, спектакль, сцена, актори, сім'я, культура, народ, драма, традиції, народність, Різдво, вогнище, весілля, діти, дитинство, сміх, веселощі, радість, театр, роль, дія, дійство, терапія, play back.*

Комплексний аналіз матеріалів асоціативного експерименту показав, що на різні поняття (слова-стимули) виникали одні й ті самі асоціації. Для кращого розуміння взаємозв'язків ми використали процедуру кластерного аналізу за методом *Between-groups linkage* для бінарних значень (є зв'язок або немає) з обчисленням інтервалу методом зведення в квадрат евклідової дистанції. В результаті проведення кластерного аналізу вдалося встановити, що найбільший зв'язок існує між поняттями «психодрама» та «психодраматична гра» (10 спільних асоціацій); «театральна гра» та «психодрама» (9 спільних асоціацій); «театралізоване дійство» та «психодрама» (7 асоціацій). На основі цих даних можна спостерігати наявність високого зв'язку між досліджуваними поняттями.

В таблиці 6.1 наведені спільні асоціації для груп понять, що стали об'єктом нашого аналізу.

Спільні асоціації між досліджуваними поняттями

Слова стимули	Народна театральна культура	Театральна гра	Гра	Традиції	Обряд	Театралізоване дійство	Психодрама	Психодраматична гра	Асоціації
Слова стимули	-	Вистава, сцена, яскравість	Вистава, село, сила	Народ, традиції	Давнина, народні пісні, традиції	Вистава, сцена, театр	Сцена, театр	Театр	
Театральна гра	-	-	Вистава, діти, сани радість, роль, гра	Містечтво	Костюми, містечтво	Актори, вистава, гра, дія, драма, сцена	Актори, гра, дія, драма, життя, роль, психодрама, сцена, твочість	Актори, гра, дія, психодрама роль	
Гра	-	-	-	0	0	Вистава, гра	Гра, роль	Гра, роль, участь	
Традиції	-	-	-	-	Весілля, містечтво, обряди, пам'ять, Різдво, традиції	0	Глибина, процес	0	
Обряд	-	-	-	-	-	Свято	0	0	
Театралізоване дійство	-	-	-	-	-	-	Актори, гра, дія, драма, люди, сцена, театр	Актори, гра, дія, дійство, люди, театр, драма	
Психодрама	-	-	-	-	-	-	-	Актори, гра, дія, історія, лікування, люди, роль, Play Back, праця, театр	

У центрі асоціативного поля слів-стимулів (таблиця 6.1) виявилась зона емоційно значимих слів. Допускаємо, що збільшення кількості спільних (схожих) асоціацій вказує на високий зв'язок між словами стимулами. В процесі обробки результатів АЕ виявилось 37 асоціацій, які були однотипними для двох чи більше понять. Подібна типовість (наявність спільних образів і уявлень) вказує на те, що слова-стимули знаходяться в одному смисловому полі, що підтверджує причетність до загального кластеру народної театральної культури. За О. Ф. Бондаренко, чим більше спільних асоціацій можна побачити між поняттями, які аналізуються, тим ближче їх конотативне значення [35].

Необхідно звернути увагу на те, що представлені концепти постають як складне утворення, що функціонує у колективній свідомості, як система образів і уявлень, взаємопов'язаних між собою; як когнітивна організація багатогранного досвіду особистості, яка відображена в асоціативній мережі конкретного поняття.

Наступним кроком нашого аналізу була спроба зрозуміти спільне смислове поле між поняттями: «театральне дійство», «театральна гра» та «психодрама», «психодраматична гра». В таблиці 6.2 наведені спільні асоціації для груп понять, що стали об'єктом нашого аналізу.

Таблиця 6.2

Спільні асоціації

Групи понять	Групи понять	Психодраматична гра, психодрама
Театральне дійство, театральна гра		Актори, гра, дія, драма, життя, люди, роль, сцена, спонтанність, творчість, театр, дійство, психодрама

У результаті аналізу спільних асоціацій виділились великі спільні блоки у сприйнятті даних концептів. Частина асоціацій, які склали кожен конкретний блок, відображає значимість даної групи у свідомості людей. Ми бачимо, що психодрама має багато спільного з театром: *актори, гра, дійство, драма, ролі, сцена, творчість*. Театр та психодрама схожі на життя, відображають його; тут відбувається якась дія чи розгортається дійство, в якому залучені люди.

Еволюційно народні ігри переросли у театральне видовище, розраховане на масового глядача, вони були основою розвитку ранньої драматичної форми, з якої народився «народний театр» («народна психодрама»). Психодрама та театр «запозичили» багато з народної творчості, цей метод своїм процесом нагадує певну традицію. Як будь-яка традиція психодрама може допомогти учаснику отримати певний досвід (за умови участі в цьому процесі). Психодрама — це спонтанна гра, спосіб життя, представлений у сценічній формі (спонтанність належить до числа архетипів культури). *Сцена, виста-*

ва, гра та театр є звичними формами нашої народної театральної культури (як і психодрами та театру).

Наступним етапом аналізу АЕ було виявлення емоційно-лексичної близькості між поняттями, які аналізувались. Для виявлення емоційно-лексичного значення асоціацій була використана програма VAAL-Mini, 2001 року з оцінкою українською мовою (алгоритм К.К. Левицького), за аналогією до дослідження О.Ф. Бондаренко [35].

У процесі обробки результатів АЕ з'ясувалось, що сукупні асоціації, які продукуються на такі поняття як «традиції», «обряди», «народна театральна культура», «гра» мають таке ж саме емоційне забарвлення як і сукупні унікальні асоціації на поняття «театралізована гра», «театральне дійство», «психодрама» та «психодраматична гра». На нашу думку, це свідчення суттєвої психоемоційної єдності між явищами народної творчості, театром та психодрамою.

З метою визначення спільних елементів у грі як явищі культури, народних театральних дійствах та психодрамі було проведене фокус-групове дослідження.

«Фокус група». Інтегральним методом, який краще всього відповідав запиту нашого практичного дослідження була «фокус група». В основі даного методу лежало групове фокусоване інтерв'ю, яке проходило у формі групової дискусії і було спрямоване на отримання від учасників «суб'єктивної інформації» про їх сприйняття досліджуваної теми. Завдяки фокус групі була перевірена гіпотеза про те, що психодраматичні практики мають чіткий зв'язок із культурними та історичними джерелами; процес становлення методу психодрами у вітчизняному просторі обумовлений наявністю такого соціокультурного чинника як театральна гра. Інтерв'ю було напівстандартизованим і об'єднувало фокусування на конкретній темі та вільну форму відповідей респондентів. Групова дискусія сприяла активізації асоціативних зв'язків у свідомості учасників, реакції і відповіді респондентів носили спонтанний характер.

Аналіз матеріалів фокус-групового дослідження здійснювався за допомогою методу контент-аналізу. Перейдемо до розгляду основних результатів.

Усі досліджувані (45 осіб) мали власний досвід роботи в психодраматичних групах. Власний досвід у психодраматичній роботі і заглиблення у досвід рідної народної театральної культури дозволив учасникам експерименту порівняти і виділити спільне в театральній культурі і психодраматичному методі.

У результаті порівняння НТК і психодрами були встановлені і виділені ознаки схожості (таблиця 6.3).

Таблиця 6.3

Порівняльна таблиця методу психодрами і народної театральної культури

Психодрама	НТК
Коріння в театральному просторі	Використання драматичного мистецтва
Груповий метод	Масові групові дієства
Ігровий метод	Театральна гра як основа НТК
Протагоніст, допоміжні «Я», глядачі	Головні персонажі дієства і глядачі
Катарсис (духовне очищення і полегшення)	Вихід придушених почуттів і емоцій
Розвиток спонтанності і креативності	Прояв спонтанності і креативності
Розігрів (різні види групової активності)	Перед початком дієства використовується тривалий музичний розігрів
Рольові ігри	Рольові ігри
Обмін ролями	Обмін ролями з різними персонажами дієства

Із таблиці 6.3 можна зробити висновок, що і психодраматичний метод, який широко використовується у вітчизняному психотерапевтичному просторі, і народна театральна культура мають низку подібних характеристик.

Очевидна спорідненість переважно пов'язана з елементами, привнесеними у психодраму і НТК з театральної площини. Явними спільними елементами у психодрамі і НТК виступають театральний простір, у якому застосовуються подібні техніки, розвиваються спонтанність і креативність.

Далі ми поставили учасникам експерименту запитання, спрямовані на визначення спільних елементів у грі як явищі культури, народних театральних дійствах та психодрамі. Спільними елементами виявилися поняття *символи, обряди і ритуали, сцена, ролі, гра*, які відзначили >70% досліджуваної вибірки. В таблиці 6.4 наведені спільні смислові поля понять «психодраматична гра» та «театральна гра».

Таблиця 6.4

Таблиця спільних смислових полів психодраматичної гри і театральної гри

Спільні елементи / Концепти	Театральна гра Психодраматична гра	Кількість досліджуваних (%), що виділили спільні елементи
Символи	Бог, сонце, вогонь, стіна, зірка, сила, дорога, дім, родина	79%
Обряди і ритуали	Вітання, прощання, оплески, різні розігрівуючі вправи, побажання, ворожіння, прощення, спалювання	77%
Основні теми	«Народження», «смерть», «боротьба», «прощення», «страхи»	71%

З таблиці 6.4 бачимо, що спільним смисловим полем для *символів* у народній театральній культурі і психодраматичному методі є: *Бог, сонце, вогонь, стіна, зірка, сила, дорога, дім, родина*. Спільним для обрядів і ритуалів є: *вітання, прощання, оплески, побажання, ворожіння, різні розігрувані вправи, прощення, спалювання*. Основні теми, які розігруються на сцені психодраматичної і театральної гри: «народження», «смерть», «боротьба», «прощення», «страхи».

Вище зазначалося, що особливе місце в українській народній творчості посідають давня символіка, архаїчні обряди і ритуали. Проблема стосунків людини й природи віддавна була панівною. Древні слов'яни наділяли духовною силою різні природні об'єкти, серед яких можна назвати сонце, місяць, вогонь, повітря, воду, тварин тощо. Великого значення набував символ, який уміщував у собі сакральність, давню магію — давні слов'яни застосовували символ як засіб впливу на світ і його перетворення. Усе це відображено в народних звичаях і обрядах.

У кожного народу є свої особливі традиції, своя емоційно-образна символічна система. Традиції як передача досвіду знаходять своє відображення в усній народній творчості. Як відзначає український народознавець Г. Лозко: «Назви одягу в українських піснях мають свою символіку: шапка — сила; пояс — оберіг; жулан — багатство; свита або сіряк — бідність. Колір: білий — святість, червоний — краса, чорний — земля і т.д. Рушник — дорога, весілля; калина — жіноча плідність, весілля, любов; гарбуз — відмова, намішка; дуб — чоловік, мужність, сила; береза — дівчина, ніжність, чистота; барвінок — весілля; сани — похорони і т.д.» [140, с.132].

У психодрамі найчастіше використовуються українсько-слов'янські символи (*Бог, сонце, вогонь, стіна, зірка, дім, сім'я, родина, болото* та багато символів сімейних стосунків, які лежать в культурі сім'ї протоганіста тощо), які є низкою можливих ролей-образів для перевтілення, представлених у колективному підсвідомому, де збереглася система прийомів роботи з минулим, теперішнім і майбутнім. Приєднання до особистого і колективного безсвідомого через гру сприяє вивільненню спонтанності і креативності, розкриває емоційну сферу особистості, підвищує ефективність нового терапевтичного досвіду.

Ми знаємо, що в тривалих психодраматичних групах ритуали природно виникають і стають невід'ємною частиною групового процесу. Деякі ритуали (вітання, початок і кінець заняття, моменти психологічної підтримки тощо) можна запропонувати в перші хвилини роботи групи. Інші — вводяться поступово, в логіці групового процесу. Кожен з етапів заняття сам по собі є ритуальною дією (початок роботи, заявка на роботу з темою, вибір протагоніста, розігрування теми, шерінг, завершальне коло і т.д.). Особливу значимість набувають ритуальні дії, запропоновані самими учасниками. У кожній групі з'являються власні ритуали, що підкреслюють її специфічність.

Отже, ми підсумовуємо, що наше дослідження, зроблений аналіз текстів, що репрезентують різні типи театральних дискурсів, аналіз культурно-

історичної спадщини, огляд народних звичаїв, обрядів, інсценізованих дійств, ігор українського народу, показав наявність психотерапевтичних прийомів у народній культурі.

Для українців природними є психотерапевтичні підходи, орієнтовані на дію, гру, театральне дійство. Отримані результати демонструють широкі можливості використання психодраматичного методу в соціокультурному просторі і це відкриває нові перспективи для його подальшого розвитку.

На завершення можна сказати, що народна театральна гра і психодрама — це два «терапевтичні театри», об'єднані глибинним духовним творчим проживанням, що породжує новий досвід.

Розділ 7.

СОЦІОКУЛЬТУРНІ ЧИННИКИ СТАНОВЛЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ОСОБЛИВИМ КАТЕГОРІЯМ КЛІЄНТІВ

7.1. Вплив соціокультурних чинників та особистісних рис фахівців на специфіку надання психологічної допомоги онкологічним хворим

7.1.1. Проблема психологічної допомоги онкологічним хворим

Пацієнти, які лікуються від онкологічних захворювань, страждають не лише фізично, а в першу чергу — психологічно, мають інтенсивні психогенно-зумовлені розлади (на першому місці — тривожно-депресивні). Онкологічна хвороба може призводити до інвалідності, пов'язаної з соціальною ізоляцією. Необхідність надання психологічної допомоги онкологічним хворим давно підкреслювалась у вітчизняній медицині [244; 11]. На сьогоднішній день у штаті онкологічних диспансерів передбачені посади лікаря-психотерапевта (наказ МОЗ України № 33 від 23.02.2000 року).

Вивчення літератури дозволило виокремити три основних напрями допомоги онкологічному хворому з притаманними кожному з них уявленнями про кінцеву мету допомоги та систему координат:

1. Сомато-психічний напрямок (вважається вітчизняним надбанням) [308]. Узагальнюючи основні ідеї цього напрямку, можна сказати, що завдання психологічної допомоги онкологічному хворому полягають у: а) попередженні та нівеляції інтенсивних психогенних реакцій під час перебування в онкологічному стаціонарі (оскільки вони пов'язані з підвищеним ризиком ускладнень, повільним одужанням, деструкцією особистості); б) психологічній реабілітації після проходження лікування, яка передбачає відновлення самоцінності таких мотивів життя як творча робота, родина, стосунки з колегами, громадська діяльність тощо, а також усунення мотиву «збереження життя» з провідного місця в ієрархії мотивів [11]. А.В. Гнезділов зазначає, що для того, щоб у тривожного пацієнта попередити ускладнення під час операції, буває достатнім просто дати йому висловитись, проявити свою слабкість, виявити свої сумніви та хвилювання [83, с.35]. Для цього достатньо бути уважним та проявити співчуття до хворого. Основними конструктами, які визначають тактику психотерапії у роботі з пацієнтом, є особливості внутрішньої картини захворювання та структура особистості (використовується типологія Лічко-Леонгарда) [56].

2. Психосоматичний напрямок, засновником якого вважається Ф. Александер [4]. Його послідовники намагались використати психосоматичну теорію стосовно онкологічних захворювань. Наприклад, W.A. Greene спробував

описати роль втрати значимих для хворого людей на походження та перебіг онкогематологічних захворювань [329]. L Temoshok виділила особистісний профіль «С» — набір психологічних рис, пов'язаних зі схильністю до онкологічних захворювань (заборона на висловлення почуттів, прагнення здатися ввічливим, справити гарне враження, визнання авторитету) [334]. Carl та Stephanie Simonton створили програму з психотехнічних вправ, спрямовану на відновлення повноцінного функціонування імунної системи з метою прискорити одужання [247]. На сьогоднішній день проведено велику кількість досліджень, присвячених ролі психологічних факторів у розвитку та перебігу онкологічного захворювання. Їх результати досить неоднозначні [213]. Наприклад, хронічна депресія збільшує ризик онкологічного захворювання, проте цей ризик є мінімальним (3 %). Депресія пов'язана з низьким рівнем виживання серед онкологічних хворих. З іншого боку, цей причинно-наслідковий зв'язок не є достатньо зрозумілим: незрозуміло, чи депресивний розлад на гормональному рівні погіршує функціонування імунної системи, що викликає рецидив хвороби; чи, навпаки, емоційний розлад є результатом впливу на нервову систему біологічно-активних речовин, які виділяються при проліферації пухлинних клітин.

В цілому, основна ідея психосоматичного підходу до онкологічного захворювання полягає в тому, що, працюючи з певними психологічними феноменами, можна сприяти одужанню (чи збільшенню тривалості життя) онкологічно-хворого пацієнта. Позитивно на тривалість життя можуть впливати активні копінг-стратегії, здатність шукати і знаходити емоційну підтримку, бажання ділитися своїми переживаннями, сумнівами та сподіваннями, здатність відстоювати свої особисті інтереси та виявляти гнів у разі несправедливості стосовно себе, соціальне визнання тощо. В рамках цього підходу застосовуються візуалізації, спрямовані на активізацію імунної системи у боротьбі проти захворювання.

3. Гуманістичний, або спрямований на допомогу особистості пацієнта, підхід. Його витоками слід вважати роботи С. Грофа та ідеї, які висловлені стосовно функціонування служб хоспісу [83]. Центральна ідея допомоги безнадійним хворим полягає в тому, що душевне благополуччя вважається важливішим пріоритетом, ніж фізичне спасіння.

Допускається, що психологи (котрі працюють в гуманістичному напрямі) не зобов'язані обслуговувати процес лікування онкологічно-хворого та «налаштовувати пацієнта на боротьбу за життя до останнього подиху, приховувати інформацію про стан здоров'я і т.п.» (що властиво для сомато-психічного напрямку), чи намагатисьвилікувати пацієнта (властиво психосоматичному підходу). В гуманістичному підході основну увагу зосереджено на психотерапевтичній допомозі особистості клієнта (очікується покращення його психологічного та соціального функціонування), при цьому онкологічне захворювання сприймається як ще один аспект життя пацієнта. Цікавою в цьому контексті є книга Дж. Шаверен, в якій розглянуто випадок клієнта, хворого на рак легенів, та описано проведено з ним аналітичну терапію

[306]. До гуманістичного підходу можна віднести завдання допомогти онкологічному хворому пройти життєву кризу, котре поставили С. Д. Максименко та Н. Ф. Шевченко [169]. В рамках цієї роботи рекомендується спрямувати зусилля на розділення переживань, зумовлених захворюванням, та співчуття. В життєвій кризі розглядається низка етапів, кінцевим з яких вважається переорієнтація, тобто інтродекція знання про захворювання, а також віднайдення нового сенсу життя, відновлення соціальної адаптації.

Офіційно визнаним в медичних закладах України є сомато-психічний підхід щодо надання психологічної допомоги. Так, на науково-практичній конференції «Актуальні питання медико-психологічної, соціально-реабілітаційної допомоги в сучасній медицині» (23.11.2010, м. Київ) О. В. Анопрієнко в своїй доповіді розповіла про організацію та мету роботи медичного психолога в структурі ОХМАТДИТ. Перелічені доповідачем напрями роботи психолога відповідають методичним рекомендаціям, розробленим під керівництвом Б. Ф. Бажина, і спрямовані на:

1. Роботу з гострими реакціями на стрес, який викликає хвороба та знаходження клієнта (дитини) в стаціонарі.
2. Підготовка до операції чи лікування, яка передбачає:
 - а) психодіагностику: структура особистості, особливості ставлення дитини до різних аспектів життя, психологічний стан;
 - б) розробку плану психологічного втручання;
 - в) реалізацію розробленої програми допомоги.
3. Реабілітація після проведеного лікування. На цьому етапі використовується арт-терапія, казко-терапія, музико-терапія, вплив на матір дитини тощо.

У своїй більш ранній роботі Н. Ф. Шевченко [308] притримується сомато-психічного напрямку допомоги соматичним хворим. Проте, пропонує модифікувати роботу психолога за допомогою розвитку таких навичок, як емпатія та рефлексія.

Н. Ф. Шевченко розглядає три аспекти, на які може впливати психолог:

1. Ціннісна сфера. Негативні наслідки пристосування до захворювання пов'язані з тим, що мотив збереження життя стає провідним. Очевидно, завдання психолога можна зрозуміти як допомогу хворому подолати кризу через актуалізацію інших мотивів.

2. Внутрішня картина захворювання та ставлення до хвороби. Завдання психолога виглядають як протидія зануренню у хворобу, перебільшено значення захворювання. Пріоритетним є збереження активних стосунків з близькими та знайомими, адаптація.

3. Біль. Підкреслюється залежність больових відчуттів від соціальної ізоляваності та негативних емоцій (депресія, тривога). Очевидно, психолог може впливати на переживання болю, зменшуючи його.

У вітчизняній теоретичній та практичній психології спостерігається інтеграція зарубіжних ідей щодо допомоги онкологічному хворому як психосоматичного, так і гуманістичного напрямку.

Ідеї гуманістичного напрямку роботи з термінально хворими представлені в роботі А. В. Гнезділова [83]; з онкологічно хворими — в роботах С. Д. Максименко та Н. Ф. Шевченко [169], Б. Ю. Володіна [71].

Дослідження психосоматичних аспектів онкологічних захворювань є досить популярною науковою тенденцією, наведемо декілька таких досліджень.

Н. І. Непомнящая пропонує психологічний пояснювальний принцип виникнення онкологічних захворювань, який називає «інфантилізація» [186]. Її послідовниця, М. Г. Івашкіна, доводить, що когнітивно-емоційні зміни, пов'язані з «інфантилізацією», частіше зустрічаються в групі онкологічно хворих осіб порівняно з пацієнтами з іншими захворюваннями та здоровими особами [116]. Допускається, що «інфантилізація» проявляється в таких особистісних особливостях:

- схильність ідентифікувати себе з дитиною в проєктивних тестах та такими особистісними рисами, як образливість, впертість, примхливість, оптимізм (заперечення значення неприємних подій);
- емоційна «глухота» щодо ситуацій, які означають велику небезпеку, здатність реагувати емоційно на незначні (за рівнем небезпеки) ситуації;
- при оцінках ситуацій — орієнтація на зовнішні параметри, без заглиблення в сутність стосунків та подій;
- орієнтація на певні норми в стосунках та намагання відтворювати стосунки, які вже знайомі особі.

Н. І. Непомнящая вважає, що в об'єктивно-стресогенних ситуаціях особа (схильна до онкологічного захворювання) намагається ігнорувати значення ситуації та не демонструє адекватної емоційної реакції. Це стає можливим через «інфантилізацію», тобто посилення описаних вище дитячих рис. На думку вченої, психічна інфантилізація охоплює весь організм, відновлюючи механізм дитячого клітинного росту, який, власне, і є онкологічним процесом [186; 116].

Р. В. Овчарова, А. Н. Великолуг та співавтори [58; 59; 60; 193; 262] також провели своє дослідження в психосоматичній традиції. В основу інтерпретації своїх результатів дослідники поклали ідеї Л. Н. Собчик [256], яка припустила, що соматична хвороба пов'язана з одночасною активацією невротичних і поведінкових рис особистості. Як наслідок, психологічна адаптація до стресу не відбувається (дистрес), компенсується біологічною системою, яка згодом перенапружується, що веде до хвороби. Вчені виявили, що існує характерний конфлікт (одночасне використання невротичних та поведінкових патернів реагування) при онкологічній патології різних органів, який може призводити до дезадаптації біологічної підсистеми. Встановлено, що: 1) хворим на рак молочної залози властиві уразливість до фрустрації, самозахист та тривожне хвилювання, намагання оволодіти ситуацією ціною самопожертви; 2) хворим на рак прямого кишківника — агресивне хвилювання, ригідність, фіксація на самозахисті; 3) хворим на рак сечового міхура

— емоційна лабільність, висока відповідальність та ригідність. Відповідно, як основну ідею реабілітації вчені рекомендують корекцію особистісного профілю.

Психосоматичні ідеї достатньо широко інтегруються вітчизняними спеціалістами, які займаються психологічною допомогою онкологічним хворим. Слід зазначити, що наукові дослідження ефективності психосоматичного напрямку роботи відсутні. Тому спеціалісти, які працюють в його рамках, мають відповісти на низку запитань етичного характеру:

- 1) Чи не виходять задачі, котрі ставить перед собою психолог-консультант психосоматичного спрямування, за межі професійної компетенції?
- 2) Чи не підсилюють вони своєю роботою психологічні страждання пацієнта, викликаючи почуття провини за свою хворобу? Якщо психологічними методами можна полегшити перебіг онкологічної хвороби то, можливо, виникнення онкологічної хвороби залежало від психологічних факторів тобто пацієнт у певному розумінні сам є відповідальним за свою хворобу.
- 3) Чи не дає психолог-консультант клієнту невіправдану надію на одужання, адже людина має право сама розпоряджатись своїм часом і може витратити свій час, як їй заманеться, а не лише на боротьбу (яка може видатися малоефективною)?

Як ілюстрацію використання психосоматичних ідей вітчизняними практиками можна навести публікації О.Г. Луценко та О.С. Балабухи [163], Т.І. Ахмедова та О.С. Балабухи [10], О.О. Васил'євої [54].

О.Г. Луценко та О.С. Балабуха [163] виходять з психосоматичних принципів, сформульованих такими авторами, як А. Менегетті та Б. Хеллінгер. А. Менегетті вбачає причини походження злоякісних пухлин виключно в області психічного — у вольовому прагненні особи до смерті (частково усвідомленому, частково — несвідомому), яке і призводило до хвороби. Б. Хеллінгер також вважає, що для багатьох онкологічних хворих характерним є несвідомий потяг до смерті. Причина, котра спонукає особу до смерті, полягає в сильній прив'язаності та відданості втраченій (померлій) людині, бажанні відновити зв'язок з померлим. Б. Хеллінгер допускає, що усвідомлення клієнтом психологічних причин онкологічного захворювання дозволяє змінити ситуацію таким чином, що потяг до смерті зникає, що значно збільшує шанс на одужання. Він пропонує спонукати клієнта до формулювання ключових фраз, які нібито «дають дозвіл жити».

У своїй статті О.Г. Луценко та О.С. Балабуха [163] описують свій досвід роботи за методом системної сімейної розстановки з хворим на онкологічну патологію язика. В процесі роботи пацієнт усвідомлює (тобто промовляє свої туманні здогадки) своє бажання бути похованим разом з померлою дружиною. Діти стали дорослими, і тепер для нього немає сенсу продовжувати жити. Після тривалої психотерапевтичної роботи клієнт дозволяє собі жити (незважаючи на смерть дружини) заради спілкування з онуками та турботи про них. Дослідники пишуть: «Мы можем сказать, что пациентом были

произнесены разрешающие фразы, и он ушел с легкой душой и стремлением к жизни. А нам остается ожидать, что те изменения, которые произошли в его душе, повлекут изменения в теле, поскольку, исходя из общей теории систем, в единой системе (в том числе и в человеке как системе) все взаимосвязано, и изменения в одной ее части неизбежно повлекут изменения в другой» [162, с. 41].

Т. І. Ахмедов, О. С. Балабуха [10] розглядають онкологічне захворювання з позиції теорії систем. У цьому підході хвороба розглядається як наслідок захисних форм поведінки, зумовлених індивідуально-психологічними особливостями особистості та її життєвим досвідом. Умовою одужання вважається нівелювання впливу на людину максимальної кількості причин, які призвели до виникнення захворювання (в тому числі й психологічних). Отже, психічний стан людини напередодні клінічного маніфесту хвороби рекомендується ретельно досліджувати. Це пов'язано з тим, що невичерпана (непропрацьована) психічна травма навіть впродовж десятиліть все ще залишається психічною травмою.

Автори вказали на стратегію роботи психолога з онкологічними хворими з позиції психосоматичного підходу. По-перше, роботу слід спрямувати на корекцію симптомів страху, тривоги, депресії. По-друге, після нормалізації емоційного стану слід проводити корекцію психологічних захистів, які можуть бути пов'язані з хворобою: індивідуально-психологічних особливостей, стилів реагування, «пропрацювання» давніх психічних травм, зміну життєвих сценаріїв.

О. О. Васил'єва [54] інтегрує вітчизняний та психосоматичний підходи щодо допомоги онкологічному хворому. Дослідниця вважає, що завданням психолога є полегшення дистресу (небезпечна для психіки зміна образу свого тіла після оперативного втручання, страх перед лікуванням, тривожні та депресивні розлади) в процесі проходження лікування, що дозволяє зменшити побічні ефекти лікування. Іншими завданнями психолога є сприяння психосоціальної адаптації (відновлення повноцінного способу життя) та психотерапевтичний вплив, спрямований на активізацію роботи імунної системи (візуалізації за Carl та Stephanie Simonton). На початку роботи з пацієнтом дослідниця рекомендує вивчати ступінь патопсихологічних відхилень (тривога, депресія, нав'язливі думки і т. д), спрямувати роботу на їх корекцію. Після нормалізації психічного стану запропоновано використовувати психосоматичні техніки візуалізації для активізації імунної системи.

7.1.2. Вплив соціокультурних чинників, особистісних рис психологів-консультантів на професійні орієнтації в роботі з онкологічними хворими

Досягнення закордонних колег в області психологічної допомоги онкологічним хворим виглядають цікавими та перспективними. З іншого боку, ригідне використання лише психосоматичного або (в іншому випадку) лише гуманістичного підходів, незважаючи на реалії лікувального процесу, зда-

ється неправильним. Доцільним здається використовувати інтегративні стратегії допомоги, котрі поєднують сомато-психічний та гуманістичний або психосоматичний напрямки (як пропонують Т. І. Ахмедов та О. С. Балабуха, О. О. Васил'єва). Це означає, що спочатку робота має бути спрямована на корекцію вираженого патопсихологічного розладу. Після нормалізації психічного стану запит клієнта має слугувати ключем для консультанта, який вказує на вибір подальшого напрямку роботи: а) потреба знайти новий смисл життя, отримати підтримку та розуміння, бажання розв'язати свій внутрішньо-особистісний конфлікт можуть вказувати на доцільність подальшої роботи в гуманістичному напрямі; б) надію клієнта на те, що за допомогою своєї особистості чи певних психологічних технік можна посприяти одужанню, можна оцінити як поштовх для роботи в психосоматичному напрямі. В цьому сенсі одним із завдань підготовки спеціалістів з надання психологічної допомоги онкологічним хворим може бути розвиток здатності бути «гнучким» у виборі методу роботи. Тому важливим є вивчення як соціокультурних та особистісних факторів, які спонукають до певного напрямку роботи, так і тих чинників, котрі заважають консультантам змінювати методику допомоги. Також важливо з'ясувати, який напрямок допомоги онкологічним хворим є найбільш поширеним у вітчизняному соціокультурному просторі й які культурні чинники визначають його популярність.

Для отримання відповіді на порушені питання було проведено дослідження, мета якого полягала в тому, щоб теоретично виявити та емпірично дослідити вплив соціокультурних факторів й особистісних рис психологів-консультантів на вибір ними стилю допомоги (сомато-психічного, психосоматичного, гуманістичного) онкологічному хворому.

Для того, щоб виявити ймовірні соціокультурні та особистісні фактори, які спонукають психологів обирати той або інший напрямок роботи, було проведено аналітичне порівняння за ключовими моментами (мета допомоги, позиція психолога, відповідальність за клієнта, логіка інтерпретацій, ставлення спеціаліста до смерті, трансляція життєвих позицій) трьох розглянутих вище підходів (див. табл. 7.1).

В кожному напрямі психологічної допомоги онкологічним хворим можна виділити основні завдання, на які орієнтуються в роботі. Так, у сомато-психічному напрямі основним конструктом є інтенсивна психогенія (тривожний стан, депресія, астенія, іпохондрія тощо). Ми припускаємо, що вітчизняні медичні психологи під час радянської доби виявляли більшу методологічну зацікавленість до психічних відхилень (ніж до певних психологічних конструктів) через страх перед несхвальною реакцією з боку ідеологічно суворого режиму. Підтвердження правомірності запропонованої гіпотези знаходимо у В. Н. Цапкіна [301, с. 8], який зазначає, що після вдало проведеної (в 1930-ті роки) боротьби з «ідеологічно-неправильними» вченнями професія психотерапевта стала небезпечною. Цей страх призвів до зацикловання психотерапії на клінічній, медичній моделі.

Орієнтація в роботі на такі психологічні конструкти: нездатність онкологічних хворих виявляти емоції, соціальна підтримка, візуалізації, копінг-стилі подолання захворювання (психосоматичний напрямок), досвід та сенс життя — допускає наявність таких особистісних рис, як впевненість, незалежність.

В сомато-психічному та психосоматичному напрямах професіонал зберігає авторитарну дистанцію та ніби знає, «куди необхідно рухатись».

Таблиця 7.1

Порівняння напрямів психологічної допомоги онкологічним хворим за ключовими позиціям

Ключові позиції (для порівняння)	Напрями психологічної допомоги онкологічним хворим		
	Сомато-психічний напрямок	Психосоматичний напрямок	Допомога особистості пацієнта
Завдання психологічної допомоги	Усунення психогенної реакції, корекція ціннісно-мотиваційної сфери	Вплив на психологічні фактори: навчання ефективним стратегіям подолання хвороби, розвиток вміння виявляти свої емоції та потреби тощо	Інтеграція знання про захворювання з життєвим досвідом особи, пошук нового смислу життя
Позиція психолога	Авторитарна, зберігається дистанція	Авторитарна, зберігається дистанція	Рівноправні стосунки
Аспекти відповідальності	Відповідальність бере психолог, відчуває провину	Відповідальність бере пацієнт, може переживати провину	Відсутня
Особливості мислення професіонала	Каузальне	Багатофакторне	Феноменологічне
Ставлення до смерті в роботі спеціаліста	Заперечення смерті	Заперечення смерті	Здатність витримувати тривогу, пов'язану з загрозою смерті
Цінності, що транслюються пацієнту	Фаталізм, залежність	Ідеалізм, віра в особисту всемогутність	Турбота та підтримка

Припускається, що суворе виховання в родині та власний страх перед смертю можуть бути факторами, які зумовлюють дистанцію та авторитарну позицію спеціаліста. Робота, спрямована на допомогу особистості пацієнта, допускає рівноправні стосунки та потребує такої особистісної риси, як емпатія.

Згідно з провідною ідеєю сомато-психічного напрямку, психолог бере на себе відповідальність за психічне благополуччя пацієнта та відчуває свою провину в разі виникнення певних ускладнень протягом лікування в стаціонарі у зв'язку з основним захворюванням. В психосоматичній традиції відповідальність за хворобу делегується клієнту, який може відчувати вину. В допомозі, орієнтованій на допомогу особистості, консультант виступає бі-

льше як свідок, уникаючи відповідальності. Ми пропонуємо таку гіпотезу: робота в організаціях з командно-адміністративним керівництвом, вимогливий стиль виховання є факторами, через які фахівець схильний брати на себе відповідальність за благополуччя пацієнта.

Причинно-наслідкове мислення, властиве для психологів, які працюють у рамках сомато-психічному напрямку, ми пов'язуємо з авторитарними культурними настановами в родині та суспільстві, оскільки такі стосунки між людьми створюють певний шаблон мислення за типом «розпорядження — виконання», схожий на каузальне мислення «причина — наслідок». Така соціально-психологічна риса, як міжособистісна толерантність (здатність зважати на думки та цінності інших) може бути еталоном для мислення, що використовує багатфакторні моделі (властиве для представників психосоматичного напрямку). Мислення, яке спирається на власний досвід, тобто феноменологічне (допомога особистості пацієнта), потребує незалежності та впевненості.

Психосоматичний та сомато-психічний напрями пов'язані з запереченням думок про смерть, спрямовані на підтримання життя. Якщо консультант не готовий допускати думки про смерть, це може створювати дистанцію в роботі з онкологічним хворим, оскільки психологу буде складно підтримувати діалог з клієнтом, який говорить про важку хворобу, тривогу через загрозу смерті, близькі стосунки, страх, пов'язаний з можливістю рецидиву хвороби тощо. У підході, орієнтованому на особистість, психолог має розвивати здатність пацієнта витримувати тривогу, при цьому спеціаліст повинен мати таку особистісну рису як толерантність до невизначеності. Зробимо припущення, що релігійність спеціаліста може покращувати його здатність витримувати страх перед смертю. Заборона думок про смерть може бути пов'язаною з різноманітними культурними застереженнями, випадками онкологічних захворювань у родинній історії психолога.

Сомато-психічний напрям допомоги декларує життя як найвищу цінність та вимагає від пацієнта підтримувати оптимістичний настрій, навчає, як себе поводити та приймати випробування [83, с. 12–13]. Особистість хворого в такій ситуації стає ніби підлеглою, дитиною, щодо якої здійснюється турбота і яку скеровують шановані та серйозні дорослі. Психосоматичний напрям транслює ідею про можливість впливу психологічної структури на фізіологічні процеси, що можна вважати уявленнями, властивими для філософії іdealізму (первинне значення духовної складової відносно матерії). Допомога особистості пацієнта пов'язана з гуманною турботою про іншу особу. Можна допустити, що психосоматичний та спрямований на особистість напрями роботи містять в собі особистісні фактори, протилежні до депресивності, оптимізму. Оскільки останні два напрями допомоги зародилися в країнах Заходу, підкріплені дослідженнями у галузі психоонкології та державним фінансуванням, — можна допускати існування зв'язку між оптимізмом спеціалістів у сфері допомоги онкологічним хворим та такими соціальними факторами, як фінансування, доступність інформації про результати досліджень, організація співробітництва з колегами тощо.

Здійснене порівняння напрямів роботи з онкологічними хворими дозволило висловити припущення про роль соціокультурних та особистісних факторів, що лежать в їх основі, та більш чітко сформулювати гіпотези дослідження:

1. За сомато-психічним напрямком допомоги стоїть страх перед осудом (за неправильну роботу) та конформізм. Робота в психосоматичному та гуманістичному напрямках пов'язана з упевненістю в собі.

2. Авторитарна позиція (спеціаліст «знає, що робити») властива сомато-психічному та психосоматичному напрямкам. Авторитарна позиція пов'язана з високою тривогою у зв'язку із загрозою смерті, дистанцією в роботі, суворим вихованням у родині. Релігійність може зменшувати екзистенційну тривогу (страх перед смертю) у спеціаліста.

3. Схильність брати на себе відповідальність за благополуччя клієнта та відчувати провину в разі неефективної роботи властиві сомато-психічному напрямку. Це може бути пов'язано з роботою в організаціях з командно-адміністративним типом керівництва та вимогливим стилем виховання.

4. Сомато-психічному напрямку властиві каузальні схеми пояснення, які пов'язані з авторитарними культурними настановами в родині та суспільстві, міжособистісною інтолерантністю. Психосоматичний напрям (багатофакторні моделі інтерпретації) пов'язаний із толерантністю.

5. Психосоматичний та гуманістичний напрями роботи пов'язані з певним оптимізмом. Сомато-психічний — з депресивністю та схильністю до професійної дефермації.

З метою перевірки цих гіпотез було складено спеціальний опитувальник, для спеціалістів, що працюють у галузі психологічної допомоги, спрямований на дослідження: культурних настанов; особистісних рис (конформізм-впевненість, депресивність, емпатійність, інтолерантність, міжособистісна інтолерантність); психологічних особливостей спеціаліста, котрі виявляються в роботі (конформізм у стосунках з колегами, відповідальність та почуття провини по відношенню до клієнта, відповідальне ставлення до роботи, дистанція стосовно клієнта, висока тривога смерті в роботі з клієнтом, суб'єктивне незадоволення); стилів психологічної допомоги (сомато-психічний, психосоматичний, гуманістичний напрями роботи) [212].

Досліджена вибірка складалась з 30 осіб (психологи, лікарі: психіатри та психотерапевти, соціальні педагоги, педагоги), серед яких було 24 жінки та 6 чоловіків. Середній вік спеціалістів становив 44 роки, середній стаж надання практичної допомоги клієнтам — 10,5 років. Більшість (27 осіб) опитаних фахівців має додаткову психотерапевтичну освіту (або її отримує), трое осіб на момент дослідження не мали додаткової психотерапевтичної освіти (10%). Серед психотерапевтичних шкіл представлені психодинамічні (психоаналіз, символдрама, психотерапія за Адлером, психодрама, арт-терапія) та гуманістичні (гештальт-підхід, клієнт-центрована терапія). Психодраму та арт-терапію було віднесено до психодинамічного напрямку, оскільки в цих психотерапевтичних школах використовуються психоаналітичні моделі пояснення. Жоден з опитаних не працював психологом в онкологічному відді-

ленні, проте 65% опитаних хоча б раз у своїй практичній роботі надавали психологічну допомогу клієнту, хворому на онкологічне захворювання. Математична статистика обчислювалася програмою «Spsswin v17».

Для того, щоб зрозуміти, який напрямок психологічної допомоги онкологічному хворому домінує в дослідженій вибірці, було виведено відсоткову кількість позитивних відповідей за кожною шкалою (сомато-психічний, психосоматичний, гуманістичний стилі). Встановлено, що найбільш популярною є допомога особистості хворого (67%). На другому місці за популярністю — психосоматичний стиль роботи (на 40% запитань за цією шкалою отримано позитивну відповідь). Сомато-психологічний стиль роботи не є популярним (в середньому, позитивну відповідь дають лише на 29% запитань за цією шкалою).

Низьку популярність сомато-психічного стилю роботи можна пояснити тим, що в дослідженій вибірці не представлено спеціалістів, які працюють з онкологічними хворими в стаціонарі (де медична парадигма є «офіційно визнаною»). Неочікуваним є те, що психосоматичний напрямок роботи виявився на другому місці, пропустивши вперед гуманістичний. Виходячи з великої кількості публікацій, які мають відношення до психосоматичної парадигми, слід було очікувати, що психосоматичний напрямок займе провідну позицію.

В дослідженій вибірці нерівномірно представлено різні психотерапевтичні школи. Так, 54% опитаних належать до «гуманістичного» напрямку, 36% — до «психодинамічної парадигми»; 10% — не мають спеціальної психотерапевтичної освіти. Виходячи з цього, було вирішено дослідити залежність між професійною орієнтацією в роботі та отриманою психотерапевтичною освітою.

За допомогою t-критерію Стюдента ми порівняли середні значення за шкалами стилів надання психологічної допомоги в залежності від фактору психотерапевтичної освіти («психодинамічна» або «гуманістична» психотерапія, відсутність психотерапевтичної освіти). Встановлено, що символ-драматисти, психоаналітики, терапевти за Адлером, психодраматисти та арт-терапевти рідше обирають гуманістичний напрям допомоги онкологічному хворому (при порівнянні з гештальтстами та клієнт-центрованими терапевтами, $t = -2,23$; $p = 0,040$). Консультанти без психотерапевтичної освіти (при порівнянні з гештальтстами та роджеріанцями) мають схильність частіше працювати в сомато-психічному ($t = 1,99$; $p = 0,072$) та рідше працювати в гуманістичному напрямках ($t = 1,00$; $p = 0,067$).

Крім того, виявлено чітку залежність між стилем роботи та реальним досвідом допомоги онкологічним хворим. Консультанти, які мали такий досвід роботи, проявили вищі показники за шкалою гуманістичного напрямку ($t = 2,1$; $p = 0,042$).

Таким чином, слід констатувати, що парадигма психотерапевтичної освіти впливає на вибір стилю роботи з онкологічним хворим. Так, гештальт- та клієнт-центровані терапевти схильні проявляти значну цікавість до особистості хворого. Консультанти без спеціальної психотерапевтичної освіти схильні обирати сомато-психічний стиль роботи. Можна допустити, що особи

без психотерапевтичної підготовки у своїй роботі частіше виявляють звичну природничо-наукову логіку міркувань та здоровий глузд. Останній висновок є достатньо суперечливим, зважаючи на малу кількість опитаних професіоналів без спеціального навчання та потребує подальшої перевірки.

Цікавим виявились дані щодо впливу психотерапевтичної освіти на культурні настанови спеціалістів. Встановлено, що такий чинник як додаткове навчання в психотерапевтичній школі не впливає на культурні пріоритети. З цього можна зробити висновок, що культурні настанови (оцінені методом ранжування прислів'їв) формуються в більш ранніх вікових періодах або під впливом іншого досвіду, ніж проходження навчальної психотерапії.

Значення окремих шкал для підтвердження гіпотез.

В основі створення шкали «Конформізм у стосунках з колегами» [212] лежить гіпотеза про те, що страх відторгнення викликає конформізм, потребу в субординації та визначає вибір сомато-психічного стилю роботи. Оскільки запитання, котрі стосувалися страху відторгнення, комфортності та потреби в субординації, виявили між собою високі кореляції, вважаємо доведеним, що однією з причин конформізму є страх відторгнення. Шкала «Конформізм у стосунках з колегами» виявила кореляцію зі шкалою «Підтримки» опитувальника «Самоактуалізації» Е. Шострома ($r = -0,46$; $p = 0,049$). Отже, чим вищим є значення за шкалою, тим вищими є потреба в підтримці та конформізм (за шкалою «Підтримки»). Таким чином, валідність шкали «Конформізм у стосунках з колегами» є беззаперечною, вона дійсно вказує на конформізм. З іншого боку, не знайдено кореляції між «конформізмом у стосунках з колегами» та сомато-психічним стилем роботи. Це означає, що гіпотезу про вибір сомато-психічного напрямку роботи в результаті страху перед покаранням та відторгненням не вдалося довести.

Шкалу «Тривога у зв'язку з загрозою смерті в роботі з клієнтом» було сконструйовано на основі кількох гіпотез. Перша гіпотеза полягала в тому, що випадки онкологічних захворювань у родині спеціаліста підсилюють тривогу при роботі з онкологічним хворим. Друга — виходить з уявлення про те, що релігійна віра виконує захисну функцію проти екзистенційної тривоги. Третє припущення полягає в тому, що тривога в роботі психолога-консультанта з онкологічно хворим клієнтом буде проявлятися в спробах уникати теми смерті під час бесіди. Четверта полягає в тому, що контроль за своїм здоров'ям дозволяє відчувати себе у відносній безпеці. Високі взаємні кореляції між запитаннями, сконструйованими відповідно до цих гіпотез, підтверджують, що уникнення розмов про смерть, а також атеїзм консультанта, випадки онкологічних захворювань у родині спеціаліста, відсутність турботи про своє здоров'я — взаємопов'язані. Вважаємо гіпотези підтвердженими. Крім того, доведеною є гіпотеза про те, що релігійність консультанта виконує захисну функцію проти екзистенційної тривоги через загрозу смерті. Згідно психометричних характеристик високі значення за шкалою «Тривога у зв'язку з загрозою смерті в роботі з клієнтом» показують, що консультант свідомо переживає тривогу при розмовах на тему смерті та намагається уникати подібних тем.

Згідно з однією з попередніх гіпотез, висока тривога смерті зумовлює намагання уникнути заглиблення в переживання важкохворого (що досліджувалось шкалою «Дистанція в роботі з клієнтом»). Проте, зібрані емпіричні дані не підтвердили цього припущення. На підставі вивчення системи взаємних кореляцій між групами культурного блоку та шкалами особистісного та професійного блоків ми прийшли до думки, що намагання уникнути заглиблення в переживання важкохворого є однією із стратегій психолога-консультанта, яка дозволяє йому витіснити із свідомості власну тривогу.

В дослідженні виявлено, що висока тривога смерті є одним з атрибутів сомато-психічного напрямку, між ними існує висока кореляція ($R = 0,566$; $p = 0,011$). Це може вважатись підтвердженням того, що працюючі в сомато-психічному напрямку спеціалісти, зосереджені на цінності життя як найвищій та погано інтегрують у своєму внутрішньому світі факт обмеженості життя.

Крім того, виявлено, що культурна настанова «жити та радіти життю» (яка сприяє вибору гуманістичного стилю роботи; $R = -0,60$; $p = 0,006$) виконує захисну функцію проти екзистенційної тривоги терапевта в роботі з важкохворим.

Підсумовуючи, слід зазначити, що гіпотезу про залежність вибору «авторитарного» напрямку роботи від рівня тривоги в роботі з клієнтом доведено. При цьому, під «авторитарними» напрямками роботи маються на увазі як сомато-психічний, так і психосоматичний напрямки роботи. В останньому випадку тривога компенсується відстороненням від почуттів клієнта та позицією консультанта, який «знає, що треба робити», як буде показано пізніше.

Шкала «Суб'єктивного незадоволення» сконструйована нами для дослідження рівня суб'єктивного незадоволення психолога-консультанта станом наукової розробки проблеми допомоги онкологічним хворим, недостатньою підтримкою з боку керівництва та владних структур подібної роботи. Є підстави допускати, що високі показники за цією шкалою вказують на процес «професійного вигорання».

Основні взаємозв'язки між соціокультурними чинниками, особистісними рисами та професійними орієнтаціями психологів-консультантів при роботі з онкологічними хворими.

В таблиці 7.2 представлено кореляції шкал, пов'язаних з сомато-психічним стилем надання психологічної допомоги онкологічним хворим.

Виявлені кореляційні взаємозв'язки між соціокультурними чинниками, особистісними рисами та сомато-психічним стилем психологічної допомоги

Взаємопов'язані шкали		Кореляційний коефіцієнт
Прислів'я «Живи скромніше, так усім будеш миліший» на першій позиції	Сомато-психічний стиль роботи	$R = -0,60; p = 0,006$
	Суб'єктивне незадоволення	$R = -0,55; p = 0,010$
	Міжособистісна інтолерантність	$R = -0,43; p = 0,045$
Прислів'я «Козак з бідною, як риба з водою» на першій позиції	Сомато-психічний стиль роботи	$R = -0,54; p = 0,016$
Сомато-психічний стиль роботи	Тривога смерті	$R = 0,566; p = 0,011$
	Суб'єктивне незадоволення	$R = 0,43; p = 0,066$
	Міжособистісна інтолерантність	$R = 0,43; p = 0,066$

Вивчення наведених в таблиці 7.2 взаємозв'язків дозволяє зробити низку висновків:

1. Вибір на першу позицію прислів'я «Живи скромніше, так усім будеш миліший» слід розуміти як настанову бути скромним та сором'язливим. Пріоритет прислів'я «Козак з бідною, як риба з водою» слід розуміти як настанову терпіти неприємні емоції та стрес. Сомато-психічний напрям роботи пов'язаний з вибором на першу позицію прислів'їв «Живи скромніше, так усім будеш миліший» та «Козак з бідною, як риба з водою». Описані зв'язки можуть означати, що спеціалісти з настановами бути скромним та терпіти неприємні почуття обирають сомато-психічний напрям допомоги, оскільки в ньому реалізуються ці настанови. Сомато-психічний напрям роботи є добре розробленим у вітчизняній літературі, передбачає дотримання певних інструкцій у роботі, не передбачає власного внеску консультанта. Тому вважаємо, що у виборі цього стилю роботи проявляється сором'язливість, непевненість та обережність психолога-консультанта, який у певному сенсі стає непомітним рутинним працівником. В рутинності роботи може бути реалізовано настанову терпіти негативні емоції та стрес.

2. Настава щодо скромності визначає високий рівень суб'єктивного незадоволення. Цей результат можна пояснити тим, що спеціалісти з настановою бути скромним не відчувають визнання своєї роботи, можливо, через певні соціоекономічні проблеми в теперішньому суспільстві або відсутність соціального визнання, яке можуть отримати авторські методики допомоги.

3. Настава щодо скромності є однією з причин високої міжособистісної інтолерантності. Можна зрозуміти, що рекомендації бути скромним певним чином структурують стосунки особи з людьми, що її оточують. Очевидно, це

впливає на внутрішню готовність суб'єкта до чітких, зрозумілих та контрольованих взаємодій з керівництвом, колегами та клієнтами.

4. Отримані дані свідчать про існування слабого взаємозв'язку між вибором сомато-психічного стилю роботи та високою міжособистісною інтолерантністю. Це може означати, що консультанти з потребою в чітких та контрольованих взаємостосунках обирають сомато-психічний стиль допомоги через те, що в ньому можна реалізувати свої потреби в чіткості та контролі. Так, сомато-психічний напрям передбачає роботу з симптомом (тобто така робота є добре структурованою) та авторитарну позицію спеціаліста, який «знає, що відбувається» (дає можливість реалізувати потребу в контролі).

5. Сомато-психічний напрям роботи пов'язаний з високою тривогою у взаємодії з клієнтом. Це може означати, що спеціалісти, які обирають цей напрям допомоги: вважають цінність життя найвищою та не змогли інтегрувати в свій внутрішній світ факт обмеженості життя; не мають захистів від власної екзистенційної тривоги та уникають у своїй роботі тем пов'язаних зі смертю. В цьому полягає основна відмінність між сомато-психічним та гуманістичним напрямками роботи, оскільки гуманістичний стиль передбачає здатність зрозуміти тривогу, відчай та сподівання клієнта.

6. Отримані дані вказують на слабкий взаємозв'язок між сомато-психічним стилем роботи та високим рівнем суб'єктивного незадоволення. Це може означати, що спеціалісти, які обирають саме цей напрям допомоги, схильні до професійного «вигорання». Це може бути пояснено високим психоемоційним перенавантаженням (тривога), авторитарною позицією, відсутністю визнання за сумлінну та рутинну роботу.

В таблиці 7.3 представлені кореляційні зв'язки між соціокультурними чинниками, особистісними рисами та психосоматичним стилем психологічної допомоги. Їх вивчення (див. табл. 7.3) дозволяє зробити наступні висновки:

1. Психосоматичний напрям допомоги онкологічним хворим обирають спеціалісти, які є відкритими для нового досвіду. Про це свідчить існування слабкої кореляції між досліджуваним стилем допомоги та вибором на першу позицію прислів'я «Кожна пригода — до мудрості дорога». Вважаємо, що прислів'я «Кожна пригода — до мудрості дорога» є настановою, що сприяє набуттю нового досвіду, оскільки сам сенс прислів'я однозначно вказує на це. На зв'язок прислів'я «Кожна пригода — до мудрості дорога» з готовністю отримати новий досвід також вказує кореляція між цією настановою та низькою інтолерантністю. Тобто, особи, які ставлять прислів'я «Кожна пригода — до мудрості дорога» на першу позицію, відкриті до сприйняття думок, поглядів, ціннісних установок інших людей.

Таблиця 7.3

Виявлені кореляційні взаємозв'язки між соціокультурними чинниками, особистісними рисами та психосоматичним стилем психологічної допомоги

Взаємопов'язані шкали		Кореляційний коефіцієнт
Прислів'я «Кожна пригода — до мудрості дорога» на першій позиції	Психосоматичний стиль роботи	$R = -0,43; p = 0,059$
	Інтолерантність	$R = 0,43; p = 0,047$
	Вік	$R = -0,47; p = 0,027$
Інтолерантність	Вік	$R = -0,64; p = 0,001$
Прислів'я «Не лізь поперед батька в пекло»	Психосоматичний стиль роботи	$R = -0,43; p = 0,057$
	Інтуїтивний канал емпатії	$R = -0,434; p = 0,044$
Психосоматичний стиль роботи	Жінки	$R = 0,60; p = 0,03$
	Загальна емпатія	$R = 0,454; p = 0,044$
	Дистанція	$R = 0,485; p = 0,03$
Загальна емпатія	Емоційний канал емпатії	$R = 0,83; p = 0,0001$
Загальна емпатія	Інтуїтивний канал емпатії	$R = 0,642; p = 0,001$
Емоційний канал емпатії	Суб'єктивне незадоволення	$R = 0,58; p = 0,025$
Дистанція	Суб'єктивне незадоволення	$R = 0,47; p = 0,031$
Міжособистісна інтолерантність	Дистанція	$R = 0,58; p = 0,006$

Вивчення взаємних кореляцій також показує, що чим більше життєвого досвіду у спеціаліста, тим частіше він відкритий новому і спроможний втримувати невизначеність.

2. Психосоматичний стиль роботи схильні обирати консультанти, які ставлять прислів'я «Не лізь поперед батька в пекло» на перше місце. Крім того, вибір цього прислів'я виявив кореляцію з високим рівнем інтуїтивного каналу емпатії. Вважаємо, що прислів'я «Не лізь поперед батька в пекло» є ієрархічною настановою, оскільки психосоматичний напрям допомоги передбачає певну ієрархію. В цьому напрямі консультант «знає, що робити» та впевнений у своїх силах (можливо, у зв'язку з розвиненою інтуїцією).

Зазвичай, у психосоматичному напрямі працюють жінки та особи з добре розвиненою емпатією. Наше дослідження показало, що високий рівень емпатії не залежить від статі психолога-консультанта, тобто серед спеціалістів з надання психологічних послуг жінки та чоловіки в середньому мають однаковий рівень емпатії. Отже, жіноча стать та високий рівень емпатії є двома незалежними факторами, які визначають вибір психосоматичного напрямку. Слід допустити, що високий рівень емпатії визначає вибір саме психосоматичного напрямку через високу турботу про пацієнта. Психосоматична

парадигма дає надію на те, що можна полегшити перебіг онкологічного захворювання. Отже, в цьому напрямі може знаходити вияв турбота у формі полегшення страждань. Вважаємо, що онкологічно хворий пацієнт може нагадувати маленьку дитину своєю безпомічністю. Очевидно, жінки частіше можуть ідентифікувати себе з турботливою матір'ю, яка знає, як вилікувати дитину. Цим можна пояснити зв'язок між жіночою статтю спеціаліста і вибором психосоматичного напрямку роботи.

3. Психосоматичний напрямок роботи пов'язаний з уникненням переживань клієнта (дистанція в роботі), а дистанція корелює з високою потребою в контролі стосунків (висока міжособистісна інтолерантність). Це може означати, що психосоматичний напрямок допомоги онкологічним хворим обирають спеціалісти, які бояться усвідомити власну тривогу смерті (витісняють її). Для того, щоб контролювати власну тривогу смерті вони намагаються якомога краще структурувати роботу з клієнтом, побудувати з клієнтом чіткі та контрольовані стосунки та уникати переживань клієнта.

4. Високий рівень дистанції в роботі та використання емоційного каналу емпатії (який тісно пов'язаний із загальним рівнем емпатії) корелює з високим рівнем суб'єктивного незадоволення (професійного вигорання). Можна допустити, що емпатійність консультанта та стратегія захисту (від контакту з власною тривоگو смерті) за типом уникнення переживань клієнта — створюють обставини для психологічної травматизації консультанта.

В таблиці 7.4 представлені кореляції між гуманістичним стилем психологічної допомоги онкологічним хворим та соціокультурними чинниками й особистісними рисами.

Таблиця 7.4

Виявлені кореляційні взаємозв'язки між соціокультурними чинниками, особистісними рисами та гуманістичним стилем психологічної допомоги

Взаємопов'язані шкали		Кореляційний коефіцієнт
Прислів'я «Живи поки живеться, пий поки п'ється, помреш — з собою не забереш»	Гуманістичний стиль роботи	$R = 0,44; p = 0,052$
Прислів'я «Не живи сам для себе, бо не вродивсь сам від себе»	Гуманістичний стиль роботи	$R = 0,52; p = 0,018$

Як видно з таблиці 7.4, вибору гуманістичного стилю роботи сприяє першочерговий пріоритет культурної настанови «Живи поки живеться, пий поки п'ється, помреш — з собою не забереш» ($R = 0,44; p = 0,052$), яка дозволяє психологу-консультанту відчувати себе захищеним від екзистенційної тривоги та бути відкритим до переживань клієнта. Серед тих, хто мав досвід роботи з онкологічними хворими, ця кореляція є більш надійною ($R = 0,60; p = 0,003$). Настанова прийти на допомогу у важкій ситуації також сприяє вибору гуманістичного напрямку роботи. На наявність настанови прийти на допомогу вказує пріоритет прислів'я «Не живи сам для себе, бо не вродивсь

сам від себе» над прислів'ям «Спасіння потопаючих — справа рук самих потопаючих» ($R = 0,52$; $p = 0,018$). Можливо, настановлення «Не живи сам для себе, бо не вродивсь сам від себе» формує такі якості як альтруїзм, доброта, небайдужість.

Перейдемо до загальних висновків. У дослідженні встановлено, що соціокультурні настановлення формують особистісні риси спеціалістів та визначають їх професійні орієнтації. В процесі подальшого професійного навчання сформовані у фахівців соціокультурні настановлення мало змінюються.

Встановлено, що така подія в житті професіонала, як смерть близького родича з причини онкологічного захворювання, — збільшує його тривогу при роботі з онкологічним клієнтом. Атеїстичність консультанта підсилює, а релігійність зменшує тривогу, пов'язану зі смертю. Висока екзистенційна тривога та намагання її контролювати є одним з факторів, які сприяють вибору авторитарних стилів психологічної допомоги (сомато-психічного та психосоматичного).

Настанова бути скромним, отримана деякими психологами в молоді роки, певним чином структурує стосунки з оточуючими, оскільки визначає високу міжособистісну інтолерантність (потреба в чітких, зрозумілих та контрольованих взаємодіях з керівництвом, колегами, клієнтами). У свою чергу, висока міжособистісна інтолерантність сприяє вибору сомато-психічного стилю роботи, який передбачає дуже структуровані стосунки з клієнтом.

Вибору сомато-психічного стилю допомоги онкологічним хворим також сприяють отримані фахівцями в минулому настанови бути скромним, терпіти негативні емоції та стрес. Зазначені установки можуть бути повністю реалізовані в рутинності та напруженості роботи, яка властива сомато-психічному напрямку, і визначають його вибір.

Отримані в дитинстві ієрархічні настановлення та намагання контролювати тривогу, пов'язану зі смертю, визначають вибір авторитарного, в певному сенсі, психосоматичного напрямку роботи. Відкритість новому досвіду та глибоке співчуття стосовно онкологічного хворого сприяють бажанню його врятувати. Це ж бажання визначає також спроби допомогти йому психосоматичними техніками.

Отримані в минулому альтруїстичні настановлення визначають високий інтерес до особистості хворого та бажання йому допомогти, що реалізується в гуманістичному напрямку роботи. Наставлення жити сьогоднішнім днем та радіти життю захищають спеціаліста від тривоги, пов'язаної зі смертю (при роботі з онкологічним хворим), допомагають спілкуватись на важливі для клієнта теми і є одним з чинників вибору гуманістичного напрямку роботи.

У читача може виникнути запитання — який з трьох розглянутих підходів до психологічної допомоги онкологічним хворим є найкращим? Доцільним видається використання інтегративних підходів, створених на основі поєднання сомато-психічного та гуманістичного або сомато-психічного та психосоматичного напрямків. На початку робота має бути спрямована на діагностику та психокорекцію вираженого патопсихологічного розладу (тобто

має бути застосований сомато-психічний підхід). Подальша стратегія роботи повинна скеровуватись запитом самого клієнта. Інтегративний підхід вимагає від спеціаліста певної «гнучкості», тобто здатності змінювати стратегію роботи в залежності від об'єктивного психічного стану клієнта та його потреб. Отримані в минулому професіоналів соціокультурні настановлення можуть визначати певну ригідність у роботі, оскільки вони формують професійно-важливі особистісні риси та професійні орієнтації.

Тому підготовка спеціалістів до надання психологічної допомоги онкологічним хворим повинна вмещувати, окрім комплексної сучасної теоретичної підготовки, певні психологічні процедури спрямовані на: дослідження власних особистісних рис; рефлексію стосовно свого минулого досвіду, особливо, стосовно батьківських настановлень та отриманих психологічних травм. Корисним для студентів буде проведення широких дискусій стосовно цілей та завдань психологічної допомоги та тренінг практичних навичок проведення психологічних консультацій у відповідності до різних напрямків допомоги.

7.2. Вплив соціокультурних чинників на розвиток теорії та практики психологічної допомоги батькам дитини з інтелектуальною недостатністю

Зміна соціокультурних уявлень про різні явища відбувається періодично і залежить від багатьох складових, зокрема: від превалюючих на даний час у суспільстві цінностей та домінуючих стереотипів; від громадянської позиції урядовців та професіоналів; від нових знань та їх популяризації; від загальної культури споживача та його запиту на соціальні та освітні послуги тощо.

Так само сталося з уявленням людей про розумову відсталість наприкінці минулого століття, коли зміна соціального устрою спричинила і зміну погляду на цей феномен та спосіб співіснування з ним.

Соціально-економічна система вимагала точного діагнозу психічного недорозвинення у дитини та вирішення питання про спосіб її існування у суспільстві. У радянські часи був відлагоджений механізм розв'язання проблеми через ізоляцію дитини з вадою від звичайних здорових дітей і зарахування її у групу подібних з метою догляду, навчання та виховання. Тому основна увага науковців спрямовувалася на розробку засобів діагностики розумової відсталості й інших психічних порушень та методичного і професійного забезпечення інституцій соціального опікування. Для роботи у спеціальних закладах медичні та педагогічні інститути готували фахівців — психіатрів, дефектологів, логопедів. За рішенням районного психіатра (згодом — психолого-медико-педагогічної комісії) маля потрапляло до дитячого закладу, де перебувало до восьмирічного віку для набуття адаптивних вмінь і навичок. Після обстеження і остаточного діагнозу у психіатричній лікарні батькам 8–9-річного пацієнта пропонувався інтернат соціального забезпечення з відлагодженою закритою системою догляду, навчання та виховання. Повноліття такої дитини означало для неї два шляхи: або перебування у сім'ї, яка, зазви-

чай, була не готова до взаємодії з її новим розумово відсталим членом; або в інтернаті, спосіб життя якого така дитина вже встигла засвоїти.

Що стосується батьків, то вважалося, що вони мусять бути сумлінними робітниками та дбайливими вихователями для своїх, якщо є, здорових дітей, і з вдячністю сприймати вилучення розумово неповносправної дитини з сім'ї. Частина батьків відчували неправильність такої ситуації і всупереч «підкуванню держави» потай залишали дитину-інваліда у родині. За цих умов разом з дитиною від суспільства батьками приховувалися і проблеми, як особистісні, так і сім'ї у цілому.

Важливо брати до уваги певні стереотипи, які панували до недавнього часу. Так, досить розповсюдженою була версія народження дитини з інтелектуальною недостатністю у батьків з генетичними хворобами, асоціальними схильностями, у результаті стресових переживань матері під час вагітності тощо.

Наприкінці минулого століття відбулися значні зміни у поглядах на інвалідність як таку та інтелектуальну недостатність дитини, зокрема. Поширився міжнародний рух проти їх ізоляції в інтернатах, соціальний статус дитини з інтелектуальною вадою почав набувати іншого відтінку. Для таких дітей відкрилися спеціальні соціальні служби та реабілітаційні центри, батьки почали об'єднуватися у громадські організації для вирішення сімейних проблем, спонсори — надавати цілеспрямовану матеріальну та фінансову підтримку.

Коли розумовідсталі діти та особи за визначеним діагнозом не спроможні висловлювати свої бажання, за них це мусять робити батьки та спеціалісти. Наше суспільство нині знаходиться у стані усвідомлення того, що потрібно відстоювати інтереси розумово відсталих дітей, зокрема, їх право на освіту. Адже дитина з інтелектуальною недостатністю є громадянином держави і на неї розповсюджується дія низки законів про освіту.

Але попри титанічні зусилля ряду керівників громадських організацій, впливових спеціалістів та батьків, дитина з вадами, якщо залишається у сім'ї, створює проблеми для усієї сім'ї, а через неї і для суспільства. Саме дослідженню цих проблем була присвячена наша робота. Протягом 2008-2011 років нами вивчалися: уявлення батьків про розумову відсталість у порівнянні із науковим знанням; думка громадян щодо вирішення питання про те, де саме навчати дитину з інтелектуальною недостатністю; аналіз законодавчого підґрунтя надання освітніх послуг дітям з інтелектуальною недостатністю; особливості сімей та матерів, які виховують розумово відсталу дитину; потреба матерів у психологічній допомозі; надання консультативних послуг батькам дітей з інтелектуальною недостатністю у системі соціального забезпечення, у громадських організаціях, в соціальній службі для сім'ї, дітей та молоді.

Були використані методи анкетного опитування та інтерв'ю, консультативні сесії та тренінгові заняття; крім того, були організовані науково-практичні заходи, у яких брали участь науковці, спеціалісти-практики, студенти, керівники громадських організацій, соціальні працівники та інспектори відділів міської освіти.

Всього проанкетовано 150 осіб, з них 72 матері, які виховують дитину з інтелектуальною недостатністю, 12 студентів дефектологічного факультету Національного університету імені М. Драгоманова та 20 студентів відділення соціальної роботи Києво-Могилянської Академії, 27 різнопрофільних спеціалістів та адміністративний персонал таких громадських організацій, як «Джерела», «Сонячний промінь», «Паростки», Миського Центру соціальних служб сім'ї, дітей та молоді, інспектори Міністерства освіти. В інтерв'ю взяли участь 35 матерів; 7 сімей пройшли декілька консультативних сесій; у тримісячному тренінгу взяли участь 15 матерів.

Сучасний стан у розумінні цього явища характеризується тим, що воно починає усвідомлюватися як проблема, яку треба вирішувати на цивілізованому рівні. Це означає орієнтовану на потреби людей законодавчо обґрунтовану соціальну політику, разом з тим і сама людина має донести до влади власну сформульовану потребу. Іншими словами, має бути встановлений діалог між суспільством і представниками інтересів дитини-інваліда, її сім'єю у вирішенні проблем, пов'язаних з вихованням та навчанням дітей з інтелектуальними вадами.

7.2.1. Феномен «інтелектуальна недостатність» у науковій літературі та уявленнях громадян

В усі часи народжувалися люди з різними вадами, у тому числі розумовими. Причинами цього ставали прижиттєві деформації розвитку через низку причин, таких як: порушення обміну речовин, побічної дії перенесених інфекційних хвороб, фізичних травм голови, отруєння організму, різних форм психологічного насилля та стресів тощо. Статистичною нормою є 20 % інтелектуальної недостатності, тобто 120 млн розумово відсталих у світі. В Україні на психіатричному обліку перебуває близько 300 тисяч громадян з таким діагнозом, з них 54 тисячі дітей до 15 років [18].

Проведене нами анкетування стосовно уявлення киян про кількість дітей з інтелектуальною недостатністю у нашому місті показало наступне: 68 % (батьки, спеціалісти-практики, волонтери, працівники соціальних мереж) вважають, що таких людей багато; 21 % (громадяни, які не стикалися з інвалідами, молодь) вважають, що таких людей небагато; 11 % опитаних (різні категорії громадян) не змогли відповісти.

У даному розділі поняття «розумова відсталість» та «розумові вади», «інтелектуальні: вади, неспроможність, недостатність», «неповносправність» вживаються синонімічно для ознаки стану невідповідності нормі дитячого розвитку, а «особливі потреби» — для означення більш широкої і комбінованої групи інвалідності у дитини.

Визнаючи цінність людини, послуговуючись гаслом «усі різні — усі рівні», спрямовуючи суспільство на вирішення проблем і вдоволення потреб, зокрема освітніх, міжнародна спільнота запропонувала вживати стосовно дітей-інвалідів поняття «дитина з особливими потребами», а специфіку діагнозу означити як «інтелектуальна недостатність». Тож термін «особливі

потреби» є виявом гуманістичного погляду (парадигми) на такі особливості дитини, які в медичному словнику означають терміном «вади».

Стосовно інтелектуальної недостатності теоретики виділяють декілька моделей її розуміння у відповідності до соціокультурного та економічного розвитку суспільства, країни, етносу [18; 135; 226].

До певного історичного часу розрізнення людей за ознакою розумової здатності взагалі не відбувалося. Життя громади селища вимагало різних, часто повторюваних однотипних та контрольованих іншими людьми дій та поведінки, з чим цілком успішно справлялися особи зі зниженим інтелектом. Діти, які народжувалися з сильним ушкодженням мозку, просто не виживали, що повністю знімало подальші проблеми, пов'язані з їх доглядом та вихованням.

За теоретичним аналізом Н. А. Бастун, першою у суспільстві домінувала *релігійна*, або сакральна, модель пояснення різних людських здатностей і регулювання ставлення до них. Церква оголошувала людину із слабкими розумовими можливостями такою, яка народилася за волею Бога, знаходиться під Його захистом. Дбайливе і милосердне ставлення до таких осіб було обов'язком оточуючих і проявом їхньої людяності.

Із середини XIX століття виникають інші погляди на розумову відсталість через потребу суспільства у працівниках промислової сфери. Технічний прогрес вимагав розумного користувача і творчого працівника. До того часу лікарі змогли краще вивчити структуру та функції головного мозку, поставити діагноз за психічними проявами. *Медико-біологічна* модель розумової відсталості пропонувала лікування і спеціальний догляд та навчання у відповідних закладах — психіатричних лікарнях та інтернатах. Сім'я, у якій народилася дитина з розумовою вадою, вважалася неблагополучною. Відносно причин її народження була поширена думка, що розумова відсталість є наслідком генетичних хвороб роду, алкоголізації та наркотизації батьків, їх неправильної (асоціальної) поведінки.

У другій половині XX століття сформувалася *соціальна* модель розуміння інтелектуальної недостатності, за якою такі діти та дорослі особи вважаються малозахищеною групою і потребують соціального супроводу. Серед працівників соціальних служб поширюється ідея наближення життя розумово відсталих дітей та дорослих до життєдіяльності дієздатних громадян. Така зміна ставлення до феномену розумової відсталості у суспільстві сприяла тому, що батьки сміливіше заявляли про сімейні проблеми і почали відстоювати права своїх дітей.

Завдяки впровадженню практичних розробок, що ґрунтуються на соціальній моделі розуміння інтелектуальної недостатності, ця група громадян зайняла своє місце в суспільстві як люди з обмеженими можливостями, які потребують соціального сервісу, відповідного до їхніх життєвих потреб. Це сприяло формуванню кола фахівців різного профілю, які спеціалізуються на реабілітації та життєвому супроводі розумово відсталих осіб та їх родин. Із згаданих фахівців складаються так звані мультидисциплінарні команди, що працюють у різних закладах та службах (спеціальні школи, центри

денного перебування, оздоровчі, дозвільні заклади, сервісні центри тощо) для обслуговування розумово відсталих різного віку.

Виникла також ціла індустрія з виготовлення спеціальних технологічних пристроїв, розвивальних ігор та іграшок, видання літератури, програмного забезпечення, спеціально організованих заходів чи подій на зразок спеціальних олімпійських ігор, призначених саме для осіб з розумовою відсталістю. Іншими словами, розумово відсталі особи у розвинених країнах нині вже мають власну субкультуру нарівні з підлітковою, молодіжною та іншими. Деякі явища й продукти діяльності, що належать до зазначеної субкультури, за своєю якістю та соціальним резонансом не поступаються тим, що є в культурі розумово здатних людей. Це можуть бути мистецькі фестивалі, виставки, що приваблюють пересічного відвідувача, ремісничі чи мистецькі вириби, що мають певну ринкову вартість тощо.

Отже, за цією моделлю, можна говорити про розуміння інтелектуальної недостатності у культурологічному аспекті. Витоки цієї моделі лежать у «зусиллях наснажених гуманними спонуками ентузіастів та фахівців зробити життя такої особи достойним» [18, с. 23]. Ці зусилля й спроби породили цілий ряд наукових та практичних галузей, нових теоретичних, методичних і технологічних підходів, створення різнофахового поля, спрямованого на роботу з розумово відсталими особами різного ступеня та віку. Завдяки цьому стала можливою ефективна абілітація (спеціально спрямовані зусилля на розвиток можливостей людини за допомогою пристроїв, технік та технологій на відміну від реабілітації, що означає відновлення втрачених функцій) осіб з помірною, важкою та глибокою розумовою відсталістю. Зазначені особи вважаються ненаучуваними, але здатними до тренування.

Таким чином, кожна епоха мала певний погляд на розумову відсталість людини, міру включення її у суспільні стосунки та виробничу сферу, а також специфіку догляду та виховання.

Наші дослідження уявлень громадян про самий діагноз інтелектуальної недостатності, показало, що майже всі учасники опитування схильні були скоріше розмірковувати на тему вирішення проблеми. Можна припустити, що людину меншою мірою цікавить «пошук винних» і точне визначення особливостей психічної сфери дитин, ніж питання виховання та навчання її для життя у суспільстві. Це відбулося і завдяки фокусуванню на ідеї заходів щодо вирішення освітніх проблем таких дітей.

У цивілізованих державах соціальна підтримка дітей з розумовими вадами забезпечена відповідним законодавчим підґрунтям та механізмами їх реалізації. Так, спеціальна освіта у Сполучених Штатах Америки є послугою в рамках загальної освіти. Фахівці розглядають потребу дитини у додаткових пристроях, програмах та послугах, особливий наголос робиться на забезпеченні індивідуальних потреб кожного учня. За ухвалою Конгресу США 1972 р. та за Актом 1975 р. «Навчання для всіх дітей з відхиленнями» серед дітей, яких приймають до навчальних закладів, включених у програму

Гед Старт, мусить бути принаймні 10 % учнів із вродженими фізичними та розумовими вадами різного ступеню. В Акті про освіту Швеції від 1985 р. є перелік спеціальних шкіл для учнів з розумовою відсталістю, які знаходяться у розпорядженні Міністерства охорони здоров'я і соціального забезпечення, а з 1992 р. — у розпорядженні місцевих органів влади. Діти з особливими потребами в Нідерландах відвідують спеціальні школи, з якими тісно співпрацюють масові заклади освіти для інтегрування в них учнів з труднощами у навчанні і поведінці. Інвалідам надається особистий бюджет для навчання за вибором батьків, тобто права дитини на спеціальні умови для навчання та гроші на це «йдуть слідом за дитиною». В Японії закон про шкільну освіту стосовно інтеграції дітей з особливими потребами у загальноосвітні школи був прийнятий в 1979 р. В Італії теж майже всі діти з особливими потребами відвідують загальноосвітні школи. У Литві з 1990 р. діти, які раніше вважалися ненаучуваними (середній та важкий ступінь розумової відсталості), навчаються в спеціальних школах, а діти з легкою розумовою відсталістю отримують освіту в загальноосвітніх школах [18].

В Україні прийняті закони, зокрема в сфері освіти, ґрунтуються на Конституції 1996 р., у якій за статтею 53 право на освіту мають всі громадяни. Повна загальна середня освіта є обов'язковою і безоплатною, що закріплено у законах «Про освіту», «Про загальну середню освіту» та ратифікованій ще 1963 р. «Конвенції про боротьбу з дискримінацією в галузі освіти». Конвенція гарантує створення чи збереження різних систем освіти та навчальних закладів для будь-яких осіб; а статті 28, 29 закріплюють право на безкоштовну обов'язкову освіту для розвитку особистості і талантів дитини та її розумових і фізичних здібностей, підготовки до свідомого життя у суспільстві.

Попри зазначені закони, діти з розумовою відсталістю, значнішою ніж легкий її ступінь, фактично позбавлені права на освіту. Вони вважаються не суб'єктами освіти, а об'єктами догляду.

Ми провели дослідження думки громадян стосовно задоволення освітніх потреб розумово відсталих дітей. Результати опитування показали, що 63,2 % батьків таких дітей з громадських організацій та 18,5 % спеціалістів — теоретиків та практиків і 15 % студентів і волонтерів вважають за необхідне змінити діюче законодавство стосовно догляду та навчання людей з розумовими вадами; 91 % батьків, 28,5 % спеціалістів та 30 % молоді з них пропонують зробити об'єктом державної підтримки всю родину, а не лише дитину; 30 % всіх учасників підтримують рух батьківських об'єднань для вирішення освітніх потреб інвалідів; покладають надії на нові освітні заклади 70 % батьків, 8,5 % спеціалістів з досвідом роботи і 24,5 % майбутніх фахівців.

На рисунку 1 це виглядає таким чином:

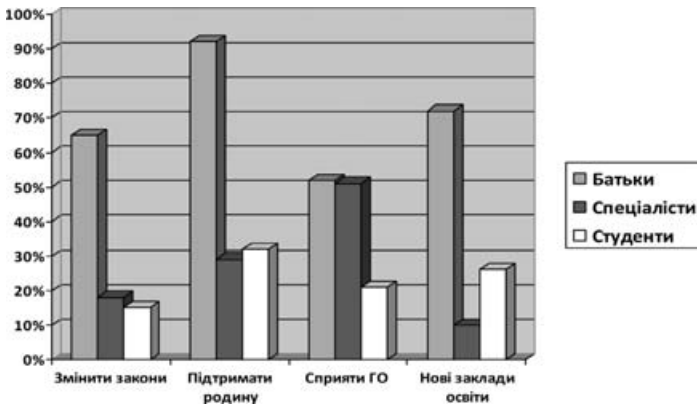


Рис. 7.1. Думка громадян щодо вирішення питання освіти дітей з інтелектуальними вадами

Прочитусьмо деякі відповіді з анкет:

«Держава має створити цим дітям сприятливі матеріальні, психолого-педагогічні умови, в яких вони почували б себе повноцінними членами нашого суспільства» (жінка 25 років, вчитель).

«Потрібно змінити законодавство, надати змогу вчитися у школах нового типу» (студентка).

«Кожна народжена дитина має право на навчання в міру своїх можливостей. Навчання — це розвиток дитини і адаптація у суспільстві. Шанс треба дати кожній дитині. Так звані «ненавчані» діти потребують ще більше навчання, ніж звичайні. Розробляйте доступні програми для засвоєння!» (соціальний працівник, 52 роки).

«Дитина повинна навчатися і бути між дітьми» (мати, 30 років, педагог).

«Я — мама, і бачу, що наші діти навчаються. Повільно, за допомогою спеціалістів, але навчаються! Ну то й що, що ці діти не завжди можуть говорити — вони же навчаються!» (мати розумово відсталої дитини, 47 років).

«Необхідно підходити диференційовано в залежності від конкретної ситуації. Якщо батьки можуть і хочуть займатися своєю «ненавчаною» дитиною — допомагати. Якщо не хочуть, не можуть, не вміють — залучати державу, суспільні організації» (жінка, 32 роки, викладач).

Прокоментуємо дані рисунку 7.1.

Майже усі батьки до участі в опитуванні вже зіткнулися з лікарями та службовцями під час оформлення документів про встановлення діагнозу розумової відсталості, а також пільгових посвідчень. Батьки відчули, як не просто з хворою дитиною ходити за довідками, сидіти, або і стояти, у чер-

гах, розмовляти з упередженими інспекторами служб соціального захисту та завідуючими спеціальних закладів (дитячих садків, інтернату). Хоча за відпрацьованою системою ці сім'ї мають детальні виписки із амбулаторної картки дитячої поліклініки, все ж висновки-рекомендації психолого-медико-педагогічної консультації для них часто є неочікуваними. Крім того, батьки дітей з інтелектуальною недостатністю розуміють, що дитина мусить бути задіяна у сферу спеціального виховання та навчання, перебувати у колективі, що вони самостійно забезпечити належним чином не зможуть. Перебуваючи в епіцентрі проблеми, батьки вбачають її рішення в іншій за існуючу системі, у цьому їх підтримує молодь, хоча спеціалісти доволі помірковано ставляться до цього. Саме тому батьки наголошують на залученні дитини у сферу освіти і дають високий відсоток у відповідях стосовно відкриття нових закладів, які б залучали спеціалістів вузького профілю. Ці заклади, на відміну від існуючих нині у системі освіти, мають передбачати, на думку батьків, сучасні методики та технічне оснащення. Попри високу активність у запиті до влади стосовно підтримки родини, така поведінка батьків говорить скоріше про відчай, ніж бажання бути все життя отримувачем соціальної допомоги. Отже, батьки реально розуміють необхідність змін у ситуації, що склалася, але як само відбудуться ці зміни залежить не тільки від них самих.

Що стосується спеціалістів, які знаються на роботі з проблемними дітьми, то вони послуговуються діючим законодавством у межах своєї роботи. Спеціалісти знаходяться в іншій ситуації, «над проблемою», на практиці не стикаються з утисками освітніх прав хворих дітей, а лише через реакцію їхніх батьків. Для спеціалістів, які націлені на роботу з дітьми, емоції, переживання, думки батьків є другорядними і зайвими. До того ж фахівці бачать батьків лише у певній ситуації прохачів допомоги для дитини, тих, хто не знає і не вміє правильно спілкуватися з дитиною задля її розвитку. Зазначене пояснює доволі прохолодне ставлення спеціалістів до таких заходів, як відкриття нових освітніх закладів для розумово відсталих дітей та зміни законів. Водночас, вони підтримають батьків у тому, щоб їхні інтереси відстоювали громадські організації як посередники між владою і клієнтом.

Стосовно студентів, які брали участь у анкетуванні, то вони, з одного боку, вже встигли зіткнутися із проблемою дітей та батьків, співчують сім'ям, з іншої сторони, у них не вистачає теоретичних знань та досвіду для формулювання своєї позиції.

Таким чином, розгляд законодавчої бази як такої і практика її застосування є суперечливими щодо визначення місця в освіті дитини-інваліда. Всі респонденти переважно покладаються на державу та фахівців у цьому питанні й нині намагаються про це говорити.

Важливим соціальним чинником, який почав діяти в Україні на користь захисту прав розумово відсталих дітей та сімей, стало створення громадських організацій. Початок 90-х років минулого століття ознаменувався громадським рухом, що, взявши за взірць канадську, американську та західно-європейську моделі функціонування суспільства, сприяв створенню благодійних

організацій, товариств і професійних об'єднань. У громадські організації об'єдналися інваліди і підприємці, люди різних професій тощо з метою захисту своїх прав через представлення інтересів в органах влади. Зокрема, 70 громадських організацій обласних центрів об'єдналися у Всеукраїнську «Коаліцію захисту прав інвалідів та осіб із інтелектуальною недостатністю», яка має місію захисту прав та законних соціальних, економічних, творчих, вікових, національних, культурних, спортивних та інших інтересів осіб з інтелектуальною недостатністю та їхніх представників (родичів, опікунів, законних представників та експертів) і членів самої «Коаліції». Основним її досягненням за 2010 рік стало затвердження Міністерством праці та соціальної політики України типових положень про установи двох типів для дітей-інвалідів та інвалідів із розумовою відсталістю: установи тимчасового і постійного перебування та реабілітаційну установу змішаного типу. Таким чином, за наполегливої роботи низки громадських організацій інваліди з розумовою відсталістю отримали майже повний комплекс державних гарантій для підтриманого проживання у громаді: державною типовою програмою реабілітації (затверджено постановою Кабміну №1686 від 08.12.2006 р.) передбачено комплексну реабілітацію, для її надання можуть створюватися реабілітаційні установи змішаного типу, підтримане проживання у громаді також узаконено. Нормативно не врегульована лише підтримка інваліда з розумовою відсталістю на його робочому місці. Однак, в останні роки вже діюча система послуг недержавних організацій для розумово відсталих інвалідів, у створення яких вкладено значні кошти численних зарубіжних донорів, волонтерська праця матерів, зусилля місцевих громад почала стрімко руйнуватися через відсутність механізму фінансування послуг недержавних суб'єктів, дискримінаційні умови оренди приміщень комунальної власності, недостойні умови роботи фахівців тощо [136, с. 56-58].

Підсумовуючи вищезазначене, можна зробити висновки про те, що інтелектуальна недостатність дитини починає усвідомлюватися громадянами як проблема, яку доцільно вирішувати комплексом соціально-педагогічно-психологічних засобів. Однак, поки що в українському суспільстві сім'я, яка виховує дитину з інтелектуальною недостатністю, залишається поза увагою системи соціально-психологічної підтримки. Зокрема: існуючі закони погано виконуються; відсутнє державне юридичне інформування потенційного клієнта; в умовах ринкової економіки батьки особливо мати, заради життя і благополуччя дитини мають жертвувати своїм професійним зростанням, а сім'я — фінансовим станом, соціальним статусом; відділи соціальних служб віддалені від користувачів, надають тимчасові послуги, у них існують певні фінансові труднощі, що негативно позначається на роботі з клієнтами; міські відділи соціального забезпечення не мають відлагодженої системи соціального захисту населення і є надто бюрократизованими; практично відсутня система надання психологічної допомоги родинам, які виховують дитину-інваліда.

7.2.2. Стан психологічної допомоги матерям, які виховують дитину з інтелектуальною вадою

На сьогодні психологічна допомога батькам, зокрема, матері, яка виховує розумово відсталу дитину, є предметом уваги лише поодиноких науковців, психологів і психотерапевтів. Так, тренінгова та психодіагностична робота з матерями розумово відсталих дітей на базі громадської організації досліджена та викладена у роботах М. І. Радченко [226; 227]. Про сприяння самореалізації особистості в соціальній роботі йдеться у роботах З. А. Русланович-Варфоломєєвої [244] та Д. Г. Лавриненко [142]. Т. Д. Ілляшенко, вивчаючи різні категорії дітей із заग्रимкою розвитку та інтелектуальною недостатністю, надає рекомендації психологам-практикам стосовно напрямку і режиму консультування батьків, пропонує відповідні тестові методики [63]. Н. Д. Володарська вивчає психокорекційні особливості роботи з дисфункційними сім'ями, в яких є дитина з вадами здоров'я [72]. Т. В. Скрипник описує психотерапевтичну та консультативну роботу з батьками аутичних дітей [252] тощо.

Наше дослідження особливостей психологічної допомоги матерям, які виховують розумово відсталих дітей, спирається, перш за все, на розуміння (за Л. С. Виготським) того, що людина живе у суспільстві у певний історичний час, який формує її особистість та надає чи, навпаки, обмежує можливості для активності і творчих проявів. Отже, людина (у нашому випадку мати розумово відсталої дитини) може скористатися суспільним надбанням для вирішення певних життєвих труднощів, якщо для цього створені умови, з одного боку, та докласти власні зусилля для достойного життя, і свого власного, і своєї дитини, з іншого.

Теоретична складова психологічної допомоги матері, яка виховує розумово відсталу дитину (далі як синоніми: мати, жінка, клієнт, людина), потребує детального вивчення її життєвої ситуації.

Протягом декількох років нами періодично збиралася інформація про сім'ї, які виховують розумово відсталих дітей. Зупинимося на узагальнених характеристиках таких сімей.

Кожна сім'я має свою історію, матеріальні можливості, структурну організацію, особливості міжособистісних стосунків, свої норми і правила, дозволи і заборони та ін. Проте, їх об'єднує рано наданий дитині статус інвалідності й переживання з цього приводу. Потреба дитини у постійному догляді вимагає від вихователів, зазвичай, жінки, узгодження професійних інтересів і батьківських ролей. Крім того, матері потрібно бути готовою до зміни професії; можливо, відмовитися від обраного шляху на користь посилення виховної функції.

Перше, з чим стикається сім'я при офіційному встановленні діагнозу дитині, є поповнення категорії залежних від державної опіки. А саме: від прийнятих і реально діючих законів, від позитивного і доброзичливого ставлення людей до хворої дитини та її сім'ї, від розуміння і душевної щедрості та благодійності громадян тощо. Звільнення з роботи або перехід на іншу, часто

мало оплачувану, роботу одного з батьків різко погіршує матеріальне становище сім'ї. Крім того, така сім'я потребує допомоги старшого покоління (батьків подружжя, інших родичів). Проблеми виникають також у лікуванні дитини з інтелектуальною вадою під час соціально-реабілітаційної роботи, у подальшому влаштуванні в житті.

По-друге, характерною рисою досліджуваних сімей є часта відсутність у її структурі рідного батька. Дві третини подружніх пар розпадається одразу при народженні розумово відсталої дитини або протягом трьох-семи років. Отже, значана частина сімей складається з матері і дитини (дітей) або мають вітчима та його рідню [16; 17]. Мати занадто прив'язується до дитини, живе тільки її потребами та інтересами, часто конфліктує з чоловіком (а також рідними, близькими, сусідами), захищаючи дитину та відстоюючи її права. Така її позиція у сім'ї відштовхує чоловіка, здорових дітей, друзів та сусідів.

Наступною особливістю таких сімей є усвідомлення того, що «інвалідність дитини — це назавжди», тобто батьки доглядатимуть дитину з інтелектуальною вадою все життя. Дитина буде рости і розвиватися, але середній і важкий ступінь її діагнозу не дозволить їй самостійно існувати. Це бентежить і депресує багатьох батьків, спонукає їх до таких реакцій, як відмова від правди, існування в уявному світі мрій про талант і можливий непередбачений фахівцями розвиток дитини, злість на долю, заздрість сім'ям із здоровими дітьми тощо.

Ми досліджували також психологічні особливості матерів, які виховують дитину з інтелектуальною недостатністю. Зупинимося на деяких з них. Серед матерів є такі, хто намагається лікувати дитину і досягають у цьому певного успіху. Дехто покладає надію на спонтанний розвиток і природний ріст (мовляв, як говорять старі люди, «переросте»). Одна сім'я тимчасово віддає дитину до інтернату або до бабусі у село, в іншій — мати звільняється з роботи, щоб доглядати інваліда. Одна жінка справляється з психологічним навантаженням, у іншій псується характер. Сильний тип характеру формує простір навколо, в той час як слабка жінка почувається беззахисною.

Наші дослідження дають підстави стверджувати, що протягом перших років догляду за розумово відсталою дитиною у матерів домінують почуття жертвності та надмірної відповідальності, бажання вилікувати дитину. Кількісну характеристику намірів, які спостерігаються у матерів у зв'язку із встановленим діагнозом інтелектуальної недостатності у дитини, подано у таблиці 7.5.

Характеристика намірів матерів, які дізналися про діагноз дитини

%	Наміри матерів
76%	присвятити себе догляду за дитиною та її вихованню
25%	лікувати дитину до одужання
12%	намагання зайнятись чимось іншим, відволіктися
15%	пошук фахової допомоги

Постійна нервово-психічна напруга і відсутність розради приводять до гальмування орієнтацій у соціумі; до викривленого сприйняття дійсності, зокрема у перебільшенні гостроти проблеми дітей. Часто така жінка стає нездатною побачити у хворій дитині живу душу, нехтує власним і дитини самопочуттям, видається «глухою» до болі та біди іншої людини. З моменту повідомлення про розумову відсталість малюка, жінка перебуває у полоні шоку з подальшим виходом у депресію, фрустрацію. Це само по собі суттєво знижує її активність, деформує особистість, спотворює сприйняття світу через акцентування на проблемах інвалідації. Переживаючи «ненормальність» дитини, не справляючись з її вихованням і навчанням, жінка відчайдушно шукає допомоги у районній адміністрації та депутатів, в міністерствах освіти та соціального захисту, серед співчутливих сусідів і рідних. Характерні заяви такого плану: «ніхто нам не допомагає», «держава повинна дбати про таких дітей та такі сім'ї», «треба платити більше за роботу, тоді працюючий батько може забезпечити нашу сім'ю», «такій дитині треба призначати більшу соціальну допомогу», «таким дітям нікуди подітися», для «церебральних» (хвороба — дитячий церебральний параліч) є школи, їх приймають у вузи і на роботу, а наші мусять сидіти вдома».

Отже, загальними особливостями матері, яка виховує розумово відсталу дитину, є наступні: шокваність від несподівано проголошеного діагнозу; поступова втрата віри увилікування дитини, у допомогу від держави, формування комплексу обділеної долею; переживання від втрати роботи або звільнення за власним бажанням через ізольованість, обмеження звичних стосунків та занять, через потерпання від фінансових проблем; вбудування в структуру сім'ї інвалідності дитини і розгляд її як суттєвого фактора сімейного та особистого життя; викривлення світосприйняття.

У психологічному портреті такої жінки прослідковуються *почуття провини та жертовності, надмірної відповідальності*.

Почуття провини. Майже кожна жінка тривалий час (часто — протягом усього життя) звинувачує себе у виникненні такої ситуації. Під час бесід характерні нарікання на раптовість, незрозумілість появи хворої дитини: «чомусь трапилось, що я народила таку дитину»; незнання та невміння догляду за нею: «не знала, як лікувати», «не вміла правильно виховувати», «вчасно не почала займатися дитиною». Матері треба розібратися у ситуації, якимось пояснити її для себе. У нагоді стають дійсні і вигадані історії та паралелі,

більш-менш значущі і зовсім далекі випадки з власного та чужого життя, суттєві і зовсім дотичні збіги обставин тощо. Жінка вибудовує зв'язки, де примхливо співіснують явні і доволі історично достовірні та фантазійні явища і події. Вона вважає, що розумовій відсталості дитини, встановленому діагнозу можна було зарадити, наприклад «правильним» лікуванням (більш ретельним підбором ліків, застосуванням дорогих та найдорожчих ліків, або ж тим, щоб потрапити до масової школи — «якось же вчать інші»). Далі наводиться приклад сусіда або родича, який просто перебуває у школі, а оцінки «купаються» або на навчальну успішність батьки не звертають жодної уваги.

Міркування з приводу подальшого особистого життя приводять жінку до висновку про відсутність у неї майбутнього. Планування життя передбачає у нашій культурі професійний, сімейний, особистісний та інші аспекти. Народження розумово відсталої дитини неначе накладає вето на усі вектори «нормального» життя. Допоки мати не навчиться приймати ситуацію, жити з нею, дбати про себе за фактичних умов, її уявлення не зміниться. Почуття провини викривлює світобачення матері, надто звужує його до піклування про хвору, часто єдину, дитину.

Почуття жертовності. Поведінка жінки, яка присвятила себе догляду, вигодуванню, вихованню, абілітації дитини, може бути означена як принесення себе в жертву. Анкетні відповіді типу лікувати дитину до одужання, навчати до перемоги, влаштувати долю дитини, зробити все, щоб дитина ні в чому не мала потреби, не бідувала тощо вимальовують бійця, активну сильну людину, що бореться із хворобою, з недугою дитини, з її різноманітними відставаннями від норм розвитку та усіляким «не» (невмінням читати та писати, небажанням сидіти за партою, емоційною нестриманістю, неможливістю сказати вчасно і правильно або звернутися по допомогу, чи уникнути конфлікту у дитячих стосунках та ін.).

Гіперопіка (надмірна відповідальність). Довготривале, а при розумовій відсталості ціложиттєве, піклування про дитину, формує у жінок комплекс надмірної відповідальності. Часто залишаючись наодинці з горем, будучи змушеною тільки самостійно дбати про достаток у сім'ї, намагаючись виховувати дитину за віковими нормами та ін., жінка перебирає на себе відповідальність геть заусе. Налаштованість на швидке досягнення результату, зокрема на виборювання місця у соціумі, оформлюється претензіями типу: «Чому ви не приймаєте мене, адже я бідна, нещасна, у мене немічна дитина. Ваш обов'язок мені приділити увагу і допомоги».

Щодо дитини, то матері прагнуть влаштувати їхнє життя таким чином, аби вони не були обділені, мали для розвитку все те, що є у здорових («нормальних») ровесників. Щодо ставлення матерів до навчання їхніх дітей слід зазначити сильне бажання інтегрувати їх у соціум через масову та спеціалізовану школу, абілітаційні центри та допомогу різнопрофільних спеціалістів.

Розглянемо ставлення матерів дітей із розумовими вадами до світу, до родини, до дитини, до самої себе.

Ставлення до світу матерів таких дітей депривоване діагнозом дитини, яке майже для всіх з них є несподіваним і неочевидним, незрозуміло як бути. Подальше спілкування з соціальними інституціями (встановлення діагнозу дитині, надання їй інвалідності, оформлення пенсії та соціальної допомоги тощо) посилює безпомічність цих жінок. Майже всі жінки обурені процедурою огляду маленької дитини психіатром, спеціалістами з надання інвалідного статусу, самим діагнозом та спілкуванням з працівниками соціального забезпечення. Мабуть, об'єктивно спеціалісти працюють за професійною схемою, однак матері не готові до того, щоб їхніх дітей розглядали за формальними ознаками показників для діагнозу. Жінки очікують не тільки достовірну інформацію про діагноз та перспективи розвитку дитини, а й співчуття, підказки у вирішенні питань організації життя сім'ї. Натомість, заформалізованість спілкування із медичним та соціальним контингентом спонукає їх до вироблення захисних форм поведінки: одні з них стають агресивні і жорсткі, інші почувають себе жертвами обставин і замикаються у своїй біді, треті — наполегливо шукають допомоги.

Особистість жінки при цьому страждає від нереалізованості, стигми, часткової або ж повної втрати професії. Відбувається її соціальна ізоляція, втрата впевненості у завтрашньому дні, уникання друзів, особливо сімейних із здоровими дітьми.

Моральний обов'язок жінки-матері доглядати й виховувати розумово відсталу дитину спонукає залишатися з нею на мінімальній пенсії, поступаючись кар'єрою і здоров'ям, часто втрачаючи друзів та нехтуючи власними інтересами. Це деформує особистість, робить її жертвою інвалідності дитини. Батько дитини, залишаючи сім'ю напризволяще, зазвичай уникає подальших контактів з дитиною, а також і дружиною. Через це жінка ще більше почувається зраженою, покинутою, часто уникає подальших контактів з іншими чоловіками.

Ставлення до родини — власних батьків, сім'ї свого дитинства, свого (і подружжя) роду за умов народження хворої дитини майже не змінюється. Родичі в більшості випадків є тим оточенням, яке надає першу безпосередню психологічну та матеріальну підтримку і чия роль з часом зростає. В культурі нашого народу існує традиція допомоги старшого покоління (зазвичай, бабусі) у догляді за дітьми. Сім'ї із здоровими дітьми користуються періодичною або тимчасовою допомогою, згодом передбачається зворотній процес: діти або ж онуки доглядатимуть стареньких. У випадку із розумово відсталою дитиною цей процес є незворотнім і для людини з інтелектуальною недостатністю триватиме усе життя.

Ставлення до дитини, з однієї сторони, обумовлюється світоглядною позицією матері та її духовними ресурсами, з іншого боку, воно залежить від «дитячого» фактору (реальний психофізичний статус дитини; її емоційний відгук та ніжність, слухняність, успішність в оволодінні культурними навичками; зовнішня привабливість).

Ставлення до себе проявляється як у зовнішньому вигляді, у висловлюваннях про себе та свою родину і дитину, так і під час рефлексії. Часто матері, які є домогосподарками, виглядають неохайно, перевантажені хатніми справами, надмірним доглядом за дитиною. Вони розуміють, що стали жертвами ситуації і «з цим треба щось робити», але самостійно на зміни наважуються не часто. Однак, коли жінка відчуває увагу і допомогу свого чоловіка або коли стає членом громадської організації, тобто «є для кого робити макіяж», вона змінюється зовні на краще.

Розглянемо тепер ставлення матерів до роботи з психологом. На початку спілкування з фахівцем матері зазвичай цікавляться станом розвитку їхньої дитини, розпитують про методики роботи з нею та переймаються пошуком спеціалістів, тобто їх запит, перш за все, стосується дитини, її розвитку і навчання. Крім того, матері нарікають на брак часу для самостійних занять з дитиною та матеріальні проблеми у сім'ї. Частина матерів піднімають питання взаємостосунків з чоловіком. Що ж стосується власних психологічних проблем, то у запитах жінок вони фактично не звучать. Представимо наочно цей матеріал у діаграмі на рисунку 7.2.

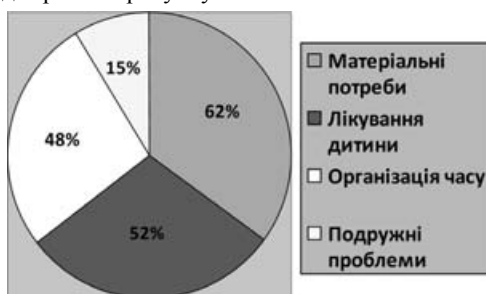


Рис. 7.2. Заявлені проблеми матерів на початку роботи з психологом

Разом з тим спілкування із жінками показує, що, перебуваючи у надскладній життєвій та психологічній ситуації, вони конче потребують психологічної підтримки.

Серед цілей індивідуальної психологічної допомоги таким клієнткам однією з найважливіших є сприяння тому, щоб мати, яка виховує розумово відсталу дитину, могла жити продуктивніше, отримувала задоволення від життя, незважаючи на певні соціальні обмеження та труднощі у професійній зайнятості. Психолог може допомогти жінці прийняти рішення щодо власних змін, тренувати здібність до самоконтролю, підвищувати педагогічну та психологічну компетентність.

Під час роботи з клієнткою має відбуватися її рух від висловленого у загальних рисах запиту на допомогу дитині — до здатності сформулювати запит щодо власних, особистісних, проблем та їх розв'язання.

Спостереження показало, що після консультативних бесід, тренінгів, участі в науково-просвітницьких заходах у жінок виникає питання щодо того, як

покращити своє самопочуття. Рисунок 7.3 демонструє зміну у запитах матерів після такої роботи.

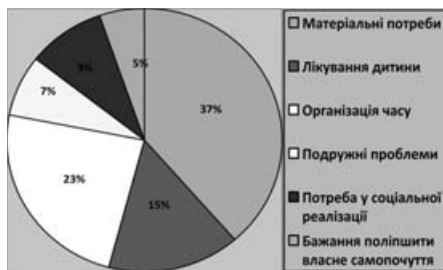


Рис. 7.3. Заявлені проблеми матерів після роботи з психологом.

Як бачимо з порівняння двох діаграм, увага жінок до матеріальних потреб на чверть зменшується, водночас виникає потреба у професійній самоідентифікації та соціальній активності. Крім того, клієнтки намагаються владнати взаємини з чоловіком, у результаті чого срийняття їх як проблемних зменшується з 15% до 7%. З'являється також інтерес до власних психологічних проблем і бажання покращити своє самопочуття.

Проведена нами робота з матерями розумово відсталих дітей у заключних бесідах засвідчила ряд позитивних моментів, зокрема, зменшення почуття провини і ріст свідомого (адекватного, критичного) ставлення до усіх сфер особистого життя. Це, зокрема надихає матір на виховання дитини за її можливостями. Така мати-вихователька більш вдумливо організовує спілкування з дитиною, зокрема спокійно й уважно її вислуховує, дозволяє проявляти активність і спонукає до самостійності. Жінка краще сприймає доступні для її дитини способи емоційного реагування, висловлювань та дій. Вона починає толерантно ставитись і до результатів роботи дитини, її вчинків та поведінки. Окрім того, жінка уважніше і більш широко ставиться до інших (своїх та чужих) дітей: в них вона помічає тонкі зміни поведінки, реагує на тональність голосу, дослухається до змісту висловлювань тощо.

Спілкування з психологом спонукає жінок уважніше поставитися до своїх власних переживань та емоцій, зокрема, пропрацювати певні негативні прояви. Позитивним є усвідомлення нею потреб, урахування власних інтересів, відкриття професійних можливостей і прагнення до кар'єрного просування. Важливим видається наголошення самої жінки на необхідності сформувати позитивне ставлення до себе і до свого оточення, зокрема, сім'ї. Формулювання цінності дитини, цінності життя взагалі, увага до власної особи дозволяють по-новому подивитися і на сімейні події, ставати автором у вирішенні будь-якої проблеми сім'ї та успішно справлятися з життєвими труднощами.

У ході консультативної роботи з психологом матері починають усвідомлювати, що діагноз «розумова відсталість» дитини не є фатальним вироком. За будь-яких обставин треба жити достойно, шукати допомоги, зберігати повноцінну сім'ю, прагнути до самовираження та соціальної затребуваності.

Список використаної літератури

1. Абульханова-Славская К. А., Брушлинский А. В. Философско-психологическая концепция С. Л. Рубинштейна/К. А. Абульханова-Славская, А. В. Брушлинский. — М.: Наука, 1989. — 247 с.
2. Аверинцев С. Ad Fontes!: Человек. История. Весть/С. Аверинцев. — К.: Дух і літера, 2006. — С. 436-439.
3. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии/А. Адлер. — М., Изд-во, 1995. — 296 с.
4. Александер Ф. Психосоматическая медицина. Принципы и практическое применение/Ф. Александер; [Пер. с англ. С. Могилевского] — М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2002. — 352 с.
5. Алешина Ю. Е. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование/Ю. Е. Алешина. — М.: Социальное здоровье России, 1993. — 173 с.
6. Андрос С. І. Метафізична та постметафізична доба європейської гуманістики: зміна методологічних засад і світоглядних орієнтацій/С. І. Андрос//Колізії антропологічного розмислу/[В. Г. Табачковський, Г. І. Шалашенко, А. М. Дондюк, Н. В. Хамітов, Г. П. Ковадло, С. І. Андрос]. — К.: Видавць ПАРАПАН, 2002. — С. 123-152.
7. Артемьева Т. И. Взаимосвязь потенциального и актуального в развитии личности/Т. И. Артемьева//Психология формирования и развития личности. — М.: Наука, 1981. — С. 6-87.
8. Архетипи української ментальності/[авт. тексту С. Кримський] — Київ: Наукова думка, 2006. — 125 с. — (Проблеми теорії ментальності).
9. Архиепископ Нафанаил Львов. Жития святых. Проблемы веры. Воспоминания / Архиепископ Нафанаил Львов. — СПб.: «Кифа», 2007. — 320 с.
10. Ахмедов Т. И., Балабуха О. С. Онкологічні захворювання з позиції загальної теорії систем та психосоматичного підходу / Т. И. Ахмедов, О. С. Балабуха // Медична психологія. — 2006. — Том 1. — № 4. — С. 16-19.
11. Бажин Е. Ф., Гнездилов А. В., Цейтина Г. П. О медико-психологической работе в онкологических учреждениях: Метод. рекомендации / Е. Ф. Бажин, А. В. Гнездилов, Г. П. Цейтина / [Под. ред. Е. Ф. Бажина] — Л. 1987. — 27 с.
12. Балинт М. Базисний дефект: Терапевтические аспекты регрессии / [Пер. с англ.] / Микаэл Балинт — М.: «Когито-Центр», 2002. — 256 с. (Современная психотерапия).
13. Балл Г. О., Медінцев В. О. «Особистість» як категорія і як поняття / Г. О. Балл, В. О. Медінцев // Проблеми загальної та педагогічної психології: Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України / [За ред. С. Д. Максименка]. — Т. XII, ч. 5. — К. Гнозис, 2010. — С. 27—35.
14. Балл Г. А. Психология в радиогуманистической перспективе: Избранные работы / Г. А. Балл. — К.: Изд-во Основа, 2006. — 408 с.
15. Балл Г. О. Интегративно-особистісний підхід у психології: впорядкування головних питань / Г. О. Балл // Психологія і суспільство. — 2009. — № 4. — С. 25-51.
16. Балл Г. О. Сучасний гуманізм і освіта: Соціально-філософські та психолого-педагогічні аспекти / Г. О. Балл. — Рівне: «Ліста-М». — 2003. — 128 с.
17. Бастун Н. А., Журавель К. С., Куценко Т. О. Реабілітація дітей і молоді з помірною, важкою та глибокою інтелектуальною недостатністю: сьогодишні реалії і перспективи / Н. А. Бастун, К. С. Журавель, Т. О. Куценко // Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами: 36. наукових праць. — К.: Університет «Україна», 2004. — С. 474 - 481.
18. Бастун Н. А. Діти й молодь із розумовою недостатністю в Україні та в світі / Н. А. Бастун // Соціальна політика і соціальна робота. — 1994. — N 2-3. — С. 88-94.
19. Бастун Н. А. Гуманізація педагогіки і розумова відсталість — нові обшири на тлі цивілізованого поступу / Н. А. Бастун // Культурологічні та психолого-педагогічні

- аспекти гуманізації освіти: Науково-методичний збірник / [за ред. Г. О. Балла]. — Вип. 2. — Київ-Рівне: «Ліста-М». — 2003, С. 26-38.
20. Бахтин М. М. К философии поступка / М. М. Бахтин. — М.: Русские словари. Языки славянской культуры, 2003. — С. 7-68.
 21. Бахтин М. М. Эстетика словесного творчества / М. М. Бахтин. — М., Изд-во, 1986.
 22. Бергсон А. Собрание сочинений: в 4 т.; / Анри Бергсон — М.: «Московский клуб», 1992. — 336 с.
 23. Бердяев Н. А. Признания верующего вольнодумца / Н. А. Бердяев. — М.: Изд-во Сретенского монастыря, 2007. — 256 с.
 24. Бердяев Н. О рабстве и свободе человека [Электронный ресурс] / Н. Бердяев. — режим доступа к книге: <http://www.vehi.net/berdyayev/rabstvo/index.html> — название с экрана.
 25. Берн Э. Групповая психотерапия / Э. Берн. — М.: Академический Проект, 2000. — 464 с. — (Концепции: теории, традиции, инновации)
 26. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Психология человеческих взаимоотношений; Люди, которые играют в игры. Психология человеческой судьбы / Э. Берн. — СПб.: Лениздат, 1992. — 400 с.
 27. Берн Э. Трансактный анализ в психотерапии: Системная индивидуальная и социальная психиатрия; [Пер. с англ.] / Э. Берн — М.: Академический Проект, 2001. — 320 с. — («Концепции»)
 28. Бинсвангер Л. Бытие-в-мире. Избранные статьи. Критическое введение в экзистенциальный психоанализ. / [авт.-сост. Ниддмен Я.] — М.: «Рефл-бук»; К.: «Ваклер», 1999. — 336 с. — Серия «Актуальная психология».
 29. Блатнер А. Постмодернизм и задачи психотерапии / А.Блатнер // Московский психотерапевтический журнал. — 2004. — № 2. — С. 128-133.
 30. Блом Г. Психоаналитические теории личности. / [Пер. с англ. — А. Б. Хавина] / Г. Блом. — Москва: КСП, 1996. — 247 с.
 31. Божович Л. И. Избранные психологические труды / Л. И. Божович. — М.: Международная психологическая академия, 1995. — 209 с.
 32. Бойко Л. М. Психология этнических групп [Электронный ресурс] / Л. М. Бойко. — Режим доступа: <http://studentam.net.ua/content/view/3190/86/>. — Назва з екрану.
 33. Большой психологический словарь / [авт.-сост. В. П. Зинченко]. — СПб.: Прайм-Еврознак, 2006. — С. 251-252.
 34. Бондаренко А. Ф. Понятийный тезаурус этического персонализма как русской традиции в психотерапии / А.Ф.Бондаренко // Журнал практикующего психолога. — 2005. — № 1. — С. 39-48.
 35. Бондаренко А.Ф., Кондратюк Н.С. Русская традиция в психотерапии: в поисках истоков / А.Ф. Бондаренко, Н.С. Кондратюк // Психотерапия — 2008. — № 6. — С. 7-16.
 36. Бондаренко О.Ф. Психологічна допомога особистості / О.Ф.Бондаренко. - Харків: Фоліо, 1996. - 237 с.
 37. Боришевський М.Й. Духовність в особистісних вимірах / М. Й. Боришевський / Проблеми загальної та педагогічної психології : Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С.Костюка АПН України / [За ред. С.Д. Максименка]. — Том X, Ч.4. — К., 2008. — 682 с. — С. 61-69.
 38. Боулби Дж. Создание и разрушение эмоциональных связей / Дж.Боулби. — М.: Академический проект, 2006. — 232 с. — («Психологические технологии»)
 39. Боуэн М. Психотерапия - прошлое, настоящее, будущее /Н.Боуэн //Эволюция психотерапии. Том.1: «Семейный портрет в интерьере»: Семейная терапия. — М.: Класс, 1998.
 40. Братко-Кутинський О. Феномен України / О. Братко-Кутинський. — К.: Вечірній Київ, 1996. — 304 с.
 41. Братусь Б.С. К изучению смысловой сферы личности / Б. С. Братусь // Вестник Московского ун-та. — Сер. 14. Психология. — № 2. — С. 46–56.

42. Братченко С. Л. Экзистенциально-гуманистический подход Джеймса Бюджентала: человек в поисках самого себя / С. Л. Братченко // Психологические проблемы самореализации личности. — Вып.2. — СПб., 1998. — С. 56–66.
43. Бреме К. Полное руководство по детской психотерапии. / [Пер. с англ. Ю. Брынцева] / К. Бреме. — М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2002. — 640 с. (Серия «Кафедра психологии»)
44. Будинайте Г. Л. Классическая системная семейная терапия и постклассические направления: революция, эволюция или...?[Электронный ресурс] / Г. Л. Будинайте. — режим доступа: <http://www.myword.ru> — название с экрана.
45. Бурлачук Л. Ф., Кочарян А. С., Жидко М. Е. Психотерапия: учебник для вузов, 2-е издание / Л. Ф. Бурлачук, А. С. Кочарян, М. Е. Жидко — СПб.: «Питер», 2007. — 480 с.
46. Бухман Р., Шлегель М., Феттер Й. Самостоятельность психотерапии в науке и практике / Р.Бухман, М.Шлегель, Й.Феттер /Психотерапия — новая наука о человеке. — Екатеринбург: «Деловая книга», М: «Академический проект», 1999. — С. 90-141.
47. Бюдженталь Дж. Искусство психотерапевта / Джеймс Бюдженталь. — М.: Издательство «Корвет», 2008. — 320 с.
48. Вагнер Э. Психотерапия как наука, отличная от медицины /Э.Вагнер/ Психотерапия — новая наука о человеке. — Екатеринбург: «Деловая книга», М.: «Академический проект», 1999. — С. 249–280.
49. Вайзер Г. А. Смысл жизни и «двойной кризис» в жизни человека / Г. А. Вайзер // Психологический журнал. — 1998. — № 5. — С. 3–14.
50. Варга А. Я. Развитие Системной Семейной психотерапии в России [Электронный ресурс] / А. Я. Варга — режим доступа: <http://www.myword.ru> — название с экрана.
51. Василюк Ф.Е. Психотехника выбора / Ф.Е.Василюк // Психология с человеческим лицом: гуманистическая перспектива в постсоветской психологии. — М.: 1997. — С. 284–314.
52. Василюк Ф. Е. Методологический анализ в психологии / Ф. Е. Василюк. — М.: МГППУ; Смысл, 2003, — 240 с.
53. Василюк Ф. Е. Психология переживания. Анализ преодоления критических ситуаций / Ф. Е. Василюк. — М.: Издательство Московского университета, 1984 — 200 с.
54. Васильева А. О. Особенности психотерапевтического подхода в комплексном лечении пациентов онкологического профиля / А. О. Васильева // Журнал психіатрії та медичної психології. — 2006. — № 1 (16). — С. 126–131.
55. Васильева О. С., Демченко Е. А. Изучение основных характеристик жизненной стратегии человека / О. С. Васильева, Е. А. Демченко // Вопросы психологии. — 2002. — № 4. — С. 74–85.
56. Вассерман Л. И., Иовлев Б. В., Карпова Э. Б., Вукс А. Я. Методика для психологической диагностики типов отношения к болезни: метод. Рекомендации / Л. И. Вассерман и др./ [под ред. проф. Личко А. Е.] . — Л.: изд. Фабрика Детская книга № 2 Росглавполиграфпрома, 1987. — 27 с.
57. Великий тлумачний словник сучасної української мови / [Уклад. і голов. ред. В. Т. Бусел]. — К.; Ірпінь: ВТ «Перун», 2001. — 1440 с.
58. Великолуг А. Н., Овчарова Р. В., Великолуг Т. И., Стрелков В. И. Психологический статус онкологических больных как фактор патогенеза / А. Н. Великолуг, Р. В. Овчарова, Т. И. Великолуг, В. И. Стрелков // Паллиативная медицина и реабилитация. — 1998. — № 2-3. — С. 166.
59. Великолуг А. Н., Овчарова Р. В., Дрегалю А. А. и др. Психологические особенности личности больных со злокачественными опухолями различной локализации / А. Н. Великолуг, Р. В. Овчарова, А. А. Дрегалю // Паллиативная медицина и реабилитация. — 1997. — № 2. — С. 39–40.
60. Великолуг А. Н., Овчарова Р. В., Великолуг Т. И. и др. Основные направления социально-психологической реабилитации некоторых групп онкологических больных /

- А. Н. Великолуг, Р. В. Овчарова, Т. И. Великолуг // Паллиативная медицина и реабилитация. — 998. — № 2–3. — С. 165–166.
61. Венар Ч. Психопатология развития детского и подросткового возраста / Чарльз Венар, Патрисия Кериг. — СПб.: Прайм — Еврознак, 2007. — 670 с. — (Психология - лучшее).
 62. Венгер А. Л. Психотерапия: западная теория и российская практика / А. Л. Венгер // Московский психотерапевтический журнал. — 2004. — № 1. — С. 5–17.
 63. Ви не самотні (на допомогу батькам дітей з особливими потребами) / Авт. кол. / [за ред. Т.Д. Ілляшенко]. — К.: Ніка-Центр, 2002.
 64. Винникотт Д. В. Маленькі діти і їх матері; [пер. с англ. Н.М. Падалко]. / Дональд Винникотт — М.: Независимая фирма «Класс», 2007. — 80 с. — (Библиотека психологии и психотерапии)
 65. Винникотт Д.В. Игра и реальность / Дональд Винникотт. — М., Институт общегуманитарных Исследований, 2008. — 240 с. — (Серия «Современный психоанализ: теория и практика»)
 66. Винникотт Д.В. Разговор с родителями / Дональд Винникотт. — М.: Независимая фирма «Класс», 1994. — 112 с.
 67. Винов И. Е. От техне к гнозису или символдрама в горизонте философии. Предмет и позиция / И. Е. Винов // Символ и Драма. — 2000. — № 2. — С. 92–111.
 68. Винов И. Е., Юрченко Т. П. Супервизия в гуманитарной практике: теория и метод / И. Е. Винов, Т. П. Юрченко // Актуальні проблеми психології. Том 3.: Консультативна психологія та психотерапія. Зб. наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України / [За ред. Максименка С. Д., Кісарчук З. Г.] — Інститут психології ім. Г.С.Костюка НАПН України — К.: Ін-т психології ім. Г. С. Костюка, 2009. — Вип. 6. — С. 50–86.
 69. Влияние современной американской психологии на практическую психологию в России: [Сб. под ред. М.Котэ и А.Т.Лидерса] / Спец. Приложение к Журналу практического психолога. — 1998. — М., 1998. — С. 220.
 70. Вовчик-Блакитна О. О., Гурлева Т. С. Субкультура молоді мегаполісу Києва як віддзеркалення загальних проблем в сучасному культурному просторі буття / О. О. Вовчик-Блакитна, Т. С. Гурлева // Актуальні проблеми психології. Том 3.: Консультативна психологія та психотерапія. Зб. наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України / [За ред. Максименка С. Д., Кісарчук З. Г.] — Інститут психології ім. Г.С. Костюка НАПН України — К.: Ін-т психології ім. Г.С.Костюка. — К.: «Логос», 2008. — С. 44–46.
 71. Волидин Б. Ю. Качество жизни онкологических больных: подходы к проблеме / Б.Ю. Володин // Паллиативная медицина и реабилитация. — 2007. — № 2. — С. 50–53.
 72. Володарська Н. Д. Проблеми психокорекції дисфункції сім'ї, в якій є дитина з вадами здоров'я / Н. Д. Володарська / Соціальна служба в Україні: соціально-психологічні засади формування й ефективного функціонування: Матеріали науково-практичної конференції (12 травня 2005 року, м. Черкаси) / [Ред. кол.: В. В. Москаленко, Н. І. Кривоконь, Н. М. Дембицька]. — К.: Фенікс, 2005. — с. 477–484.
 73. Вольнов В. Феномен свободы [Электронный ресурс] / В. Вольнов. — СПб., 2002. — режим доступа: // <http://v-volnov.narod.ru>. — название с экрана.
 74. Воропай О. Звичаї нашого народу: етнографічний нарис: в 2 т. / О. Воропай. — К.: Оверіг, 1993. — с. 81.
 75. Выготский Л. С. Собр. соч.: В 6 т. / Л. С. Выготский. — М.: Педагогика, 1984. — Т.3. — С. 117
 76. Гадамер Х.-Г. Истина и метод: Основы философской герменевтики / Х.-Г. Гадамер. — М.: Прогресс, 1988. — 404 с.

77. Гассин Э. Православие и проблема прощения / Э.Гассин // Московский психотерапевтический журнал. — 2003. — № 3. — С. 166–186.
78. Гассин Э. А. Психология прощения / Э.Гассин // Вопросы психологии. — 1999. — № 4. — С. 94–104.
79. Герасименко В. Н., Артюшенко Ю. В., Тхостов А. Ш. Применение психологических методов в восстановительном лечении и реабилитации онкологических больных / В. Н. Герасименко, Ю.В. Артюшенко, А. Ш. Тхостов / Актуальные вопросы изучения механизмов гомеостаза: Тез. респ. научн. конференции. — Каунас, Райде, 1983. — С. 142-144.
80. Гинзбург М. Р. Психологическое содержание личностного самоопределения / М. Р. Гинзбург // Вопросы психологии. — 1994. — № 3. — С.43–52.
81. Гнатенко П. И. Национальная психология / П. И. Гнатенко. — Днепропетровск: ДНУ, 2000. — 213 с.
82. Гнатенко П. И., Бузский М. П. Национальная психология и бытие общества: Монография / П. И. Гнатенко, М. П. Бузский. — Днепропетровск: ДНУ, 2002. — 209 с.
83. Гнездилов А. В. Психология и психотерапия потерь: Пособие по паллиативной медицине для врачей, психологов и всех интересующихся проблемой / А. В. Гнездилов — СПб.: Издательство «Речь», 2002. — 162с.
84. Грановская Р. М. Психология веры / Р. М. Грановская. — СПб.: Речь, 2004. — 567 с.
85. Гребень Л. А.: Идеи времени и свободы в философии Анри Бергсона и их значение для современной психотерапии / Л. А. Гребень // Актуальні проблеми психології. Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України; Т.3.: Консультативна психологія і психотерапія / [За ред. Максименка С.Д., Кісарчук З.Г.] — К., 2002 — Випуск І. — С. 118–132
86. Гребень Л. А. Некоторые аспекты духовной антропологии Николая Кузанского в контексте современной психотерапии / Гребень Л. А. // Психологія у ХХІ столітті: перспективи розвитку: Матеріали VI Костюківських читань (28-29 січня 2003 р.). — К., 2003. — С. 92–97.
87. Гребінь Л. О. Ідея часу як концептуальна основа психотерапії /Л. О. Гребінь // Психологічна допомога сім'ї: у 3-х частинах. Частина 3: Вітчизняні традиції в теорії та практиці надання психологічної допомоги сім'ї — К.: Главник, 2006 — с. 78-114. (Серія «Психол. Інструментарій»).
88. Гримич М. Традиційний світогляд та етнопсихологічні константи українців (когнітивна антропологія) / М. Гримич. — К.: КНУ ім. Шевченка, 2000.
89. Грушевський М. С. Історія української літератури: В 6-ти т./М. С. Грушевський. — К., 1993. — Т.1. — 307 с.
90. Гулина М. А. Терапевтическая и консультативная психология/М. А. Гулина. — СПб., 2001.
91. Гуманістична психологія: Антологія в 3-х томах/[ред. Р. Трача, Г. Балла]. — К., 2001.
92. Гуменюк О. Структурно-функціональне взаємодоповнення складових Я-концепції людини/О. Гуменюк//Соціальна психологія. — 2005. — № 5 (13). — С. 66–75.
93. Гурлева Т.С. Творческий жизненный замысел ученика как результат смыслового взаимодействия с учителем/Т.С. Гурлева//Учитель в современном обществе: личностный потенциал и его реализация: Мат-лы Всероссийской научно-практ. конф. — Иркутск: Изд-во Вост. — Сиб. гос. академ. образов., 2010. — С. 313–318.
94. Гурлева Т.С. Якість життя як умова розвитку особистості: орієнтири психологічної допомоги/Т.С. Гурлева//Матеріали II Всеукраїнського психол. Конгресу, присвяченого 110 річниці від дня народження Г.С. Костюка (19-20 квітня 2010 р.). — Т. III. — К.: ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2010. — С. 366–368.
95. Гурлева Т.С. Високий зміст життя: від теорії до практики/Т.С. Гурлева//Актуальні проблеми психології. Том. 3.: Консультативна психологія і психотерапія: Зб. наук. праць Ін-ту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України/[За ред. Максименка С.Д.,

- Кисарчук З. Г.] — Институт психологии ім. Г. С. Костюка НАПН України; Видавець ПП Лисенко М. М., 2010. — Вип. 7. — С. 155–166.
96. Гусельцева М. С. Культурно-историческая психология: от классической — к постнеклассической картине мира/М. С. Гусельцева//Вопросы психологии. — 2003. — № 1, — С. 99–115.
 97. Гуссерль Э. Амстердамские доклады. Феноменологическая психология / Э. Гуссерль. — СПб.: Логос, 1992. — 203 с. — С. 62–81
 98. Гуссерль Э. Философия как строгая наука/Э. Гуссерль/Труды семинара по герменевтике — вып. 1. — Одесса: Принт Мастер, 1999. — С. 255–316.
 99. Дитяча та юнацька психотерапія: Теорія і практика/За заг. ред. Г. В. Католик [Коллективна монографія]. — Львів: Астролябія, 2009. — 216 с.
 100. Джонс Э. Жизнь и творения Зигмунда Фрейда / Э. Джонс. — М.: «Гуманитарий» АГИ, 1996. — 448 с.
 101. Дольто Ф. На стороне ребенка/[Пер. с фр. Е. В. Баевской, О. В. Давтян]/Франсуаза Дольто. — Екатеринбург: У-Фактория, 2003. — 672 с.
 102. Донченко Е. А. Социетальная психика/Е. А. Донченко. — К.: Наукова думка, 1994. — 208 с.
 103. Донченко О., Романенко Ю. Архетипи соціального життя і політика (Глибинні регулятиви психополітичного повсякдення): Монографія/О. Донченко, Ю. Романенко. — К.: Либідь, 2001. — 334 с.
 104. Дружинин В. Н. Экспериментальная психология/В. Н. Дружинин. — СПб.: Питер, 2000.
 105. Дружинин В. Н. Варианты жизни: Очерки экзистенциальной психологии/В. Н. Дружинин. — М.: «ПЕР СЭ», СПб.: «ИМАТОН-М», 2000. — 135 с.
 106. Епископ Феофан, свт. Что есть духовная жизнь и как на нее настроиться/Епископ Феофан, свт. — М., 1991. — 288 с.
 107. Ермусевич Е. И., Кисарчук З. Г. Практикующий психолог: нравственные ценности и профессиональная парадигма//Актуальні проблеми психології. Том. 3.: Консультативна психологія та психотерапія: Зб. наук. праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України/[За ред. Максименко С. Д., Кисарчук З. Г.] — К.: Ін-т психології ім. Г. С. Костюка, 2002. — Вип. 1. — С. 107–117.
 108. Ермусевич О. І. Психологічне консультування сім'ї: морально-ціннісна проблематика//Актуальні проблеми психології. Том. 3.: Консультативна психологія та психотерапія: Зб. наук. праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України/[За ред. Максименко С. Д., Кисарчук З. Г.] — К.: Ін-т психології ім. Г. С. Костюка, 2003. — Вип. 2. — С. 69–78.
 109. Ермусевич О. І., Бондар С. В. Християнське розуміння особистості як аспект вітчизняної філософсько-психологічної думки//Актуальні проблеми психології. Том 3.: Консультативна психологія і психотерапія: Зб. Наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України/[За ред. Максименко С. Д., Кисарчук З. Г.] — К., 2010. — С. 128–154.
 110. Журавлева Н. Ю. Социокультурные факторы становления психотерапевтической помощи человеку в ситуации осуществления личностного выбора/Актуальні проблеми психології. Том. 3.: Консультативна психологія та психотерапія: Зб. наук. праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України/[За ред. Максименко С. Д., Кисарчук З. Г.] — К.: Міланік. 2010. — Вип. 7. — С. 50–65
 111. Журавлева Н. Ю. Ермусевич Е. И. Проблематика жизненного выбора: психологическая помощь/Актуальні проблеми психології. Том. 3.: Консультативна психологія та психотерапія: Зб. наук. праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України/[За ред. Максименко С. Д., Кисарчук З. Г.] — К.: Міленіум. 2008. — Вип. 5. — С. 98–121
 112. Зеньковский В. В., протоиерей. Проблемы воспитания в свете христианской антропологии/В. В. Зеньковский. — Клин: «Христианский фонд», 2002. — 272 с.
 113. Зиглер Э. Ходапп Р. М. Понимание умственной отсталости/Э. Зиглер, Р. М. Ходапп. — К., 2001.

114. Зинченко В. П., Моргунов Е. Б. Человек развивающийся/В. П. Зинченко, Э. Б. Моргунов. — М.: Тривола, 1994.
115. Знаков В. В. Духовность человека в зеркале психологического знания и религиозной веры/В. В. Знаков//Психология личности в трудах отечественных психологов. — СПб.: Питер, 2000. — С. 236–426.
116. Ивашкина М. Г. Психологические особенности личности онкологических больных: автореф. на здобуття канд. психол. наук/М. Г. Ивашкина/ — М.: 1998 — 24 с.
117. Ильин И. Основы христианской культуры/И. Ильин. — Краматорск: ЗАО-51. — 352 с.
118. Кант И. Трактаты и письма. Памятники философской мысли/И. Кант. — М.: Наука, 1980. — 710 с.
119. Карпенко З. С. Аксиологічна психологія особистості/З. С. Карпенко. — Івано-Франківськ: Лілея-НВ, 2009. — 512 с.
120. Кернберг О. Тяжелые личностные расстройства: Стратегии психотерапии/О. Кернберг. М.: Независимая фирма «Класс», 2005. — 464 с.
121. Кісарчук З. Г. Історико-культурні передумови становлення психотерапії як наукової дисципліни.//Актуальні проблеми психології. — Т.3: Консультативна психологія і психотерапія: 36. наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України/[За ред. Максименка С. Д., Кісарчук З. Г.] — Ніжин: Міланік, 2008. — Вип.5. — 266 с. — С. 5–19.
122. Кісарчук З. Г. Соціокультурні чинники становлення сучасної парадигми психотерапевтичної допомоги: аналіз основних понять//Актуальні проблеми психології. Том 3.: Консультативна психологія та психотерапія. 36. наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України/[За ред. Максименка С. Д., Кісарчук З. Г.] — Інститут психології ім. Г. С. Костюка НАПН України: Видавець ПП Лисенко М. М., — 2010. — Вип.7. — С. 5–22.
123. Кісарчук З. Г., Лазос Г. П. Інтегративний підхід у сімейній психотерапії. Актуальні проблеми психології. Т. 3: Консультативна психологія і психотерапія: 36. наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України/[за ред. Максименка С. Д., Кісарчук З. Г.] — К.: Міленіум, 2005. — Вип. 3. — С. 21–36.
124. Клакхон К. Зеркало для человека. Введение в антропологию/К. Клакхон. — СПб. : Евразия, 1998. — 352 с.
125. Клещерова І. М. Батькам про реабілітацію, навчання та виховання дитини з органічним ураженням нервової системи: Поради психолога/І. М. Клещерова. — К., 2006.
126. Ключко В. Е. Закономерности движения психологического познания: проблема ценностей и смысла в призме трансспективного анализа//Ценностные основания психологической науки и психология ценностей/[Отв. ред. В. В. Знаков, Г. В. Залевский]. — М.: Изд-во ИП РАН, 2008. — С. 41–61.
127. Кляйн М. Детский психоанализ/[Пер. О. Бессоновой]/Мелани Кляйн — М.: Институт общегуманитарных исследований, 2010 — 160 с.
128. Кляйн М. Зависть и благодарность. Исследование бессознательных источников/М. Кляйн. — СПб.: Б. С. К., 1997. — 96 с.
129. Колізії антропологічного розмислу [Текст]/В. Г. Табачковський та ін. — К., 2002.
130. Колісник О. П. Психологія духовного саморозвитку особистості/О. П. Колісник. — Луцьк: Редакційно-видавничий відділ «Вежа» ВДУ ім. Лесі Українки, 2007. — 388 с.
131. Колпакова М. Ю. Аксиологические основания психологической практики/М. Ю. Колпакова//Вопросы психологии. — 2007. — № 5. — С. 100–109.
132. Кон И. С. В поисках себя/И. С. Кон. — М.: Политиздат, 1984. — 336 с.
133. Копьев А. Ф. Индивидуальное психологическое консультирование в контексте семейной психотерапии/А. Ф. Копьев//Вопросы психологии. — 1986. — № 4. — С. 121–130.
134. Котляков В. Ю. Методика исследования системы жизненных смыслов/В. Ю. Котляков/Сибирская психология сегодня: Сборник научных трудов. — Вып. 2. — Кемерово: Кузбассвузиздат, 2003. — 410 с. — С. 18–21

135. Кочюнас Р. Основы психологического консультирования/[Пер. с лит.]/Р. Кочюнас. — М.: Академический проект, 1999. — 240 с.
136. Кравченко Р. І. Соціальна робота з розумово відсталими людьми/Р. І. Кравченко. — К., 2001.
137. Кравчук С. Гнів та образа як емоційні прояви особистості/С. Кравчук//Соціальна психологія — 2006 - № 2 (16). — С. 104–112.
138. Краснер Л. Бихевиоризм: история/Психологическая энциклопедия. — 2-е изд./[Под ред. Р. Корсини, А. Ауэрбаха]. — СПб: Питер, 2006. — С. 61–62.
139. Кричевец А. Н. Внутренние условия развития и психофизическая проблема/А. Н. Кричевец//Вопросы психологии. — 2005. — № 1. — С. 3–19.
140. Кульчицький О. Світовідчуження українця/О. Кульчицький//Українська душа. — К., 1992. — с. 107; 132.
141. Кун Т. Структура научных революций/Т. Кун. — М.: Прогресс, 1975. — 344 с.
142. Куттер П., Мюллер Т. Психоанализ: Введение в психологию бессознательных процессов/Пер. с нем./П. Куттер, Т. Мюллер — М.: Изд-во «Когито-Центр», 2011. — 384 с. (Университетское психологическое образование).
143. Лавриненко Д. Г. Консультування як метод роботи фахівця в умовах соціальної служби/Д. Г. Лавриненко/Матеріали науково-практичної конференції [Соціальна служба в Україні: соціально-психологічні засади формування й ефективного функціонування], (12 травня 2005 року м. Черкаси.); редкол.: В. В. Москаленко, Н. І. Кривоконь, Н. М. Дембицька. — К.: Фенікс, 2005. — С. 132–137.
144. Лазос Г. Негативні переживання підлітків: етіологія, динаміка та психокорекція/Гелена Лазос//Форум психіатрії та психотерапії. — Львів, 2001. — Т.6. — С. 76–83.
145. Лакан Ж. Стадия зеркала как образующая функцию Я, какой она раскрылась нам в психоаналитическом опыте/Жак Лакан//Инстанция буквы, или судьба разума после З. Фрейда. — М.: «Русское феноменологическое общество», «Логос», 1997. — 184 с. — С. 7–15.
146. Лебедева Н. М. Базовые ценности русских на рубеже XXI века/Н. М. Лебедева//Психологический журнал. — 2000. — Т.21. — № 3. — С. 73–87.
147. Лебедева Н. М. Ценностно-мотивационная структура личности в русской культуре/Н. М. Лебедева//Психологический журнал. — 2001. — Т.22. — № 3. — С. 26–36.
148. Лейнер Х. Основы глубинно-психологической символики/Х. Лейнер//Символдрама. — Мн.: Европейский гуманитарный университет, 2001. — С. 246–269.
149. Лейнер Х. Катастимное переживание образов: Основная ступень; введение в психотерапию с использованием техники сновидений наяву; Семинар/[Пер. с нем. Я. Обухов] — М.: Эйдос, 1996. — 253 с.
150. Лейтц Г. Психодрама — теория и практика. Классическая психодрама/Г. Лейтц. — М.: Прогресс. Универс, 1994. — С. 83
151. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность/А. Н. Леонтьев. — М.: Политиздат, 1975. — 304 с.
152. Леонтьев Д. Духовность, саморегуляция и ценности/Д. Леонтьев//Гуманитарные проблемы современной психологии: Известия Таганрогского государственного радиотехнического университета. — 2005. — № 7. — С. 16–21.
153. Леонтьев Д. А. Методика предельных смыслов (МПС)/Д. А. Леонтьев. — М.: Смысл, 1992. — 36 с.
154. Леонтьев Д. А. От социальных ценностей к личностным: социогенез и феноменология ценностной регуляции деятельности/Д. А. Леонтьев//Вестник Московского университета. — Сер.14. Психология. — 1996. — № 4. — С. 35–44.
155. Леонтьев Д. А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности Д. А. Леонтьев. — М.: Смысл, 1999. — 487 с.
156. Летуновский В. В. Психология духовного бытия/В. В. Летуновский//Ученые записки кафедры общей психологии МГУ им. М. В. Ломоносова/[Под ред. Б. Братуся и Д. А. Леонтьева]. — М., 2002. — С. 66–81.

157. Летцев В.М. О проблематике философской психологии//XVI Ежегодная богословская конференция Православного Свято-Тихоновского гуманитарного университета: Материалы. — Т.1. — М.: Издательство Православного Свято-Тихоновского гуманитарного университета, 2006 — С. 36–41.
158. Лисенко Е.В. О некоторых чертах украинского менталитета в переходный период развития общества/Е.В. Лисенко//Грани. — 2001. — № 3 (17). — С. 44–47.
159. Лисий І. Менталітет і духовна культура українців/І. Лисий//Філософська і соціологічна думка. — 1995. — № 11–12. — С. 37–60.
160. Лобок А. М. Антропология мифа/А. М. Лобок. — Екатеринбург: Банк культурной информации, 1997. — 688 с.
161. Лосев А. Ф. Из ранних произведений/А. Ф. Лосев. — М.: Правда, 1990. — 556 с.
162. Лубовский Д.В. Введение в методологические основы психологии: Учеб. пособие/Д.В. Лубовский. — 2-е изд., стер. — М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2007. — 224 с. — (Серия «Библиотека студента»).
163. Луценко О.Г., Балабуха О.С. Возможности семейной психотерапии в работе с онкологическими хворыми/О.Г. Луценко, О.С. Балабуха//Медицина психология. — 2007. — Том 2. — № 1. — С. 38–41.
164. Лысогорская М.В. Внутриличностный ценностный конфликт как индикатор качества личности/М.В. Лысогорская//Проблемы социальной психологии личности: Межвуз. сб. науч. тр. — Саратов: Изд-во Сарат. ун-та, 2005. — Вып.2. — С. 112–118.
165. Лэнгле А. Жизнь, наполненная смыслом. Прикладная логотерапия: 2-изд/А. Лэнгле. — М.: Генезис, 2004. — 128 с.
166. Люборски Л. Принципы психоаналитической психотерапии: Руководство по поддерживающему экспрессивному лечению/Лестер Люборски. — М.: «Когито-центр», 2003. — 256 с.
167. Майков В.В. Становление трансперсональной психологии/В.В. Майков//Психология с человеческим лицом: гуманистическая перспектива в постсоветской психологии/[Под. ред. Д. А. Леонтьева, В. Г. Щур]. — М.: Смысл, 1997. — С. 31–39.
168. Мак-Вильямс Н. Психоаналитическая диагностика: Понимание структуры личности в клиническом процессе/[Пер. с англ.]/Нэнси Мак-Вильямс — М.: Независимая фирма «Класс», 1998. — 480 с. — (Библиотека психологии и психотерапии).
169. Максименко С. Д., Шевченко Н. Ф. Психологічна допомога тяжким соматично хворим: Навчальний посібник / С. Д. Максименко, Н. Ф. Шевченко — К.: Інститут психології ім. Г. С. Костюка АПН України; Ніжин: Міланік, 2007. — 115 с.
170. Максименко С. Д. Генезис существования личности / С. Д. Максименко. — К.: Издательство ООО «КММ», 2006, — 240 с.
171. Максименко С. Д., Максименко К. С., Папуча М. В. Психология личности: Підручник / [За ред. С. Д. Максименка] — К.: Вид-во ТОВ «КММ», 2007. — 296 с.
172. Малахов В. Уязвимость любви / В.Малахов. — К.: Дух і літера, 2005. — 560 с.
173. Мамардашвили М. К. Картезианские размышления [Электронный ресурс] / М. К. Мамардашвили. — режим доступа: <http://www.philosophy.ru/library/mmk/kr/index.html> — название с экрана.
174. Маслоу А. Самоактуализирующаяся личность / А. Маслоу. — М.: Рефл-бук, 1999. — 135 с. 1999.
175. Матвеева Н.П., Голобородько А.Р. Святі і свята України / Н.П. Матвеева, А.Р. Голобородько. — К.: Укр. центр духовної культури, 1995.
176. Михайлова Е. Л. Напряжение в сети нормальное (некоторые аспекты психотерапии как социокультурной практики) / Е. Л. Михайлова // Психология: Журнал Высшей школы экономики. — 2006. — Т. 3. № 1. — С. 77–81.
177. Міжнародна класифікація захворювань (10-й перегляд). Класифікація психічних і поведінкових розладів: Клінічний опис і вказівки по діагностиці. — 2-вид. / [Пер. на рос. та ред. Ю. Л. Нуллер, С. Ю. Циркин] — К.:Сфера, 2005. — 308 с.

178. Морено Я. Психодрама; [Пер. с англ.] / Я. Морено. — М.: ЭКСМО-ПРЕСС, 2001. — С. 154; 131
179. Морозов А. Ю. Страх смерті як екзистенційна проблема. Морально-етичні аспекти: Автореф. дис на здобуття... канд. філос. наук: 09.00.07 / Київський національний ун-т ім. Тараса Шевченка. — К., 2007. — 177 арк. — Бібліогр.: арк. 168–177.
180. Мэй Р. Открытие Бытия / Р.Мэй. — М.: Институт общегуманитарных исследований, 2004. — 224 с.
181. Мэй Р. Сила и невинность /Р.Мэй. — М.: Смысл, 2001.
182. Мэй Р. Терапия сегодня /Эволюция психотерапии. Т.3: «Let it be...». Экзистенциально-гуманистическая психотерапия. - М.: Класс, 1998. — С. 72–84.
183. Мэй Р. Любовь и воля / Р. Мэй. — М.: Изд-во «Винтаж», 2007. — 288 с.
184. Мясоед П.А. Психология в аспекте типов научной рациональности / П.А. Мясоед // Вопросы психологии. — 2004. — № 6. — С. 3–18.
185. Народ скаже — як зав'яже. Українські народні прислів'я, приказки, загадки, скороговки для середнього шкільного віку / упорядк., передмова Наталі Шумаді. — К.: Веселка, 1985. — 173 с.
186. Непомнящая Н.И. О психологическом аспекте онкологических заболеваний / Н.И. Непомнящая // Психологический журнал. — 1998. — Т.19, № 4. — С. 132–145.
187. Нефедов Г., протоирей. Основы христианской нравственности / Г. Нефедов, протоирей. — М.: Паломник, 2006. — 288 с.
188. Низовских Н. А. Человек как автор самого себя: психосемантическое исследование жизненных принципов в структуре саморазвивающейся личности / Н.А. Низовских — М.: Смысл, 2007. — 255 с.
189. Николс М., Шварц Р. Семейная психотерапия. Концепции и методы/[Пер. с англ. О. Очкур, А. Шишко]. — М.: Изд-во Эксмо, 2004. — 960 с.
190. Ницше Ф. Рождение трагедии из духа музыки/Ф. Ницше/[пер с нем. Г.А. Рачинского]. — СПб.: Азбука-классика, 2005. — 208 с.
191. Носенко Е.Л., Маєвська Н.А. Психологічні ознаки культури та напрями їх змін в умовах соціально-економічних перетворень у країні: Монографія/Е.Л. Носенко, Н.А. Маєвська. — Х.: Тарбут Лаам, 2005. — 116 с.
192. Ньюкиктъен Ч. Детская поведенческая неврология. В 2 томах.: Том 2./Чарльз Ньюкиктъен;/Пер. с англ. Д.В. Ермолаев; Н.Н. Заваденко, М.А. Островская; [Под. Ред. Н.Н. Заваденко]. — М.: Теревинф, 2010. — 336 с.
193. Овчарова Р.В., Великолуг А.Н. Психологический статус онкологических больных и проблемы их реабилитации/Р.В. Овчарова, А.Н. Великолуг//Паллиативная медицина и реабилитация. — 1997. — № 1. — С. 26–30.
194. Ожегов С., Шведова Н. Толковый словарь русского языка/С. Ожегов, Н. Шведова. — М.: ИТИ Технологии, 2004. — издание 4-е. — 944 с.
195. Оллпорт Г. Становление личности: Избранные труды/Г. Оллпорт. — М.: Смысл, 2002. — 462 с.
196. Омельченко Я.М. Психологічна допомога дітям з тривожними станами/Я. Омельченко, З. Кісарчук. — К.: Шк. світ, 2008. — 112 с. — («Бібліотека шкільного світу»)
197. Онищенко Г. І. Проблеми теоретико-методологічного обґрунтування християнськи зорієнтованої психотерапії і консультування/Г. І. Онищенко//Актуальні проблеми психології. Том 3.: Консультативна психологія і психотерапія: Зб. наукових праць Інституту психології НАПН України/[За ред.. Максименка С. Д., Кісарчук З. Г.]. — Ніжин: «Міланік», 2007. — Вип. 4. — С. 5–19.
198. Онищенко Г. І., Гусак О. Дослідження феноменів образи і прощення в психології/Г. І. Онищенко//Актуальні проблеми психології. Том 3.: Консультативна психологія і психотерапія: Зб. наукових праць Інституту психології НАПН України/[За ред.. Максименка С. Д., Кісарчук З. Г.]. — Київ-Ніжин: ПП Лисенко М. М., 2010. — Вип. 7. — С. 117–127.

199. О니щенко Г. І. Християнські цінності як соціокультурний чинник становлення сучасної вітчизняної психотерапії/Г. І. Ошищенко//Актуальні проблеми психології. Том 3.: Консультативна психологія і психотерапія: Зб. Наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України/[За ред. Максименка С. Д., Кісарчук З. Г.]. — К., 2009. — С. 109–125.
200. Орлов А. Б. Психотерапія в процесі народження/А. Б. Орлов //Психологія: Журнал Вищої школи економіки. — 2006. — Т. 3., № 1. — С. 82-96.
201. Основные направления современной психотерапии/[Под ред. А. М. Боковикова] — М.: «Когито-центр», 2000. — 376 с.
202. Особистісний вибір: психологія відчаю та надії/[За ред. Т. М. Титаренко]. — К.: Міленіум, 2005. — 336 с.
203. Островська К. О. Терапія і навчання аутистичних дітей/К. О. Островська// Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами: Зб. наукових праць. — К.: Університет «Україна», 2004. — 448 с. Випуск 1 (3). — С. 524–528.
204. Отношения и терапевтические имажинации. Кататимно-имагинативная психотерапія как психодинамический процесс / Хенниг Х., Фикенчер Э., Барке У., Розендаль В. — Таллинн, 2008. — 260 с.
205. Панок В. Г., Чаплак Я. В., Романовська Д. Д. Психоконсультативні стратегії діяльності практичного психолога освіти: навч.-метод. посібник/В. Г. Панок, Я. В. Чаплак, Д. Д. Романовська. — Чернівці: Чернівецький нац. ун-т, 2010. — 232 с.
206. Папуча М. В. Проблеми психології особистісного розвитку/М. В. Папуча. — Ніжин: ПП Лисенко М. М., 2008. — 384 с.
207. Папуш М. Психотехніка екзистенціального вибору/М. Папуш. — М., 2001.
208. Перлз Ф. Теорія гештальт-терапії/Ф. Перлз.— М.: Інститут Общегуманитарных Исследований, 2008 — 320 с.
209. Петров В. Український фольклор : (заговори, голосіння, обрядовий фольклор народно-поетичного циклу) / В. Петров//Берегіння. — 1996. — № 1-2 — С. 126-144.
210. Петрушин С. В. Любовь и другие человеческие отношения: 3-е изд., испр./С. В. Петрушин. — СПб.: Речь, 2007. — 144 с.
211. Печій П. Символдрама в кризисній інтервенції/П. Печій//Символдрама. — 2010. — № 5 — С. 60-66.
212. Плескач Б. В. Експериментальна методика дослідження стилів надання психологічної допомоги онкологічним хворим/Б. В. Плескач//Актуальні проблеми психології. Том.3.: Консультативна психологія і психотерапія/Зб. наукових праць Інституту психології НАПН України/[За ред. Максименка С. Д.], Вип. 8. — К.: ТОВ «ПОЛІ-ГРАНД», 2011. — С. 250–286.
213. Плескач Б. В. Психологічні фактори в розвитку та перебігу онкологічного захворювання; гіпотези для психотерапії/Б. В. Плескач//Актуальні проблеми психології. Том.3.: Консультативна психологія і психотерапія: Зб. наукових праць Інституту психології НАПН України/[За ред. Максименка С. Д., Кісарчук З. Г.]. — Вип. 6. — Ніжин: Вид. ПП Лисенко М. М., 2009. — С. 241–257.
214. Познанский Н. Заговори. Опыт исследования происхождения и развития заговорных формул/Н. Познанский. — М., 1995. — 214 с.
215. Попович М. В. Нарис історії культури України/М. В. Попович. — К., 1998.
216. Права людини в Україні. Інформаційно-аналітичний бюлетень Українсько-Американського Бюро захисту прав людини. — Випуск 20. — Київ, 1997.
217. Пропп В. Я. Исторические корни волшебной сказки/В. Я. Пропп. — СПб., 1996. — С. 21–35.
218. Прохазка Дж., Норкросс Дж. Системи психотерапії: Посібник для фахівців в області психотерапії та психології/Дж. Прохазка, Дж. Норкросс. — СПб.: Прайм-Еврознак, 2005. — 384 с. (Проект «Психологическая энциклопедия»)

219. Психоаналитические термины и понятия: словарь/[ред. Барнесса Э. Мура, Бернанда Д. Файна; перев. с англ. А. М. Баковикова, И. Б. Гриншпуна, А. Фильца]. — М.: Независимая фирма «Класс», 2000. — 304 с.
220. Психологическая энциклопедия: 2-е изд./[авт.-сост. Р. Корсини, А. Ауэрбах]. — СПб.: Питер, 2006. — 1096 с.
221. Психология и культура/[Под ред. Д. Мацумото]. — СПб.: Питер, 2003. — 718 с.: ил. — (Серия «Мастера психологии»)
222. Психология и лечение зависимого поведения. / [Под ред. С. Даулинга]. — М.: Независимая фирма «Класс», 2000. — 240 с.
223. Психологічна допомога сім'ї: Навчальний посібник у 3 книгах. Книга 1. / [За ред. З. Г. Кісарчук.] — К.: Главник, 2006. — 128 с.
224. Психологія особистості: Словник-довідник/[За ред. П. П. Горностая, Т. М. Титаренко]. — К.: Рута, 2001. — 320 с.
225. Психотерапевтическая энциклопедия/Под ред. Б. Д. Карвасарского. — СПб.: Издательство «Питер», 2000. — 1024 с. — (Серия «Золотой фонд психотерапии»).
226. Психотерапия: новая наука о человеке. — Екатеринбург: «Деловая книга», М.: «Академический проект», 1999. — 397 с.
227. Радченко М. І. Специфіка соціально-психологічної підтримки батьків дітей з особливими потребами/М. І. Радченко/Матеріали науково-практичної конференції [Соціальна служба в Україні: соціально-психологічні засади формування й ефективного функціонування] (м. Черкаси, 12 травня 2005 року); редкол.: В. В. Москаленко, Н. І. Кривоконь, Н. М. Дембицька. — К.: Фенікс, 2005. — С. 536–543.
228. Радченко М. И. Особенности психологической ситуации родителей детей-инвалидов/М. И. Радченко//Журнал практикующего психолога. — 2003. — № 9.— С. 199–209.
229. Разинов Ю. А. Понятие категории и экзистенциала в философии М. Хайдеггера /[Электронный ресурс] / Ю. А. Разинов. — 2005. — режим доступа: http://www.portalus.ru/modules/philosophy/rus_show_archives.php. — название с экрана.
230. Рахматуллина Ш. М. Смысл жизни как предмет самоопределения «Я»: онтологический аспект: Автореф. на соискание ученой степени канд. филос. наук. — Магнитогорск, 2009. — 22 с.
231. Ремшмидт Х. Детская и подростковая психиатрия / Пер. с нем. Т. Н. Дмитриевой. — М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2001. — 624 с. (Серия «Мир психологии»).
232. Реґюньонскі Л. Т. Філософія гри /Л. Т. Реґюньонскіх. — М.: Вузовська книга, 2002. — 256 с.
233. Решетников М. М. Психотерапия — как концепция и как профессия /М. М. Решетников// Форум психіатрії та психотерапії. — Львів, 2004. — Т. 5. — С. 65–71.
234. Рибалка В. В. Психологія честі та гідності особистості: культурологічні та аксіологічні аспекти: Наук.-метод. посіб./В. В. Рибалка; НАПН України, Інститут пед. Освіти і освіти дорослих; Інститут обдарованої дитини; МОН України, укр. наук. Метод. центр практ. Психології і соц. Роботи. — Київ — Вінниця: тов. Фірма «Планер», — 2010. — 382 с.
235. Рильке Е. Книга образов /Е. Рильке — СПб.: Терция, Кристалл, 1999. — 448 с.
236. Роджерс К. Р. Взгляд на психотерапию. Становление человека /Карл Роджерс. — М.: Прогресс, 1998. — 480 с.
237. Розин В. М. Личность и её изучение /В. М. Розин. — М.: Едиториал УРСС, 2004. — 232 с.
238. Розлилися круті бережечки. Українські народні пісні та думи. Для старшого шкільного віку /упорядк., Олег Микитенко. — К.: Веселка, 1985. — 278 с.
239. Романчук О. Дорога любові /О. Романчук. — Львів: Свічадо, 2001.
240. Ромек Е. Философия: инструкция по терапевтическому применению /Е. Ромек // Московский психотерапевтический журнал. — 2004. — № 2. — С. 134–141.

241. Роменец В.А. Психологія творчості: Навч. посібник. / В.А.Роменец.— К.: Либідь, 2001. — 288 с.
242. Роменець В.А., Маноха І. П. Історія психології ХХ століття: Навч. посібник / В.А. Роменець, І.П.Маноха. — [Вст. ст. В.О.Татенка, Т.М. Титаренко]. — К.: Либідь, 1998. — 992 с.
243. Рубинштейн С.Л. Человек и мир / С.Л. Рубинштейн. — СПб.: Питер, 2012. — 224 с.
244. Руководство по психотерапии / [Под ред. В.Е. Рожнова] — 2-е изд., доп. и перераб / В.Е. Рожнов — Ташкент: Медицина, 1979. — 620 с.
245. Русланович-Варфоломеева З.А. Методи сприяння самореалізації особистості в соціальній роботі з молоддю / З.А. Русланович-Варфоломеева / Соціальна служба в Україні: соціально-психологічні засади формування й ефективного функціонування. Матеріали науково-практичної конференції (12 травня 2005 року, м. Черкаси) / [Ред. кол.: В.В.Москаленко, Н.І. Кривоконь, Н.М.Дембицька]. — К.: Фенікс, 2005. — С. 439-444.
246. Савчин М.В. Методологічні та практичні проблеми психотерапії у контексті духовної парадигми психології / Мирослав Савчин // Психологія і суспільство. — 2009. — № 4. — С. 229-241.
247. Саймонтон К., Саймонтон С. Психотерапия рака / К. Саймонтон, С. Саймонтон — СПб.: Питер, 2001. — 288 с.
248. Светашев С. С. Розуміння як спільний елемент всіх психотерапевтичних підходів / С.С. Светашев // Психологія. Соціальна робота. — 2000 — Том 2. — С. 78-82.
249. Селиванов В.П. Мистика и рационализм души: Основы метапсихологии/В.П. Селиванов. — Саратов: Слово, 1999.
250. Семашко О. М. Художньо-естетичні потреби дітей/О.М. Семашко//Духовні потреби дітей України: Монографія/[Під заг. ред. Ж.В. Петрочко]. — К.: Видавничий дім «Калита», 2005. — С. 76-80.
251. Символдрама в украинской практической психологии/[авт. текста З.Г. Кисарчук, Т.П. Юрченко]. — К.: Ніка-Центр, 1998. — С. 185-190 — (Практична психологія в контексті культури)
252. Символдрама. Современное издание о психологии и психотерапии/[Под. общ. ред. Я.Л. Обухова]. — Запорожье: Издательский дом «Керамист». — 2010, 2011. — № 1-3.
253. Скрипник Т.В. Феноменологія аутизму: Монографія/Т.В. Скрипник. — К.: Видавництво «Фенікс», 2010. — 368 с.
254. Смит М.Б. Гуманистическая психология/М.Б. Смит//Психологическая энциклопедия. — 2-е изд./[Под ред.. Р. Корсини, А. Ауэрбаха]. — СПб.: Питер, 2006. — 1096 с.
255. Сморгж Л.О. Естетика: Навчальний посібник/Л.О. Сморгж. — Київ. — Кондор, 2009. — 334 с.
256. Собчик Л.Н. СМИЛ. Стандартизированный многофакторный метод исследования личности/Л.Н. Собчик. — СПб.: Речь, 2007. — 224 с.
257. Сосланд А. Фундаментальная структура психотерапевтического метода или как создать свою школу в психотерапии/А. Сосланд. — М.: Логос, 1999. — 368 с.
258. Сосланд А.И. Психотерапия в сети противоречий/А.И. Сосланд//Психология: Журнал Высшей школы экономики. — 2006. — Т.3, №1. — С. 46-67.
259. Становище сімей в умовах малих міст України: держ. доп. про становище сімей в Україні (за підсумками 2004р.)/[наук. редкол.: Ю.О. Павленко та ін.]. — К.: Гопак, 2006. — 226 с.
260. Старовойтенко О. Специфіка соціокультурного впливу як особливої форми діяння/О. Старовойтенко//Соціальна психологія. — 2004 - №3 (5) — С. 110-118.
261. Степин В.С. Теоретическое знание. Структура, историческая эволюция/В.С.Степин. — М., 2000.
262. Стрелков В.И., Великолуг А.Н. Психология сознания как объяснительный принцип онкологических заболеваний/В.И. Стрелков, А.Н. Великолуг//Паллиативная медицина и реабилитация. — 1998. — № 2-3. — С. 165.

263. Стюарт Й., Джойнс В. Основи ТА: Транзакційний аналіз/Й. Стюарт, В. Джойнс. — К.: ФАДА, ЛТД, 2002. — 393 с.
264. Сыропятов О. Г., Яновский С. С. Клиническая антропология — новая парадигма в медицине: Уч. записки Таврического национального университета им. В. И. Вернадского. — Симферополь, 2008 — Т.21 (60). — № 2 — Серия «Философия. Социология». Т.1-336 с.; С. 50–159.
265. Тайсон Р; Тайсон Ф. Психоаналитические теории развития: / [Пер. с англ.]/Р. Тайсон, Ф. Тайсон. — Екатеринбург: Деловая книга, 1998. — 528 с.
266. Татенко В. А. Психология в субъектном измерении/В. А. Татенко. — К.: Изд. центр «ПРОСВІТА», 1996. — 404 с.
267. Темченко А. І. Астральна символіка в українських замовляннях/А. І. Темченко//Гуманітарний вісник: Серія іноземна філологія. Проблеми сучасної світової літератури та лінгвістики. — Черкаси, 2000. — № 4 — С. 296–299.
268. Теория семейных систем Мюррея Боуэна: Основные понятия, методы и клиническая практика. Антология [Пер. В. Белопольский и др.]/Под ред. К. Бейкер, А. Варга. — М.: «Когито-Центр», 2005. — 496 с.
269. Тиллих П. Теология культуры / П.Тиллих. — М.: Юрист,1995. — 479 с.
270. Тимошук А.С. Знаковые социокоды культуры [Электронный ресурс] / А.С. Тимошук. — режим доступа: <http://base.spbriic.org/main/getfile/189>. — название с экрана.
271. Титаренко Т. М. Постмодерні концепції понять «особистість» та «життєвий шлях» /Т.М.Титаренко //Психологія і суспільство. — 2009. — № 4. — С. 83–96.
272. Титаренко Т.М. Кризове психологічне консультування/Т.М. Титаренко. — К.: Главник, 2004. — 96 с.
273. Томпсон Л. Виховання дитини з розумовою вадою / [Пер.Р.Кравченко] / Л. Томпсон. — К.: Вид. «Сфера», 1997.
274. Томэ Х., Кхэхеле Х. Современный психоанализ. Т. 2. Практика: [Пер. с. Англ.] / Общ. ред. А.В.Казанской. — М.: Издательская группа «Прогресс» — «Литера», Издательство Агентства «Яхтсмен», 1996. — 776 с.; Т. 1. Теория: [Пер. с. англ.] / Общ. ред. А.В.Казанской. — М.: Издательская группа «Прогресс» — «Литера», Издательство Агентства «Яхтсмен», 1996. — 576 с.
275. Уилер Г. Гештальттерапия постмодерна: за пределами индивидуализма /Г. Уилер. — М.: Смысл; ЧеРо, 2005. — 489 с.
276. Українська спілка психотерапевтів. Інформаційний довідник. — Львів, 2006-2007. — 80 с.
277. Философский энциклопедический словарь / [Гл.ред. Ильичев Л.Ф., Федосеев П.Н. и др.] — М.: Советская энциклопедия, 1983. — 836 с.
278. Фильц А. Место психотерапии между психиатрией и психологией /А. Фильц // Психотерапия — новая наука о человеке [под ред. Притц А.]: Пер. с нем. — Екатеринбург: «Деловая книга», М.: «Академический проект», 1999. — 281-294 с.
279. Франк С. Предмет знания. Душа человека /С.Франк. — Мн.: Харвест, М.: АСТ, 2000. — 992 с.
280. Франк С. С нами Бог /С.Франк. — М.: ООО «Изд-во АСТ», 2003. — 750 с.
281. Франкл В. Доктор и душа. / В. Франкл. — СПб.: Ювента, 1997.
282. Франкл В. Человек в поисках смысла.: Сборник / Пер. с англ. и нем.; [Общ. ред. Л.Я. Гозмана и Д. А. Леонтьева]. — М.: Прогресс, 1990. — 367 с.
283. Фрейд А. Детский психоанализ /Анна Фрейд. — СПб.: Питер, 2004. — 477 с. — (Серия «Хрестоматия по психології»).
284. Фрейд З. Введение в психоанализ: Лекции/ Зигмунд Фрейд. — М.: Наука, 1989. — 456 с.
285. Фрейд З. Знаменитые случаи из практики /[Пер. с нем.] — М.: «Когито-Центр», 2007. — 538 с.
286. Фрейд З. Избранные сочинения /Зигмунд Фрейд. — М.: Медицина, 1991.

287. Фрейд З. Психология бессознательного /Зигмунд Фрейд. — М.: Просвещение, 1990. — 448 с.
288. Фрейд З. Психоаналитические этюды /Зигмунд Фрейд. — Минск, 1996
289. Фромм Э. Душа человека/[Пер с англ.]/Эрих Фромм — М.: республика, 1992. — 430 с.
290. Фромм Э. Человек для себя/[Пер. с англ. Л. А. Чернышевой]. — Минск, Коллегиум, 1992. — 253 с.
291. Фурман А. Українська ментальність та її культурно-психологічні координати/А. Фурман//Психологія і суспільство. — 2001. — № 1. — С. 9–73.
292. Хайгл-Эверс А., Хайгл Ф., Отт Ю., Рюгер У. Базисное руководство по психотерапии/А. Хайгл-Эверс и др. — СПб.: «Восточно-Европейский Институт Психоанализа» совместно с издательством «Речь», 2002. — 784 с.: ил.
293. Хайдеггер М. Бытие и время/М. Хайдеггер. — СПб.: «Наука», 2002. — 451 с.
294. Хайдеггер М. Пролегомены к истории понятия времени/М. Хайдеггер. — Томск: Издательство «Водолед», 1998. — 384 с.
295. Харитонова В. И. Заговорно-заклинательное искусство восточных славян: проблемы традиционных интерпретаций и возможности современных исследований: В 2-х частях/В. И. Харитонова. — М., 1999.
296. Хейзинга Й. Homoludens. В тени завтрашнего дня/Й. Хейзинга / [Пер. с нидерл.] — М.: Изд. гр. «Прогресс», «Прогресс-Академия», 1992. — С. 464.
297. Хиггинс Р. Методы анализа клинических случаев: руководство для начинающих психотерапевтов/[Пер. с англ.] — М; Когитоцентр, 2003. — 168 с. (Мастер-класс).
298. Хижняк З. И. Киево-Могилянская академия./З. И. Хижняк//К.: Вища шк. Изд-во при Киев. ун-те, 1988. — 268 с.
299. Хорн Г. Шесть этапов развития ребенка в зеркале символдрамы [Текст]/Г. Хорн//Символ и драма. — 2000. — № 5. — С. 12–25
300. Хорни К. Психология женщины/Карен Хорни/Пер. с англ. — М.: Академический Проект, 2007. — 240 с.
301. Цапкин В. Н. Единство и многообразие психотерапевтического опыта/В. Н. Цапкин//Московский психотерапевтический журнал. — 1992 — № 1. — С. 5–40.
302. Цуканов Б. Й. Собственная единица времени в психике индивида: автореферат дис. на соискание ученой степени доктора психологических наук. — К., 1992.
303. Чепелева Н. В. Социокультурные факторы понимания и интерпретации личного опыта//Актуальні проблеми психології: Психологічна герменевтика/[За ред. Н. В. Чепелевої]. — К.: Міленіум, 2005. — Т. 2, Вип. 3. — С. 6–13.
304. Черняева С. А. Развитие личности и психологическая помощь в свете христианского мировоззрения/С. А. Черняева — СПб.: Речь, 2007. — 192 с.
305. Чудновский В. Э. Смысл жизни: проблема относительной эмансипированности от «внешнего» и «внутреннего»/В. Э. Чудновский//Психологический журнал. — 1995. — Т. 16. — С. 15–26.
306. Шаверен Дж. Умиравший пациент в психотерапии: Желания. Сновидения. Индивидуация/[Пер. с англ.]/Джой Шаверен — М.: «Когито-Центр», 2006. — 318 с.
307. Шарфф Д. С., Шарфф Д. Э. Основы теории объектных отношений/Д. С. Шарфф, Д. Э. Шарфф. — М.: Когито-Центр, 2009. — 304 с.
308. Шевченко Н. Ф. Практикум із психологічної допомоги соматичним хворим: Навч. посібник/Н. Ф. Шевченко — Запоріжжя: «Інссервіс», 2003. — 52 с.
309. Шитов Е. А., Ховрачев А. П. Теория пассивности Шиффов: обзор//Вопросы ментальной медицины и экологии. — 2002. — Т. 8, № 2. — С. 53–58.
310. Шлиппе А. Ф., Швайтцер Й. Учебник по системной психотерапии и консультированию/А. Ф. Шлиппе, Й. Швайтцер. — М.: Институт консультирования и системных решений, 2011. — 368 с.
311. Штайнер К. Сценарии жизни людей. Школа Эрика Берна/К. Штайнер. — СПб.: Питер, 2003. — 416 с.: ил.

312. Шульженко Д.І. Дизонтогенетичні аспекти ранньої корекційно-педагогічної роботи в соціально-реабілітаційних центрах/Д. І. Шульженко//Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами: Зб. наукових праць. — К.: Університет «Україна», 2004. — С. 494–499.
313. Эйдемиллер Э.Г., Юстицкий В.В. Семейная психотерапия/Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкий. — Л.: Медицина, 1990. — 192 с.
314. Эльконин Д.Б. Психология игры./Д.Б. Эльконин. — М.: Педагогика, 1978. — 302 с.
315. Энрайт Р. Духовное развитие прощения/Р. Энрайт. — М., 1991.
316. Эротич В. Психологическое и религиозное бытие человека/Владета Эротич. — М.: Библийско-богословский институт св. апостола Андрея, 2004. — 212 с. — (Серия «Богословие и наука»).
317. Эткинд А. Эрос невозможного. История психоанализа в России. СПб: «Медуза» 1993. — 464 с.
318. Юнг К. Человек и его символы./Карл Юнг. — СПб: Б.С.К., 2006. — 454 с.
319. Юревич А.В. Ценностные основания психологической науки/А.В. Юревич//Ценностные основания науки психологической науки и психология ценностей/[Под ред. В.В. Знакова, Г.В. Залевского] — М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2008. — С. 21–39.
320. Юревич А.В. «Онтологический круг» и структура психологического знания/А.В. Юревич//Психологический журнал. — 1992. — Т. 13, № 1. — С. 6–14.
321. Юрченко Т.П. Свобода как одно из онтологических и социокультурных оснований становления современной психотерапевтической парадигмы/Т.П. Юрченко//Актуальні проблеми психології. Том 3.: Консультативна психологія і психотерапія: Зб. наукових праць Інституту психології НАПН України/[За ред. Максименка С.Д., Кісарчук З.Г.]. — К.: Видавець ПП Лисенко М.М., 2010. — Вип.7. — С. 22–40.
322. Ялом И. Экзистенциальная психотерапия/И. Ялом/[Пер. с англ. Т.С. Драбкиной]. — М.: Независимая фирма «Класс», 2000. — 576 с.
323. Янарас Х. Вера церкви/Х. Янарас. — М.: Центр по изучению религий, 1992. — 232 с.
324. Ясперс К. Общая психопатология; [Пер. Л.О. Акопян]/К. Ясперс. — М.: Практика, 1997. — 1056 с.
325. Bugental J.F. T Psychotherapy and process: The fundamentals of an existential-humanistic approach. New York et al. 1978. — 159 p.
326. Bugental J.F. T What is distinctive about this existential-humanistic perspective on psychotherapy//TheSaybrook Perspective. 1995, spring.
327. CLINICAL TRANSACTIONAL ANALYSIS WITH USE OF THE LIFE SCRIPT QUESTIONNAIRE BY WILLIAM H HOLLOWAY, M.D. Published by Holloway Books P.O. Box 917 Aptos, CA 95003
328. Cox, M., «The Relationship between Ego State Structure and Function: A Diagrammatic Formulation». Transactional Analysis Journal, 29, 1, 1999. — 49-59 p.
329. Greene W.A. Psychological factors and reticuloendothelial disease. II Observations on a group of women with lymphomas and leukemias/W.A. Greene//Psychosomatic medicine. — 1956. — Vol. XVIII, N 4. — P. 284–303.
330. Gruppenimagination: Gruppentherapie mit dem Katathymen Bilderleben/Hanscarl Leuner, Leonore Kottje-Birnbacher, Ulrich Sachsse und Martin Wächter. Unter Mitarb. Von Manfred Rust. — 1. Aufl. — Bern; Stuttgart; Toronto: Huber, 1986. — 216 p.
331. Jerome D White, PhD Terry White, MA CULTURAL SCRIPTING Transactional Analysis Journal. 5: 1, January 1975.
332. Leuner H., Horn G., Klessmann E.: Katathymes Bilderleben mit Kindern und Jugendlichen, 3. Aufl. Reinhardt, München 1990.
333. Pearl Drego. The Cultural Parent. Transactional Analysis Journal. Vol.13, Num.3, July 1983.
334. Temoshok L Personality, coping style, emotion, and cancer: toward an integrative model/L Temoshok//Cancer Surveys, 1987, No 6. — p. 545–56.

Наукове видання

*З.Г. Кісарчук, Л.О. Гребінь, Т.С. Гурлева, І.А. Данилевський,
Н.П. Демидюк, О.І. Єрмусевич, Н.Ю. Журавльова, Г.П. Лазос,
Л.І. Литвиненко, Я.М. Омельченко, Г.І. Онищенко,
Л.О. Пінчукова, Б.В. Плєскач, Т.П. Юрченко.*

СОЦІОКУЛЬТУРНІ ЧИННИКИ СТАНОВЛЕННЯ
СУЧАСНОЇ ПАРАДИГМИ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНОЇ
ДОПОМОГИ ОСОБИСТОСТІ

Монографія

За редакцією З. Г. Кісарчук

На обкладинці — картина художника
Геннадія Задніпряного «Експресія»

На титульній сторінці — малюнок художника
Геннадія Задніпряного

Технічний редактор *О. М. Корнілов*

Верстка *О. В. Шевко*

Коректор *О. В. Цимбаліст*

Оформлення обкладинки — *І.С. Павлова*

Підп. до друку 28.12.2012. Формат 60x84^{1/16}.
Папір офсетний. Друк офсетний. Ум. др. арк. 16,0.
Замовлення № 1778. Наклад 300 прим.

Поліграфічно-видавничий центр ТОВ «Імекс-ЛТД»
Свідоцтво про реєстрацію серія ДК № 195 від 21.09.2000.
25006, м. Кіровоград, вул. Декабристів, 29
тел./ факс (0522) 22-79-30, 32-17-05
E-mail: marketing@imex.net

