

УДК 159.923

НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ

Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України  
01033 Київ, вул. Паньківська, 2; тел. (044) 2883320

ЗАТВЕРДЖУЮ

---

Директор  
Інституту психології  
імені Г. С. Костюка  
НАПН України  
академік Максименко С. Д.

З В І Т

ПРО НАУКОВО-ДОСЛІДНУ РОБОТУ  
«ТЕОРІЯ І ТЕХНОЛОГІЇ ЗАСТОСУВАННЯ СУЧАСНИХ ПІДХОДІВ ДО  
ПСИХОТЕРАПІЇ У ВІТЧИЗНЯНИХ СОЦІОКУЛЬТУРНИХ УМОВАХ»  
(заключний)

Керівник НДР

зав. лабораторії  
консультативної психології  
та психотерапії,  
кандидат психологічних наук,  
старший науковий співробітник

Кісарчук З. Г.

Київ — 2014

Результати цієї роботи розглянуто Вченою радою Інституту психології  
імені Г. С. Костюка НАПН України, протокол № 11 від 25.12.2014

## СПИСОК АВТОРІВ:

Керівник НДР  
зав. лабораторії  
консультативної психології  
та психотерапії,  
канд. психол. наук,  
старший науковий співробітник

З. Г. Кісарчук  
(вступ, висновки, розділ 1.1.),

Провідний науковий  
співробітник,  
канд. психол. наук

Я. М. Омельченко  
(розділ 1.3, 2.2.)

Старший науковий  
співробітник,  
канд. психол. наук

Г. П. Лазос  
(розділ 1.1., 1.2.)

Старший науковий  
співробітник

Л. О. Гребінь  
(розділ 1.4.)

Старший науковий  
співробітник

Т. П. Юрченко  
(розділ 2.1.)

Науковий  
співробітник

Т. С. Гурлева  
(розділ 2.3.)

Науковий  
співробітник

Н. Ю. Журавльова  
(розділ 2.4.)

Науковий  
співробітник

Н. П. Демидюк  
(розділ 3.1.)

Науковий  
співробітник

Л. І. Литвиненко  
(розділ 2.5.)

Науковий  
співробітник

Б. В. Плєскач  
(розділ 1.6.)

Молодший  
науковий  
співробітник

І. А. Данилевський  
(розділ 1.5.)

Молодший  
науковий  
співробітник

В. С. Уркаєв  
(розділ 3.2.)

## РЕФЕРАТ

Звіт про НДР: 39 с.

Об'єкт дослідження — сучасні психотерапевтичні методи і підходи.

Предмет дослідження — теоретико-методологічні принципи та технології застосування сучасних психотерапевтичних методів і підходів у вітчизняних соціокультурних умовах.

Мета дослідження — визначити теоретико-методологічні принципи застосування сучасних психотерапевтичних методів і підходів у вітчизняному соціокультурному середовищі та розробити на їх основі відповідні технології психотерапевтичної і консультативної допомоги.

Методи дослідження: на етапі теоретичного опрацювання — аналіз, порівняння, систематизація, узагальнення теоретичних і експериментальних даних; на етапі емпіричних досліджень — спостереження, анкетування, інтерв'ю, фокус-групове дослідження; аналіз практики психологічного консультування і психотерапії; супервізійний рефлексивний аналіз.

Визначено теоретико-методологічні принципи застосування у вітчизняних соціокультурних умовах наступних психотерапевтичних методів і підходів: психодинамічно зорієнтованих — кататимно-імагінативної психотерапії, структурно-психодинамічного підходу, персоналістичного підходу; екзистенційно та гуманістично зорієнтованих — гештальт-терапії, екзистенційно-гуманістичного підходу; наративного підходу; методу психодрами. На основі визначених принципів розроблено технології психотерапевтичної допомоги у опрацюванні актуальної для вітчизняних клієнтів проблематики.

Результати НДР впроваджені: у Львівському обласному інституті післядипломної педагогічної освіти під час проведення навчально-методичних семінарів з основ психологічного консультування та психотерапії для практичних психологів; у Вищому навчальному закладі «Український католицький університет» під час проведення курсу лекцій «Реабілітаційна психологія», «Основи психоаналізу (глибинна психологія)», «Основи психологічного консультування та психокорекції», під час проведення майстер-класів та спеціалізованих тренінгових курсів для студентів; в «Українському інституті консультативної психології та психотерапії» під час проведення спеціалізованих теоретико-практичних семінарських занять «Особливості психотерапевтичної допомоги населенню у сучасних умовах»; в Кримському гуманітарному університеті під час організації спільних конференцій, проведення спеціалізованих майстер-класів, що стосуються особливостей застосування різних напрямків психотерапії у сучасних соціокультурних умовах в Міжрегіональній громадській організації сприяння розвитку символдрами — Кататимно-імагінативної психотерапії (МГО СРС КІП) під час проведення психологічних тестувань за темою НДР, проведення спеціалізованих теоретико-практичних, теоретичних семінарських занять для практичних психологів, проведення супервізійних груп за результатами використання здобутків НДР у

практичній діяльності психологів, під час практичної допомоги сучасним українським клієнтам; у Київській асоціації психодрами (КАП) під час використання результатів науково-дослідної роботи та науково-методичних розробок у практичну діяльність психологів-психодраматистів, під час проведення спеціалізованих теоретико-практичних семінарів «Особливості застосування психодрами у сучасних соціокультурних умовах», організації спільних конференцій; в Управлінні освіти, молоді та спорту Києво-Святошинської райдержадміністрації під час використання матеріалів НДР у методичній та практичній діяльності співробітників Києво-Святошинського районного навчально-методичного Центру практичної психології, під час проведення навчальних семінарів для психологів «Практична діяльність психолога в кризових обставинах»; в Управлінні освіти і науки Броварської міської ради під час проведення спільного семінару с фахівцями психологічної служби Київської області у рамках роботи обласної школи передового психологічного досвіду на тему «Робота з психологічною травмою, теоретичні та методичні аспекти», під час використання розробок у практичній діяльності психологічних служб ряду загальноосвітніх закладів.

Прогнози і припущення щодо розвитку об'єкта дослідження — розроблення психологічно обґрунтованих технологій з побудови стосунку «психотерапевт-клієнт» у межах застосування сучасних психотерапевтичних методів у вітчизняному соціокультурному середовищі.

ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНІ МЕТОДИ, СОЦІОКУЛЬТУРНІ УМОВИ, КАТАТИМНО-ІМАГІНАТИВНА ПСИХОТЕРАПІЯ, СТРУКТУРНО-ПСИХОДИНАМІЧНА МОДЕЛЬ ПСИХОТЕРАПІЇ, ІНТЕРПЕРСОНАЛЬНА ПСИХОТЕРАПІЯ, ПЕРСОНАЛІСТИЧНИЙ ПІДХІД, ЕКЗИСТЕНЦІЙНО-ГУМАНІСТИЧНИЙ ПІДХІД, МЕТОД ПСИХОДРАМИ, НАРАТИВНИЙ ПІДХІД.

Умови одержання звіту: За договором, 01171. Київ — 171, вул. Горького 180 УкрІНТЕІ.

## ЗМІСТ

I. Вступ.....	6
II. Основна частина.....	9
1. Особливості застосування сучасних методів психодинамічної парадигми у вітчизняних соціокультурних умовах	
1.1. Кататимно-імагінативна психотерапія: теоретичні та технологічні аспекти застосування у сучасному психотерапевтичному просторі....	9
1.2. Соціокультурна специфіка у використанні в роботі з підлітками символдраматичного тесту-малюнку «Три дерева».....	11
1.3. Технології формування зрілих стосунків у сучасних родинах засобами кататимно-імагінативної психотерапії.....	14
1.4. Методологічні принципи, умови та техніки застосування структурно-психодинамічної моделі психотерапії у сучасному соціокультурному середовищі.....	17
1.5. Соціокультурні особливості використання стосунку «психотерапевт-клієнт» в інтерперсональній психотерапії.....	21
1.6. Вплив соціально-економічних умов на формування способів задоволення потреб людини (на основі використання психоаналітичних концепцій).....	22
2. Екзистенційно та гуманістично зорієнтовані методи і підходи у опрацюванні сучасної проблематики клієнтів	
2.1. Передумови розвитку, принципи та технології персоналістичного підходу в сучасній вітчизняній психотерапії.....	24
2.2. Діалог як принцип і засіб екзистенційно-гуманістичного підходу до психотерапії у вітчизняних соціокультурних умовах.....	25
2.3. Психологічна допомога клієнту у пошуку смислу особистісного існування засобами екзистенційно-гуманістичного підходу.....	26
2.4. Соціокультурна специфіка психотерапевтичної роботи з феноменом переживання в ситуації життєвого вибору.....	29
2.5. Застосування методу психодрами у психотерапевтичній допомозі з розвитку дефіцитарних жіночих ролей у вітчизняному соціокультурному просторі.....	31
3. Системний підхід у психотерапевтичній допомозі особистості	
3.1. Застосування системного підходу (нарративних технологій) у психотерапевтичній допомозі з розвитку здатності людини до моральнісної самореалізації.....	34
3.2. Інтегративна методика «Системний нарратив» для діагностики адиктивної поведінки осіб юнацького віку.....	36
III. Висновки.....	38

## I. ВСТУП

**Актуальність** проведення науково-дослідної роботи із зазначеної теми визначається специфікою розвитку галузі психотерапевтичної допомоги у суспільстві: з одного боку, інтенсивно зростає запит на психотерапевтичні і консультативні послуги та розширюється практика їх надання, з іншого – зростання даної практики відбувається без належного теоретико-методологічного і методичного її забезпечення.

Певною мірою такий стан галузі зумовлюється суперечливими тенденціями, що притаманні розвитку сучасної світової психотерапії як науки: дискусії стосовно її статусу як самостійної дисципліни; існування різних шкіл та форм психотерапії, що відрізняються за принциповими концептуальними положеннями; різні погляди на проблему ефективності психотерапії і легітимності тих чи інших її методів; запит на побудову “загальної теорії” психотерапії і сумніви щодо доцільності і можливостей здійснення такого проекту тощо.

Разом з тим проблеми галузі пов’язані також із недостатньою розробленістю організаційних та науково-методичних питань, які стосуються саме вітчизняної психотерапії. Зокрема, досі недостатньо окресленими залишаються умови професійної підготовки і практики фахівців: етапи оволодіння професією за певним фахом і методом, шлях ідентифікації фахівця як представника даного напрямку і методу, стандарти якості надання психотерапевтичної і консультативної допомоги і т.д. Головне ж – недостатньо вивченими і окресленими є закономірності практикування у тому чи іншому з існуючих методів, які зумовлені вітчизняним соціокультурним контекстом (ставленням у суспільстві до особистого здоров’я і благополуччя, особливостями менталітету, традиціями, цінностями, нормами тощо), адже більшість із сучасних методів і підходів створювались в умовах західного суспільства, соціально-економічні і культурні риси якого суттєво відрізняються від вітчизняних реалій. Саме на визначення теоретико-методологічних засад застосування сучасних психотерапевтичних методів у вітчизняному соціокультурному просторі та розробку відповідних технологій психотерапевтичної та консультативної допомоги і було спрямоване дослідження, представлене у даному звіті.

### **Вихідні позиції:**

Науковий період становлення психотерапії, виникнення і розвиток її різних напрямів, шкіл і течій тісно пов’язані із запитом суспільства, зумовленими основними соціально-економічними і культурними тенденціями його розвитку та менталітетом людей. При цьому становлення психотерапії як у теоретичному, так і практичному аспектах є результатом постійної взаємодії природничо зорієнтованої та гуманітарно зорієнтованої гілок знань, у ході якої домінування однієї чи іншої з них зумовлюється знову ж таки особливостями розвитку суспільства та його потреб. Показовою ілюстрацією цього процесу є послідовне виникнення, розвиток і взаємодія психоаналітичного, поведінкового та гуманістичного рухів в історії психотерапії (М. Боуен, Л. Краснер, Р. Мей, М. Решетніков, К. Роджерс, М. Сміт, В. Цапкін, З. Фройд та інші).

У сучасному світовому психотерапевтичному просторі виокремлюють наступні основні психотерапевтичні напрями: психодинамічний, когнітивно-поведінковий, екзистенційно-гуманістичний, системний. Кожний із них характеризується своєрідними історико-культурними передумовами виникнення і

розвитку, має свою теоретико-методологічну базу та відповідний психотехнічний інструментарій (А. Адлер, А. Бек, Л. Бінсвангер, Дж. Вольпе, А. Елліс, Е. Еріксон, Д. Зіглер, К. Людевіг, Р. Мей, Ф. Перлз, К. Роджерс, Б. Скіннер, Дж. Уотсон, В. Франкл, З. Фройд, Е. Фромм, Л. Х'єлл, К. Хорні, К. Юнг, К. Ясперс та інші).

Разом з тим наукова парадигма сучасної психотерапії, розвиваючись у проблемному полі постмодерну, характеризується рядом виразних тенденцій, що проявляються у кожному із зазначених вище напрямів, їх шкіл та методів. Це наступні тенденції: зростання міри присутності психотерапії у суспільній свідомості, її взаємопов'язаність із культурою суспільства; увага до ціннісних та етичних аспектів психотерапії, її духовної складової; інтегративний рух в психотерапевтичному просторі, прагнення до синтезу різних підходів; виникнення діалогу між різними школами; намагання осмислити психотерапію поза межами окремих напрямів і шкіл та визначити певні загальні методологічні принципи; спроби виокремлення психотерапії як самостійної наукової дисципліни і професії (А. Блатнер, Е. Вагнер, Ф. Василюк, М. Гуліна, М. Гусельцева, Р. Гуттерер, М. Колпакова, А. Прітц, М. Решетніков, О. Ромек, О. Сосланд, Страсбурзька Декларація з психотерапії, О. Фільц, А. Юревич та інші).

Вказані загальні тенденції розвитку світової психотерапії у вітчизняному психотерапевтичному просторі набувають своєї специфіки, пов'язаної із соціально-політичними, економічними і культурними процесами у суспільстві, запитамі і ментальністю людей. Зокрема, важливими соціокультурними чинниками становлення вітчизняної теорії і практики психотерапевтичної допомоги, визначеними за результатами проведених нами теоретичних і емпіричних досліджень, є: християнські традиції і цінності — насамперед, цінність любові; екзистенційні чинники — цінності свободи, особистісного розвитку, високого смислу життя; етичні цінності — повага/неповага як спосіб існування людини в суспільстві; сімейний контекст особистості — типові соціальні уявлення про сім'ю та сімейні стосунки; особливості народної театральної культури.

Основна ідея дослідження полягала в тому, що використання потужного потенціалу сучасних психотерапевтичних методів у просторі вітчизняної психотерапії повинно спиратись на: а) знання важливих тенденцій, що характерні для становлення сучасної парадигми психотерапевтичної допомоги; б) осмислення філософсько-методологічних засад та історико-культурної зумовленості існуючих психотерапевтичних методів; в) врахування впливу соціокультурних чинників розвитку вітчизняної теорії і практики психотерапії при застосуванні сучасних психотерапевтичних методів і підходів.

**Об'єкт дослідження** — сучасні психотерапевтичні методи і підходи.

**Предмет дослідження** — теоретико-методологічні принципи та технології застосування сучасних психотерапевтичних методів і підходів у вітчизняних соціокультурних умовах.

**Мета дослідження** — визначити теоретико-методологічні принципи застосування сучасних психотерапевтичних методів і підходів у вітчизняному соціокультурному середовищі та розробити на їх основі відповідні технології психотерапевтичної і консультативної допомоги.

**Завдання дослідження:**

1. Провести теоретико-методологічний аналіз проблеми застосування сучасних психотерапевтичних методів і підходів у вітчизняних соціокультурних умовах.
2. Визначити теоретико-методологічні принципи та розробити технології застосування психодинамічно зорієнтованих методів і підходів — кататимно-імагінативної психотерапії, структурно-психодинамічного підходу, інтерперсональної психотерапії.
3. Визначити теоретико-методологічні принципи та розробити технології застосування екзистенційно і гуманістично зорієнтованих підходів — персонологічного підходу, екзистенційно-гуманістичного підходу.
4. Визначити теоретико-методологічні принципи та розробити технології застосування методу психодрами у вітчизняному соціокультурному контексті.
5. Визначити теоретико-методологічні принципи та розробити технології застосування системно зорієнтованих підходів у вітчизняному соціокультурному середовищі.

**Методи дослідження:** на етапі теоретичного опрацювання — аналіз, порівняння, систематизація, узагальнення теоретичних і експериментальних даних; на етапі емпіричних досліджень — спостереження, анкетування, інтерв'ю, фокус-групове дослідження; аналіз власної практики психологічного консультування і психотерапії; супервізійний рефлексивний аналіз тощо.

**Стан впровадження продукції:**

Етап: другий;

Рівень: всеукраїнський;

Об'єкти впровадження — 8 (3 ВНЗ, 5 організації).

**Результати моніторингу впровадження продукції:**

Створена продукція набула достатньо широкого оприлюднення і розповсюдження, оскільки основні результати НДР опубліковано у 90 наукових статтях у фахових виданнях, які згідно із обов'язковим переліком розсилки, поступили до 8 провідних наукових бібліотек України та, згідно із вимогами МОН України, подані на сайті електронної бібліотеки НАПН України (<http://lib.iitta.gov.ua/>) у електронній формі, що забезпечує широкий доступ до цієї продукції для цільової групи користувачів.

За результатами НДР виконавцями опубліковано 1 монографія, 2 збірника наукових праць, які також знаходяться у фондах провідних бібліотек, що забезпечує широку можливість для ознайомлення з ними користувачами продукції.

Отримано документальне підтвердження впровадження у формі угод, що передбачають впровадження 7 об'єктами впровадження та однією довідкою про впровадження з трьох регіонів України (3 ВНЗ, 5 організації).

**Соціальний ефект впровадження результатів НДР:**

Забезпечено викладачів курсів з практичної психології та практикуючих психологів новими науковими знаннями та технологіями психологічного консультування і психотерапії, що відповідають вітчизняним соціокультурним умовам.



**Перелік відомостей, що підтверджують достовірність впровадження результатів дослідження:**

Кількість об'єктів упровадження результатів НДР — 8

*Навчальні заклади — 4*

1. Угода, що передбачає впровадження результатів науково-дослідної роботи з Львівським обласним інститутом післядипломної педагогічної освіти від 30 травня 2013 року.
2. Угода, що передбачає впровадження результатів науково-дослідної роботи з Вищим навчальним закладом «Український католицький університет» від 30 травня 2013 року.
3. Угода, що передбачає впровадження результатів науково-дослідної роботи з ПП «Український інститут консультативної психології та психотерапії» від 30 травня 2013 року.
4. Угода, що передбачає впровадження результатів науково-дослідної роботи з Кримським гуманітарним університетом (м. Ялта) від 15 травня 2013 року.

*Організації — 4*

1. Угода, що передбачає впровадження результатів науково-дослідної роботи з Міжрегіональною громадською організацією сприяння розвитку символдрами — Кататимно-імагінативної психотерапії (МГО СРС КІП) від 15 травня 2013 року.
2. Угода, що передбачає впровадження результатів науково-дослідної роботи з Управлінням освіти, молоді та спорту Києво-Святошинської райдержадміністрації від 27 травня 2013 року.
3. Угода, що передбачає впровадження результатів науково-дослідної роботи з Київською асоціацією психодрами (КАП) від 30 травня 2013 року.
4. Довідка про впровадження результатів науково-дослідної роботи № 1169 від 03 грудня 2014 року управління освіти і науки Броварської міської ради.

## **II. ОСНОВНА ЧАСТИНА**

### **1. Особливості застосування сучасних методів психодинамічної парадигми у вітчизняних соціокультурних умовах**

## ***1.1. Кататимно-імагінативна психотерапія: теоретичні та технологічні аспекти застосування у вітчизняному психотерапевтичному просторі***

Вітчизняна теорія і практика психотерапевтичної допомоги у своєму становленні орієнтується на здобутки світової психотерапевтичної науки і практики у контексті притаманних їй на даному етапі інноваційних тенденцій, змін у методах, підходах, вимогах до психотерапії. Разом з тим розвиток вітчизняної психотерапії зумовлюється також соціально-політичними, економічними і культурними процесами власного суспільства, ментальністю народу, сучасними потребами і запитамі людей. У зв'язку з цим при застосуванні на вітчизняних теренах тих чи інших організаційних форм, теорій і методів сучасної західної психотерапії постає питання про наявність належних передумов для їх використання, а також їх вивчення, осмислення і опрацювання з урахуванням соціокультурного контексту в теорії і на практиці. Розглянемо означене питання стосовно такого методу психодинамічної парадигми, як кататимно-імагінативна психотерапія.

Кататимно-імагінативна психотерапія (КІП, символдрама) — психодинамічний метод, який був заснований німецьким психотерапевтом Х. Льюнером в 40-50 рр. минулого століття і який, показавши високу ефективність у психотерапії неврозів, порушень, пов'язаних із невротичним розвитком особистості, та психосоматичних захворювань, в 1995 році був впроваджений у психотерапію як науково обґрунтований метод.

КІП характеризують три суттєві ознаки: метод ґрунтується на глибино-психологічних теоріях; у ньому використовуються імагінації; ключову роль відіграє робота із символікою імагінацій. Згідно сучасних уявлень науковців, що досліджують метод, його ключовими теоретичними положеннями є наступні: у якості основної детермінанти особистісного розвитку та поведінки розглядаються неусвідомлювані психічні процеси (несвідомі фантазії, потяги, конфлікти та механізми захисту), а також динаміка їх розвитку у стосунках з об'єктом; метод базується на теоретичному фундаменті класичного психоаналізу та його сучасного розвитку (теорія потягів, Еґо-психологія, теорія об'єктних стосунків, Self-психологія, психологія процесу розвитку тощо); КІП відрізняється від інших напрямків психодинамічної психотерапії роботою з образною сферою людини; специфічним для цього методу є особлива форма уявлення образів – імагінації, в яких у символічному вигляді представлені інтерналізовані конфлікти пацієнта і патерни його об'єктних стосунків; в терапевтичному процесі психотерапевт використовує ці символізації та наступні асоціації пацієнта у контексті анамнезу, актуальної життєвої ситуації та стосунків перенесення/контрперенесення з діагностичною та терапевтичною метою; дієвими факторами КІП вважаються: дозоване самим пацієнтом розкриття несвідомої проблематики; мікрокатарсис; пробні дії на фантазійному рівні; стимуляція креативних (пов'язаних із фантазією) здібностей; задоволення

базових потреб на символічному рівні; актуалізація інфантильних травматичних сцен, пропрацювання конфлікту.

Розгляд КІП в континуумі інших психодинамічних методів, дозволяє виділити її переваги як методу, що відповідає сучасним тенденціям розвитку психотерапії, а саме: символдрама займає середнє місце між “розкривальними” та “підтримувальними” психотерапевтичними методами; відзначається системністю і технічною організованістю (наявність структурованих технологій застосування); короткотривалістю та універсальністю; має великий діапазон застосування та мінімальні обмеження (протипоказання); характеризується лабільністю, що дозволяє застосовувати КІП у поєднанні з іншими психотерапевтичними методами, у різних формах (групова, індивідуальна, парна) та з різними категоріями клієнтів (дорослі, діти, сім’ї).

Кататимно-імагінативна психотерапія ґрунтовно впроваджується в Україні, починаючи з 1995 року. Досвід її практичного застосування показав важливі особливості методу, які приваблюють вітчизняних фахівців: по-перше, метод добре структурований і технічно організований, тобто містить достатньо ясні технології застосування як на початку роботи з клієнтом, так і у міру її розгортання від сеансу до сеансу; по-друге, метод ґрунтується на концепціях класичного і сучасного психоаналізу, тобто він має фундаментальну теоретичну базу, а отже, є солідним і надійним; по-третє, кататимне переживання образів співзвучно ментальності вітчизняних клієнтів і психотерапевтів, оскільки ландшафтні мотиви, які пропонуються в символдрамі і є базовими для неї (“Луг”, “Ручай”, “Гора”, “Узлісся” тощо) – природні і звичні для мешканців нашої країни. Крім того, ці мотиви широко представлені у вітчизняному фольклорі, а також у народному образотворчому мистецтві; по-четверте, емоційно зумовлене переживання образів, що забезпечує і на чому побудована КІП, відповідає психологічним особливостям значної кількості клієнтів, для яких більш прийнятним є емоційно-образний, а не когнітивно-раціональний спосіб пропрацювання психологічних проблем і конфліктів.

Таким чином, досвід застосування кататимно-імагінативної психотерапії у вітчизняному психотерапевтичному просторі свідчить про достатні теоретичні і практичні передумови для її подальшого поширення і впровадження. Разом з тим цей досвід показує також, що застосування методу КІП в Україні повинно здійснюватись з урахуванням особливостей соціокультурного контексту, зокрема специфіки вітчизняних клієнтів і психотерапевтів та стосунків між ними, специфіки імагінативного процесу, символіки образів тощо, тобто повинно відбуватись саме як адаптація з проведенням належних спостережень, досліджень, узагальнень.

Нами проведене спеціальне емпіричне дослідження стосовно використання методу КІП у вітчизняних соціокультурних умовах. Воно проводилось серед українських психотерапевтів, які отримали повну освіту за методом КІП (76%), або знаходяться на останніх етапах навчання (24%) і мають достатній досвід застосування КІП у своїй практичній роботі (від 5 до 18 років). В процесі дослідження застосовувались наступні методи: авторський питальник

“Мій власний досвід роботи за методом кататимно-імагінативної психотерапії (символдрами)”, інтерв’ю, бесіда, спостереження, аналіз продуктів діяльності (імагінації клієнтів та їх опрацювання), супервізійний рефлексивний аналіз.

В результаті проведеного дослідження отримані дані, що характеризують соціально-психологічний портрет вітчизняного символдраматиста, його професійний досвід (особливості клієнтів, їх проблематика тощо), погляди фахівців на сам метод та його дієві фактори, особливості технологічних аспектів у застосуванні КІП, особливості стосунків “психотерапевт – клієнт”, специфіку уявлення образів. Виявлені також дані стосовно культурної специфіки у застосуванні методу, що проявляється у особливостях проблематики клієнтів, яка “прочитується” у їх образах і малюнках, у своєрідному сприйняттю деяких стандартних та інших відомих мотивів КІП, у символіці образів та їх динаміці за ходом імагінації, а також у особливостях стилю, стратегій роботи з образами, які обирає психотерапевт. У зв’язку з цим можна говорити про характерні для вітчизняного простору модифікації принципів і технік КІП: акцент на опрацювання проблем сепарації від зовнішніх об’єктів; підсилення ролі емпатійно-підтримуючого стилю у психотерапевтичному процесі; врахування культурної специфіки у символіці образів та їх динаміці, що спонукає до вибору адекватних особливостям вітчизняних клієнтів мотивів КІП, стилю і стратегій в імагінативному процесі, моделей психотерапевтичної допомоги. Актуальним є також внесення певних коректив у діагностичні критерії норми і патології, які визначаються на основі образних репрезентацій дорослих, дітей і підлітків, сімейних пар.

## **1.2. Соціокультурна специфіка у використанні в роботі з підлітками символдраматичного тесту–мотиву “Три дерева”**

Постійно присутньою і актуальною проблемою в науковій і практичній психології є проблема емоційного здоров’я підлітків. Коло питань, які розглядаються в контексті розв’язання вказаної проблеми охоплює великий діапазон, до якого входять як питання вивчення психологічних особливостей підліткового віку, критеріїв норми та патології у емоційних проявах підлітків, причин виникнення та можливостей подолання дітьми своїх негативних переживань тощо, так і питання щодо створення, адаптації та застосування у практиці ефективних засобів діагностики та психокорекції емоційної сфери підлітків на основі тих психотерапевтичних методів і методик, які не лише визнані та широко уживані у світі, а й, головне, відповідають ментальності народу та соціокультурній специфіці вітчизняного психотерапевтичного простору.

Згідно наших попередніх досліджень, негативні переживання підлітків через стосунки з батьками істотно переважають інші негативні переживання в їхньому житті, і у більшості випадків цим переживанням властива значна інтенсивність. Дані вітчизняних і зарубіжних досліджень вказують на те, що відсоток дітей підліткового віку з тривожними та депресивними розладами

збільшується з кожним роком. А отримані в результаті сучасних досліджень дані доводять небезпечність несвоєчасного розпізнавання емоційних порушень у підлітків, адже наслідком цього може бути розгортання складнішої симптоматики в дорослому віці (G. Harrington, T. M. Achenbach, D. A. Cole, O. Подольський та ін.). Саме тому якісна діагностика емоційної сфери підлітків та адекватні психотерапевтичні заходи можуть запобігти небажаним тенденціям у розвитку особистості підлітка.

В той же час впровадження світового досвіду та екстраполяція концептуальних положень різних методів психотерапії та тестових методик повинні відбуватися на основі критичного осмислення цих методів і їхнього інструментарію, врахування вітчизняних соціокультурних чинників та умов зростання українського підлітка.

Дослідження соціокультурної специфіки у застосуванні психодинамічного методу КІП було присвячене психодіагностичній та психокорекційній роботі з емоційними проблемами у підлітків (на прикладі символдраматичного тесту-мотиву «Три дерева»). Головними завданнями експериментального дослідження були: визначення особливостей застосування символдраматичного тесту-мотиву «Три дерева» вітчизняними психотерапевтами у роботі з підлітками та з'ясування специфіки переживань підлітків у стосунках з батьками і відображення цієї специфіки у їх образах та малюнках.

Отримані результати дослідження дозволяють виокремити параметри, за якими уявляється можливим охарактеризувати специфіку застосування тесту-мотиву «Три дерева» вітчизняними фахівцями у роботі з підлітками. Як показало дослідження, ця специфіка проявляється у відмінностях, що характеризують сферу і процедуру застосування тесту вітчизняними фахівцями, порівняно із західними; у відмінностях в символіці образних репрезентацій, відображених у малюнках українських дітей, порівняно із дітьми з інших країн, що в свою чергу вносить певні корективи у діагностичні ознаки емоційного благополуччя/неблагополуччя вітчизняних підлітків.

Виявилось, що вітчизняні фахівці доволі широко застосовують у своїй практиці методику «Три дерева» і розглядають її як надійний діагностичний інструмент. Цю методику застосовують не лише фахівці, які навчалися методу символдрами, а й ті, хто отримав кваліфікацію у межах інших психотерапевтичних методів. Методика застосовується як у практиці шкільного психолога, так і в приватній психотерапевтичній практиці з метою діагностики дитячо-батьківських стосунків, однак її доволі рідко застосовують в умовах стаціонару та амбулаторного прийому в лікувальних закладах. На відміну від вітчизняної практики, в інших країнах світу сфера застосування методики «Три дерева» є ширшою (наприклад, як психотерапевтичний інструмент у межах паліативної психотерапії; у психосоматичних клініках з метою вивчення особистісних характеристик дівчат-підлітків з розладами харчової поведінки; у державній системі соціальних служб та загальноосвітніх шкіл з метою виявлення насильства та жорстокості в сім'ях тощо).

Щодо особливостей процедури застосування, то вітчизняні фахівці застосовують тест у стандартному його варіанті (E. Klessman, адаптація

Я. Л. Обухов), тоді як психотерапевти з Західної і Північної Європи проводять цей тест, згідно з рекомендаціями М. Leibowitz, в межах self-психологічного аналізу; через те, що мета діагностики за даним тестом зсувається в площину аналізу self-репрезентацій, тест більшою мірою інформує про самопочуття клієнта в родині, а інтерпретація малюнків відповідно орієнтується на ці запитання.

Виявлення культурної специфіки підліткових образних репрезентацій у малюнках за тестом-мотивом «Три дерева» відбувалось за допомогою як порівняльного аналізу даних, так і експертного оцінювання на основі таких технічних методів: метод протиставлення пар позитивних і негативних характеристик малюнка за Р. Elkish; аналіз опорних елементів малюнка, виділених Г. М. Ферсом; аналіз малюнків на основі образних репрезентацій і дескриптивних коментарів (описів) до малюнків.

Отримані дані дозволяють окреслити актуальний зміст проблематики підлітків у стосунках з батьками. По-перше, характерною для українських сімей виявилася проблема психологічної залежності та психологічної сепарації підлітків від батьків (переважно матері). Як показало порівняння наших даних із даними західних дослідників, процес психологічної сепарації у українських дітей відбувається пізніше і складніше, ніж у підлітків із західних країн. Різноманітні форми симбіотичного зв'язку (переважно з матір'ю) на малюнках українських дітей проявляються в символічній формі у вигляді порушення меж між деревами, взаємопроникнення, сплутаності крони, коріння чи стовбуру. При цьому на малюнках американських підлітків кожне дерево зазвичай стоїть окремо, маючи власне місце для зростання, що вказує на підкреслене позиціонування своєї незалежності та автономності від батьків, а в образних репрезентаціях західноєвропейських підлітків «злиття» характерне для стосунків між сіблінгами (близнюки, двійнята). По-друге, у малюнках вітчизняних підлітків унаочнюється також проблема інфантилізації дитини в родині (як правило, з боку матерів), що є тісно пов'язаною з утрудненою сепарацією. На рівні образних репрезентацій у малюнках це проявляється у вигляді маленьких кущиків, які символізують дитину, та похилених над ними крон дерев (берез, верб, калини), які символізують матір. Водночас, як свідчать дані Н. Coch та Z. Vass, західноєвропейські підлітки малюють переважно однакові дерева і, лише у випадках патологічної організації психіки, дитина зображує себе у вигляді гілочки (окремої або прикріпленої до дерева, яке символізує матір). По-третє, малюнки вітчизняних дітей демонструють тенденцію до їх слабкої статево-рольової ідентифікації: різні дерева уособлюють різних членів родини, при цьому часто ані назва, ані образна репрезентація дерева не вказують на стать дитини (наприклад, дівчата — дуби, тополі, каштани; батько може бути яблунею, грушею тощо). На противагу українським японські підлітки символічно акцентують стать кожного дерева, а західноєвропейські підлітки нерідко зображують себе у вигляді дерева, яке символізує батька чи матір, залежно від об'єкта ідентифікації.

До певної соціокультурної специфіки можна зарахувати також виявлені особливості образних репрезентацій у малюнках підлітків з різними емоційними

станами (депресивними, тривожними, агресивними), які відрізняються від західноєвропейських кольором, технікою малювання, сюжетом. До вказаної специфіки відноситься і виявлена розбіжність у інтерпретації образних репрезентацій при діагностиці норми і патології, зокрема доведено некоректність прямої екстраполяції критеріїв західноєвропейської діагностики психічної патології та емоційних проблем підлітків, яка базується переважно на критеріях, виділених J. E. van Lenner, на вітчизняну вибірку. На основі образних репрезентацій вітчизняних підлітків визначені специфічні діагностичні ознаки їх емоційного благополуччя та неблагополуччя.

Виявлені соціокультурні особливості образних репрезентацій підлітків щодо стосунків у їхніх сім'ях суттєво впливають на особливості діагностичної та подальшої психотерапевтичної роботи з ними. Тому орієнтація на встановлені особливості образних репрезентацій вітчизняних підлітків, урахування їх етнічного і культурного контексту та особливостей стосунків у сім'ях сприятиме підвищенню рівня валідності та якості діагностики, так само, як і ефективному плануванню подальшого психотерапевтичного процесу (вибору адекватного стилю ведення психотерапевтичних сесій, образів КІП тощо).

### ***1.3. Технології формування зрілих стосунків у сучасних родинах засобами кататимно-імагінативної психотерапії***

Проблема особистісної зрілості була завжди у фокусі уваги зарубіжних та вітчизняних фахівців. Зрілість розглядалася і як здатність особистості до успішного соціального функціонування, і як наявність низки її внутрішніх характеристик, і як специфічна поведінкова модель, і як прагнення людини до цілеспрямованої свідомої активності тощо. На наш погляд, одним із важливих показників особистісної зрілості є її здатність до побудови зрілих стосунків у широкому та вузькому соціальному контексті.

Особистісну зрілість ми пов'язуємо з сукупністю характеристик, які формують структурну цілісність «Я» і впливають на здатність особистості до самоосмислення, самодиференціації, саморозвитку та на її можливість створювати конструктивну взаємодію з іншими. Зрілість особистості є однією з вирішальних умов здатності до зрілих стосунків.

Важливі психодинамічні характеристики зрілих стосунків суттєво розкриваються у теорії об'єктних стосунків, і пов'язані вони у першу чергу з такими характеристиками взаємин, як: любов, зріла автономія між партнерами, довіра, структурованість, активність та розвиток. Зрілі стосунки пов'язані зі спільним розвитком партерів, довірою, динамічністю, активністю, автономією, спрямованістю на відкриття себе та іншого, здатністю переживати моменти глибинного єднання та почуття любові. З огляду на це, здатність особистості до зрілих стосунків ми визначаємо як сукупність характеристик особистості, що впливають на її можливість створювати та утримувати довірчі, структуровані, сталі, відповідальні, динамічні та глибокі соціальні зв'язки, які стимулюють спільний розвиток партерів.

Аналіз літератури показав, що психодинамічний контекст стосунків має суттєвий зв'язок зі структурними особливостями клієнтів. Важливим видається те, що сформовані у процесі онтогенезу внутрішні об'єкти особистості надалі грають вирішальну роль у побудові стосунків з оточуючими. І, навпаки, якість стосунків з оточуючими є важливим діагностичним показником та маркером внутрішнього життя клієнта. Психодинаміка взаємодії шлюбних партнерів розкривається у низці показників, які дають можливість піддати глибокому аналізу стосунки подружжя. Характеристики «структурованість-розбалансованість», «активність-пасивність», «автономія-залежність», «довіра-недовіра» діагностують загальні психодинамічні особливості взаємодії у парі.

Була розроблена програма дослідження феномену якості стосунків у сучасних українських родинах. Перш за все нас цікавили психодинамічні особливості взаємодії у сім'ї: тобто, як глибинні характеристики партнерів впливають на якість їхніх стосунків.

Поняття зрілості стосунків між партнерами сприймається респондентами дещо неповно: основними критеріями, за якими шлюбні партнери оцінюють ступінь зрілості стосунків, є наявність довірчої взаємодії та відсутність конфліктів. Компоненти структурованості, відповідальності, гнучкості, глибини та розвитку досліджувані не вирізняють. У сучасних родинах переважають наступні психодинамічні характеристики взаємодії між шлюбними партнерами: недовіра, залежність, структурованість, пасивність. Існує значно виражений прямий кореляційний зв'язок ( $r=0,69; p \leq 0,1$ ) між такими характеристиками стосунків як зріла автономія між партнерами та активність, рухливість, розвиток взаємодії та партнерів; існує кореляційний зв'язок ( $r=0,57; p \leq 0,1$ ) між характеристиками довірливості та активності партнерів. Аналіз даних діагностичного інтерв'ю показав, що у більшості досліджуваних є несприятливі фруструючі обставини, що можуть впливати на утворення фіксацій на оральній та анальній стадіях розвитку. Детальний аналіз інтерв'ю, діагностичної бесіди та тесту показав: існує взаємозв'язок між типовим змістом перенесення партнерів, змістом їхніх регресивних тенденцій та характеристиками неусвідомленого контракту шлюбної взаємодії.

На основі аналізу змісту імагінацій досліджуваних встановлено взаємозв'язок між характеристиками внутрішніх об'єктів шлюбних партнерів та особливостями їхньої взаємодії. Так, типові характеристики внутрішніх об'єктів партнерів пов'язані у першу чергу з фантазіями про надмірну близькість чи, навпаки, підкреслену дистанційованість батьківських фігур стосовно респондента; про виключну контролюючу та домінуючу функцію одного чи обох батьків; про пригнічення батьківськими фігурами ініціативи, відокремлення та розвитку респондентів; про неможливість відкритих стосунків та проявів щирих бажань стосовно батьківських фігур; про надмірну активність батьків у житті респондента тощо. Відповідно, реальна взаємодія шлюбних партнерів стосується тем подібних до тих, що фігурують у образному просторі учасників комунікації: «злиття-відокремлення», «активність-пасивність», «довіра-недовіра», «відповідальність-інфантильність», «свобода-контроль» тощо. Таким чином, дитячі конфлікти чи переживання, які було витиснуто зі



свідомості, знову повторюються з тими значущими людьми, які вступають у подібну взаємодію з особистістю. Нерідко виявляється, що у шлюбних партнерів їхні внутрішні об'єкти вступають у комплементарну взаємодію.

Отже, феномен зрілих стосунків багатосаровий та включає в себе і свідомі, і несвідомі компоненти. Виходячи з цього, технології формування зрілих стосунків, доцільно будувати на основі методів психодинамічної парадигми, які створюють умови для прорацювання різних пластів у стосунках між шлюбними партнерами. На наш погляд, найбільш вдалим для такої роботи є метод кататимно-імагінативної психотерапії (КІП, символдрами).

Специфіка формування зрілих стосунків у вітчизняних сім'ях є наступною:

На етапі створення робочого альянсу слід враховувати прагнення вітчизняних клієнтів переадресувати відповідальність за процеси у їхньому житті на зовнішні об'єкти. У зв'язку з цим варто сприяти усвідомленню клієнтом власної ролі у процесі психотерапії та у побудові стосунків зі шлюбним партнером.

Працюючи з вітчизняними клієнтами, особливу увагу варто спрямувати на роботу з психологічними кордонами у психотерапевтичному процесі в цілому та у контексті шлюбної взаємодії. Важливо чітко означувати психотерапевтичні рамки, правила взаємодії у психотерапевтичному процесі. Рекомендовано вибудовувати стратегію усвідомлення партнерами необхідності дотримання певних правил взаємодії у шлюбі: право на конфіденційний простір, власну думку, особистісні інтереси, смаки, уподобання тощо.

Особливу увагу варто спрямовувати на пропрацювання негативно забарвлених проєкцій партнерів стосовно один одного та стосовно психотерапевта. У цьому контексті варто сприяти виробленню специфічної рефлексивної позиції партнерів стосовно себе та стосовно власної взаємодії зі світом. Слід зазначити, що вітчизняні клієнти потребують значної емоційної підтримки на етапі розвитку у них здатності до ініціативності та активності. Варто заохочувати ініціативні дії та творчі спроби клієнтів, приділяти увагу обговоренню позитивного впливу активних, осмислених та творчих дій на розвиток особистості, стосунків та динаміку психотерапевтичного процесу. Особливої уваги потребують ситуації, де ініціативні спроби клієнтів стикаються з невдачами – нерідко ці факти стають для наших співвітчизників вирішальними для того, щоб закріпитися у більш пасивній та безініціативній позиції.

Вітчизняні клієнти чекають значної структурованості від психотерапевтичного процесу. У зв'язку з цим рекомендовано прицільно упорядковувати досвід, набутий клієнтами у ході психотерапії.

Вирізнено також специфіку застосування деяких технік кататимно-імагінативної психотерапії, яка виникає у зв'язку з описаними вище особливостями внутрішніх об'єктів клієнтів та особливостями взаємин із іншими. Так, техніка релаксації та уявлення образу сприймається клієнтами не завжди однозначно. З одного боку, пропозиція розслабитись і пофантазувати сприймається зацікавлено, з іншого – викликає настороженість. Таке явище нерідко пов'язане з проблемою втрати базової довіри особистості до світу. Пропозиція намалювати уявлений образ теж не отримує однозначної згоди з боку

клієнтів. Така тенденція вказує на значний опір стосовно вільних, творчих та спонтанних проявів клієнтів, що знову ж таки бере свій початок у пригніченні таких характеристик взаємодії, як активність, ініціативність, відповідальність. Таким чином, потрібно приділити значну увагу пропрацюванню опору стосовно вільного фантазування на задану тему та його зображення.

Деякі особливості стосуються також і застосування прийомів кататимно-імагінативної психотерапії. Зокрема, достатньо тривалого часу клієнти потребують для роботи із символічним примиренням, годуванням та задобрюванням ворожих чи небезпечних об'єктів. Це пов'язано із необхідністю формування у сучасних клієнтів платформи довірчих стосунків та укріплення дружньо налаштованих внутрішніх фігур. Лише незначна кількість клієнтів адекватно сприймають такий прийом кататимно-імагінативної психотерапії, як конфронтація, оскільки у процесі його застосування у них значно посилюються конфліктні структури, що пов'язано з фантазіями вітчизняних клієнтів про відповідальність іншого у ситуації напруженої взаємодії та бажанням ізолювати себе від неї. У зв'язку з цим прийом конфронтації варто застосовувати на тому етапі, коли є достатній досвід довірчої взаємодії у психотерапевтичному процесі, а також сформована позиція рефлексивного споглядача у клієнта.

#### ***1.4.Методологічні принципи, умови та техніки застосування структурно-психодинамічної моделі психотерапії у сучасному соціокультурному середовищі.***

Онтологічна модель психотерапії, яку ми створили та випробовуємо, побудована на основі констеляції філософських і наукових ідей різних авторів та власних емпіричних досліджень, спостережень і досвіду самопізнання. Основні ідеї для розрізнення онтологічних вимірів запозичено у Миколи Кузанського, Анрі Бергсона, Мартіна Хайдеггера, Серена К'еркегора, Зигмунда Фрейда, Дональда Віннікотта, Жака Лакана, Мерама Мамардашвілі. У результаті було створено модель структурно-психодинамічної психотерапії, яка містить чотири складові: психотерапевтичну антропологію, що по суті є онтологічною моделлю людини та людських стосунків; періодизацію структурного розвитку людини; поняття про норму та типологію відхилень; поняття про методи психотерапевтичної взаємодії. Антропологія у поєднанні з періодизацією розвитку як простір і час у об'єктивному світі створює систему координат для побудови системної роботи з об'єктом.

Людину в нашій констеляції ми уявляємо як складний чотиривимірний об'єкт структурного розвитку. Виміри виділені за принципом єдності: єдність тілесних відчуттів, здорового глузду, розуму та вища божественна єдність. Вимір тілесної єдності здійснюється як кататимні переживання, реально відчутні, біологічно та соціально зумовлені, які проявляються в темпераменті людини, її емоціях та тілесних відчуттях, синтетичному переживанні світу. Вимір єдності здорового глузду здійснюється як структура уявлень, міфів, міркувань, імагінацій, проявів характеру. Він знімає у собі перший вимір та засвоюється завдяки якості емоційно наповненого кататимного спілкування та навчання у

мовному середовищі. Розмірковування здорового глузду завжди є відчуженими формами та 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 співвіднесення форми розмірковувань та їх предмета, розрізнення тілесних проявів та уявлень про них. Умови засвоєння цього виміру, очевидно, пов'язані із соціальними стосунками (досвід співвіднесення своїх бажань та бажань іншої людини), а можливості проявляються у здатності розрізняти та утримувати свої кордони та межі інших людей, покладати мету, здатності до гумору, поваги, у наявності цінностей; 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. Він є структурно необхідним для утримання чи відновлення розімкненості духовного виміру (онтологічної відкритості до світу) і всієї системи. Питання про причину, сенс та творця існування є відсиланням за межі цього існування, трансценденцією, яка змістовно завершує модель, а структурно створює можливість моделювання принципової незавершеності буття. Виходячи з цього, ми виділяємо чотири онтологічні потреби людини: потреби у переживань, відчуженні своїх переживань («винесенні їх назовні»), символізації (розрізненні переживань та форм їхньої представленості), розмиканні свідомості (онтологічній відкритості). У представленій антропології показана онтологічна, сутнісна модель людини. Тобто, завдяки їй, ми можемо за необхідності визначити, чи утримуємо ми або інша особа в певних обставинах свою людськість чи втрачаємо її. Основною тезою, яка продовжує логіку, є положення, що онтологічна структура дана людині із самого початку і в повному обсязі. Маленька дитина відрізняється від структурно зрілої особи тим, що не здатна самотійно утримувати всі виміри структури, і для неї ці виміри мусять тримати інші люди, які будуть виконувати відповідні функції. Завдяки представленій моделі, ми можемо бачити механізм функціонування відомого феномену соціальності людини. Особа, яка не утримує самотійно якийсь вимір, — змушена інтуїтивно шукати інших людей, які б для неї це здійснювали (культурний або симптоматичний (якщо культура не впоралась) тип стосунків за механізмом компенсації збитковості). Особа, яка утримує онтологічну структуру, — створює простір людськості, в якому є місце для інших осіб (стосунки за механізмом свободи здійснення носіїв культури). Наведемо наступні важливі для логіки дослідження визначення. Структурною зрілістю ми називаємо досвід самотійного утримання чотирьох вимірів. Цей досвід реалізується в специфічному, динамічному стані свідомості, який виникає через здійснення вільного зусилля і може бути втраченим (структурна регресія) та відновленим. Таке розуміння соціальності та зрілості дозволяє нам сформулювати визначення культури для даної онтологічної моделі. Культурою ми називаємо такий простір стосунків, в якому є місця (топоси) для осіб, що можуть знаходитись в різних (зрілому або інфантильному) станах структурного функціонування і при тому не втрачати своєї людськості. За основною функцією культура покликана утримувати простір для здійснення онтологічного статусу

людини або його відновлення у випадках тимчасової втрати цього статусу. Простір культури тримається завдяки символічним об'єктам культури та її носіям.

Таким чином, нами з'ясовано розуміння соціальності та культури. На основі цього окреслено деякі соціокультурні тенденції, які проявляються в сучасній Україні та світі в контексті практики надання психологічної допомоги. За результатами контекстного аналізу сімейних анамнезів та опитування (згадки про події більшого, ніж сімейний, соціального масштабу, які відбулись у країні та світі) були виділені періоди та події новітньої історії України, які в суб'єктивному досвіді клієнтів оцінюються як суттєві, такі, що вплинули на особисту історію і згадувались нашими респондентами не менше двох разів. Виявилось, що частина суб'єктивно значущих подій руйнували іззовні як звичний перебіг життя, так і уявлення про світ, усталену систему соціальних норм, загрожували або руйнували структури у вимірі уявлень, здорового глузду. Це сприймалось як насилля або як звільнення, в обох випадках посилювало тривогу. Автором подій був хтось іззовні. Зовнішній не-споріднений суб'єкт активності структурно інфантильні особи сприймають як загрозу, і це викликає у них стан стресу, може спричинити травму. Зовнішній споріднений суб'єкт активності (у важливих релігійних подіях для віруючих), руйнуючи усталену картину світу, розмикає свідомість, і події сприймаються як такі, що дарують надію, додають сили. Звертаючись до більш широкого історико-культурного контексту, ми бачимо, як епоха відчуження, початок якої зафіксували філософи XIX –XX століть, на початку XXI століття набула своїх крайніх бруталних форм. Останні події в Україні дають надію на культурну можливість подолання відчуження і переходу в іншу епоху соціокультурного буття спільноти.

Методологічним принципом структурно-психодинамічної моделі психотерапії є принцип утримання та відновлення онтологічної структури людини. Умови його здійснення впливають із структури онтологічних потреб людини. Психотерапевт мусить мати навички в забезпеченні цих потреб для себе і у створенні умов для несимптоматичного задоволення цих потреб клієнтом. Психотерапевт створює тимчасовий культурний простір для пошуку ресурсів та відновлення клієнтом здатності до утримання онтологічної структури. Мовою психодинамічних методів психотерапії це означає, що в першу чергу необхідно працювати з контрперенесенням та перенесенням, контрспротивом та спротивом у чотирьох запропонованих вимірах. Головною умовою застосування психотерапевтичних підходів та моделей в обставинах довготривалих стресових подій стає забезпечення екологічності праці психотерапевта. Особливо важливим це стає при застосуванні моделі, яка потребує екзистенційної присутності психотерапевта. Аспекти психогієни праці психотерапевта у вимірах моделі: увага до своїх тілесних відчуттів; можливість легального публічного переживання своїх почуттів та винесення (відчуження) цих переживань назовні для доброзичливого слухача (власний психотерапевт, супервізор, партнер у допоміжній бесіді); усвідомлення умовності форм відчуження; розімкнення свідомості.

З'ясовано, що кататимно-імагінативна психотерапія, яку ми практикуємо, на рівні інтенцій свідомості психотерапевта, дозволяє здійснювати розімкнення; на рівні методу – технічно утримує решту вимірів онтологічної структури людини. У назві методу точно віддзеркалюється ця особливість. *Thymos* (з грецької перекладається як душа, глибинні переживання, стани) є означенням виміру реального. *Imagination* — образ, уявлення, мрія, фантазія, вказує на вимір уявного. *Kata* означає «відповідно, згідно», узгоджує і розрізняє два попередні виміри, тобто фіксує і здійснює зв'язок між реальним та уявним, символізацію. Кататимне переживання образів через відповідне ставлення психотерапевта та певні процедури надає можливості клієнту проживати у психотерапевтичному діалозі свої актуальні чи латентно важливі психічні стани і знаходити адекватні форми їх здійснення у стосунках з психотерапевтом. Метод дозволяє формувати власне ставлення до знайдених форм, сприймати їх як дороговкази, символи, що можуть утримувати для особи явний зв'язок із власним переживанням та створювати умови перетворення подій цих переживань на досвід.

Таким чином, використання структурно-психодинамічної моделі психотерапії в сучасних соціокультурних умовах є актуальним та доречним. Модель містить розрізнення на онтологічну структуру та структуру уявлень. Утримання онтологічної структури дозволяє психотерапевту забезпечити певне місце у просторі стосунків навіть для тих клієнтів, у яких спостерігаються глибокі дисоціації, сильні емоційні реакції, деструктивні психічні стани на фоні руйнування структури уявлень або перетворення структури уявлень на тотальний міф. Ця модель надає також можливості використовувати стресові ситуації для структурного розвитку клієнтів та опрацювання застарілих травм, розкриття творчого потенціалу. Розуміння структурної функції симптому дозволяє працювати з безпосередніми причинами їх виникнення, сприяти позитивній динаміці структурного становлення. У такому випадку зникнення симптомів стає побічним наслідком структурного досягання особи. Онтологічна модель стосунків може використовуватись не тільки для роботи з окремими особами, а й для аналізу структурного функціонування спільнот. В контексті збройного протистояння та високого загального стресового фону серед умов використання моделі на перший план виходить необхідність ретельного дотримання екології праці психотерапевта та профілактики професійного вигорання. Різного масштабу техніки застосування моделі, високодиференційований психотерапевтичний метод кататимних імагінацій та допоміжна бесіда дозволяють побачити, як модель функціонує на методичному рівні.

### ***1.5. Соціокультурні особливості використання стосунку “психотерапевт-клієнт” в інтерперсональній психотерапії.***

Тенденції, характерні для сучасного етапу розвитку психотерапії, вказують на те, що наразі тема дослідження психотерапевтичних стосунків є особливо актуальною. Сучасне суспільство набуває все більше рис “суспільства споживання”: забуття минулого та життя у повторюваному сьогодні,

анулювання традицій, відчуження, уявний достаток, фетишизація оточуючого світу та самої людини, масова культура. Для українського ж суспільства, до характерного гіпертрофованого дискурсу споживання, додаються також постколоніальний, посттоталітарний та посттравматичний статуси. На наш погляд, етнокультуральна ситуація посттравматичного суспільства є досить впливовим та маловивченим фактором, що впливає на проблематику сучасних клієнтів.

У контексті інтерперсональної психотерапії ми розуміємо травму як зраду Іншого. Переживання, яке виникає при цьому, перевершує за своєю інтенсивністю здатність людини опрацювати його. Наслідками цього є зміни у сприйнятті себе та іншого.

Якщо стосунки є основним чинником впливу, то тоді вони є і основним чинником лікування. У такому випадку, психотерапія буде полягати у встановленні стосунків, які могли б бути альтернативним досвідом для людини. Саме з цих причин ми вважаємо за доцільну таку психотерапевтичну стратегію, що була б націлена на підтримку та розвиток контакту у поєднанні з можливістю осмислення цього стосунку. Інтерперсональний підхід дає нам такі технічні та теоретичні можливості. У рамках міжособового підходу ми розглядаємо психотерапію як такі стосунки, у яких і психотерапевт, і клієнт є одночасно дослідниками, учасниками, спостерігачами за дослідниками та за учасниками. Сучасне бачення умов ідеальної комунікації (за Ю. Габермасом) та психотерапевтичного простору повертає нас до ідей мутативного аналізу Ш. Ференці. У нашому розумінні це не означає примусу для психотерапевта відкривати весь свій світ. Радше йдеться про готовність бути досліджуваним клієнтом, бути присутнім, визнавати власну активність та свій вплив на стосунки, виявляти зацікавленість життєсвітом іншого. Таку позицію психотерапевта можна узагальнити формулою: емпатійність, транспарентність, відмова від владної позиції.

Спираючись на розуміння свідомості як тексту й розуміння меж життєсвіту людини як меж її мови, сучасна інтерперсональна психотерапія користується методом деконструкції: текст розглядається як простір реалізації владних стосунків — простір репресії, а психотерапевтична робота полягає в спільному аналізі домінуючого наративу для виявлення локацій репресованого наративу — простору репресій та побудови альтернативного наративу. Отже, інтерперсональний психотерапевт із позицією неперервного емпатійного дослідження в просторі ідеальної комунікації відкриває життєсвіт клієнта, опрацьовуючи три наративи: домінуючий, репресований, альтернативний.

У вимірі стосунків і клієнт, і психотерапевт постають однаково представленими в інтерсуб'єктивному просторі.

### ***1.6. Вплив соціально-економічних умов на формування способів задоволення потреб людини (на основі психоаналітичних концепцій).***

Інтерпретація є однією з найбільш важливих процедур психоаналітичної психотерапії, яка надає значення та встановлює причинність для того чи іншого психологічного феномену (Р. Р. Грінсон). Здійснювати інтерпретацію

психологічного феномену означає сприяти усвідомленню: форми його прояву, причини походження, неусвідомлюваного значення. Для здійснення інтерпретації психоаналітик використовує своє розуміння клієнта та теоретичні уявлення.

Теорія психологічних розладів та становлення структури особистості добре розроблені в психоаналітичній теорії (Н. МакВіл'ямс). Проте, ці теоретичні знання отримані завдяки роботі психоаналітиків країн Заходу та можуть виявитись неадекватними для вітчизняних соціокультурних умов. Тому актуальним є узагальнення психоаналітичного досвіду роботи з вітчизняними клієнтами з метою модифікації психоаналітичної методології. В представленому дослідженні означена проблема розв'язується іншим чином — через виявлення особливостей впливу соціально-економічних факторів на особистісне становлення. В результаті встановлені адекватні вітчизняним умовам каузальні зв'язки, котрі можуть бути використані для розуміння та інтерпретації клієнтів.

Вивчення соціально-економічних умов життя здійснювалось на основі аналізу та узагальнення результатів вітчизняних соціологічних досліджень, що дозволило виокремити наступні, найбільш актуальні соціально-економічні проблеми суспільства станом на 2010 рік:

- дефіцит робочих місць; роботу за спеціальністю з достойним заробітком дуже важко знайти; високий рівень безробіття (15% від працездатного населення);
- невідповідність рівня заробітної платні потребам в достойному житті та відпочинку; встановлений прожитковий мінімум (мінімальна зарплата) в декілька разів менший, ніж необхідно для виживання;
- невдоволення (у більшості населення) рівнем свого життя, ситуацією в країні (яка сприймається як безлад, розруха та злидні); високий рівень недовіри до владних структур та обраного курсу розвитку держави.

В якості методу для дослідження соціально-економічних умов були відібрані окремі запитання анкети соціологічного моніторингу «Українське суспільство 1992-2010», розробленої Інститутом соціології НАН України.

Запитання стосувались наступних аспектів життя: рівня матеріального благополуччя родини респондента, якості життя, можливості працевлаштування, довіри до інститутів влади, уявлень про сенс життя.

Методологічною основою дослідження виступила сучасна психодинамічно зорієнтована концепція, котра пояснює психологічні розлади не як конфлікти між психічними структурами (Ід, Его, Супер-Его), а як протиріччя, що виникають між різними мотиваційними системами або потребами (С. Венеске). Тому кожна особистісна структура може бути представлена з позиції центрального конфлікту, який являє собою протиріччя між різними потребами, що представляють відповідні драйви.

В якості принципу, що пояснює вплив соціального середовища на психологічне становлення, використані ідеї, висловлені Е. Еріксоном. Вчений вважав, що батьки (в своєму вихованні) транслюють дитині те, як відчувають світ (безпечний — чи небезпечний); себе у цьому світі (відчувають власну автономію, справедливість, достойність життя або примус); свою життєву

позицію (ініціативність чи конформізм) тощо. Тому вважаємо, що відчуття батьками навколишнього світу проявляється в певному ставленні до дитини і створює ситуацію, в якій особливості реалізації драйву формується заданим батьками чином.

Для дослідження провідних особистісних потреб, що лежать в основі того чи іншого типу особистості, був використаний метод портретних виборів Леопольда Сонді, в основі якого лежить його теорія. Для підвищення достовірності у виділенні базових потреб до МПВ був доданий метод кольорових виборів М. Люшера.

Вивчення особливостей виховання респондентів здійснювалось за допомогою спеціально розробленої анкети. Як додаткові методики дослідження використані: Особистісний диференціал та шкала «А-фактор» зі Стандартизованого багатофакторного методу дослідження особистості.

Встановлено, що респонденти з родин із добрим матеріальним достатком схильні до депресивних реакцій. Це пояснюється високими вимогами зі сторони батьків до таких осіб, а також дефіцитом теплих стосунків. Потреба у прив'язаності у дітей, що зростають в подібних родинах, реалізується завдяки ідентифікації з нормами та вимогами батьків, що створює депресивний паттерн реагування.

Намагання батьків захистити свою дитину, яку відчують як травмовану, від суворих соціально-економічних реалій життя призводить до загострення у останньої потреб в афіляції (позитивне ставлення та підтримка). Такі респонденти при виборі між свободою і комфортом завжди обирають комфорт.

Зайнятість батьків на низькооплачуваній роботі часто пов'язана з нещасливими стосунками в подружній парі: конфліктами, сварками, пияцтвом, що негативно відображається на дитині в такій сім'ї (чиї потреби зазвичай ігнорують). Респонденти з таких родин зазвичай соціально пасивні, замкнені, мають високий рівень тривоги, заперечують традиційні цінності життя (такі як матеріальне та сімейне благополуччя).

Узагальнюючи результати дослідження, слід звернути увагу на те, що всі три виявлені проблеми у базових потребах стосуються потягів щодо зв'язку між людьми. А проблемні моменти у стосунках батьків з дітьми зосереджені довкола турботи (її дефіциту або, в іншому випадку, надмірної опіки). Тому можна допустити, що однією з особливостей української ментальності є потреба людей створювати надійні стосунки прив'язаності, які, однак, зазнають високої вразливості в сучасних соціально-економічних умовах.

В цілому дослідження підтверджує валідність застосування у вітчизняних умовах психоаналітичних поглядів на схильність до депресії та нарцистичні особливості. Зважаючи на потребу вітчизняних клієнтів створювати надійні стосунки прив'язаності, можна рекомендувати проведення довготривалої немедичної психотерапії та вибір в роботі підтримуючих технік.

## **2. Екзистенційно та гуманістично зорієнтовані методи і підходи у опрацюванні сучасної проблематики клієнтів**



## ***2.1. Передумови розвитку, принципи та технології персоналістичного підходу в сучасній вітчизняній психотерапії***

Сучасною ознакою соціокультурного контексту життя є його кризовий стан. Це проявляється як незбалансованість в суспільстві економічних, політичних, етнокультурних норм і поведінкових орієнтирів, як дезінтеграція моральних цінностей аж до настання ціннісного вакууму за принципом "все дозволено і, навіть, вбивати". В результаті солідарність людей, їх консолідація, єдність цілей, взаємна довіра, відкритий діалог перебувають у глибокому занепаді. Повсюдно спостерігається соціальна дезадаптованість людей, їх розгубленість, сильна ворожість у ставленні один до одного.

У таких соціокультурних умовах перед людиною та суспільством особливо гостро постає необхідність життєтворчості і може відкритися можливість-буття — можливість достовірно людської, особистісної форми буття, тобто життя усвідомленого, осмисленого і тому вільного і відповідального перед світом — можливість життя духовного і авторського. Актуальність дослідження визначається необхідністю теоретико-методологічного обґрунтування і технологічної розробки в сучасній психотерапії цього соціокультурного виклику.

Здійснено емпіричне дослідження сучасної психотерапевтичної практики, аби скласти уявлення про роботу психотерапевтів, їх професійний спосіб мислення: про те, як вони бачать проблеми, з якими люди звертаються до психологів — психотерапевтів і консультантів, про те, як вони формулюють свої психотерапевтичні цілі і завдання, про те, як вони вибудовують свої робочі стратегії і чи використовують відповідні технічні засоби та прийоми. Важливо було з'ясувати, чи присутні (нехай навіть не рефлексивно) в їхній психотерапевтичній практиці і дискурсі персоналістичні, тобто націлені на творчість, свободу та особистісну відповідальність клієнта, смислові орієнтації.

Емпіричне дослідження виявило такі різновиди проблематики клієнтів щодо їх особистісної неспроможності: у вигляді соціальної дезадаптованості і порушення поведінки (тобто у вигляді алопластичної симптоматики), у вигляді важких емоційних станів, переживань безперспективності і безглуздя, незадоволення собою, переживань невпевненості в собі, втрати себе, труднощів самовизначення і вибору, психосоматичних порушень (тобто у вигляді аутопластичної симптоматики). Особистісна неспроможність клієнтів безумовно пов'язана з їхніми індивідуальними історіями життя, але в умовах соціальної кризи вона загострюється і стає очевидною причиною страждання людей і головним мотивом звертання до психотерапії.

Дослідження показало також, що цілі і завдання психотерапії, які усвідомлюються психотерапевтами незалежно від модальності, в якій вони працюють, мають тенденцію групуватися довкола персоналістичного вектора, що передбачає збільшення саморозуміння і самовизначення, а також творчої активності особистості, а персоналістично зорієнтовані технічні прийоми психотерапевтів складають приблизно третю частину всіх професійних дій.

Контент-аналіз психотерапевтичних текстів дав змогу виявити сутнісні характеристики роботи з мисленням людини через роботу з її уявленнями та мовленням.

Виявлені в психотерапевтичній практиці тенденції потребували теоретичної та методологічної рефлексії в перспективі виокремлення персоналістичного підходу в психотерапії, який може бути найбільш відповідним сучасним соціокультурним викликам, з одного боку, а з другого — вкоріненим у вітчизняну інтелектуальну традицію персоналізму та духовності.

Результатом теоретико-методологічного аналізу стала концептуальна модель персоналістичного підходу: охарактеризована його специфіка як психодинамічно та екзистенційно зорієнтованої психотерапії; визначений предмет — мислення людини, що страждає, в його витоці та формах в перспективі особистісної відповідальності та свободи; сформульовані конститутивний та регулятивний принципи роботи з мисленням через роботу з образом та мовленням; встановлені персоналістично зорієнтовані технічні прийоми, що забезпечують психогенез та смислотворення.

## ***2.2. Діалог як принцип і засіб екзистенційно-гуманістичного підходу до психотерапії у вітчизняних соціокультурних умовах***

Діалогічна форма взаємодії людини зі світом є однією із актуальних тем, що характеризують проблемне поле сучасних досліджень. У рамках екзистенційно-гуманістичного підходу діалог визначається як особлива форма контакту, заснована на щирості, відповідальності і свободі, в якому учасники розвивають ставлення до іншого як до суб'єкту, як до самостійної і незалежної особистості. Психотерапевтичний процес у рамках екзистенційно-гуманістичного підходу передбачає низку складних особистісних перетворень клієнта в умовах діалогічних стосунків: відновлення автентичності (здатності утримувати діалогічність стосовно власного внутрішнього світу); відновлення діалогу з Іншим (здатності утримувати діалогічність у міжособистісних стосунках); відновлення діалогу зі Світом (здатність утримувати діалогічність з соціальним та культурним середовищем).

Проведено спеціальне експериментальне дослідження, яке було спрямоване на вивчення розвитку діалогічності у сучасних українців та розроблення стратегії відновлення діалогу. З'ясовано, що існують кореляційні зв'язки між показниками розвитку внутрішнього діалогу, міжособистісного діалогу та діалогу у соціальному контексті. З огляду на це, у першу чергу необхідно налагодити зв'язок особистості з власними переживаннями та смислами, сприяти виробленню у клієнта специфічної позиції здійснення власного автентичного світобачення, світосприймання та породження власного життєвого простору. Крім того, вирізняються такі особливості вітчизняних клієнтів, які проявились у процесі відновлення їхнього діалогу: переважна більшість клієнтів недооцінює важливість власних переживань та внутрішніх рішень; вітчизняні клієнти радше зосереджені на емоційних, когнітивних та

поведінкових проявах Іншого, ніж на власних; лише невелика кількість клієнтів проявляють готовність до Присутності у діалозі; вітчизняні клієнти схильні перекладати відповідальність за своє життя на інших людей, на обставини або на Вищі сили; клієнти схильні до залежної поведінки та залежних стосунків, а також до інших проявів інфантильності; значна кількість клієнтів, переживаючи стосунки «Я-Ти» у психотерапевтичному просторі, знаходять ресурси для відновлення діалогу; відновлення діалогу сприяє більш зрілому включенню клієнтів у власне життя; значна кількість клієнтів відчуває складнощі у родинному спілкуванні після відновлення діалогу з власним внутрішнім світом. В цілому така тенденція свідчить, що найближче оточення людини достатньо ригідно сприймає будь-які зрушення у сімейній системі і необхідність власного руху відповідно до цих змін. Деякі сім'ї проявляють готовність до внутрішніх змін усіх членів родини. В такому випадку відбуваються достатньо якісні і суттєві зміни у діалогічному просторі сім'ї. Як результат, взаємодія у таких сім'ях сприймається, у першу чергу, як стимул для розвитку, а кожен член родини стає носієм свого неповторного Світу, що значно збагачує Діалог.

Таким чином, відновлення діалогу є надзвичайно важливим завданням у роботі з сучасними вітчизняними клієнтами. Разом з тим діалог є дієвим засобом, який сприяє суттєвим та конструктивним змінам у житті людей. Досвід Присутності у психотерапевтичному просторі є основою для відновлення подібного діалогу клієнта з собою та світом у реальному житті та подоланню ним значних екзистенційних проблем.

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

Опанування людиною смислу життя є проблемою екзистенційно-гуманістичного спрямування. У зв'язку з цим цікавими є питання, які стосуються становлення смислу особистісного існування у громадян України в сучасних соціокультурних умовах: з одного боку, спостерігається падіння моралі, розмивання цінностей і смислів, втрата життєвих орієнтирів, особливо, серед молоді; з іншого – злет духовності, прояви особистісної активності серед людей, їх прагнення до якнайповнішої суб'єктної самореалізації.

У вітчизняних соціокультурних умовах психологічна допомога у пошуку смислу особистісного існування з вектором на «високий смисл» є запорукою духовного зростання особистості, утвердження її у якості суб'єкта власного життя. Переживаючи екзистенційні проблеми, сучасна людина потребує психологічної допомоги у віднайденні та вільній реалізації не будь-яких, а сутнісних, буттєвих смислів, прагне відчувати і виявляти себе особистістю, яка є суб'єктом життя, відповідальним за взаємодію із зовнішнім світом і самим собою. Смисли особистісного існування – це такі смисли, які й забезпечують становлення особистості, її суб'єктності. Наявність високого смислу (або смислів, «смиислового ядра») – ознака того, що людина є особистістю, здатною до постійного саморозвитку і самовдосконалення, пошуку нових граней свого

існування. «Високий смисл» є не лише те, що відповідає на питання «Що то за смисл?», «Як його можна назвати?» («Творчість, Совість, Гідність, Честь, Відповідальність та ін.»), а й те, що він характеризується емоційним ставленням до нього («Любов як радість життя») і готовністю певним чином діяти, вчиняти («Робити людей вільними і щасливими»).

За методикою семантичного диференціалу (групи студентів гуманітарних вузів і психотерапевтів) встановлено: а) високу позитивну кореляцію поняття «високий смисл» з іншими поняттями екзистенційно-гуманістичної психології (відповідальність, совість, духовність та ін.); високий смисл розглядається як ідеальний орієнтир розвитку особистості; б) деякі особливості розташування у семантичному просторі респондентів досліджуваних об'єктів: так, у студентів вектор — «Я-в минулому» — «Я-в теперішньому» — «Я-в майбутньому» — майже по прямій простягається до «духовності», яка близько розташована до «щастя», у той час як у людей старшого віку щастя більш пов'язане з кар'єрою і досягненням матеріальних благ, а духовність ближча до «Я-у минулому». Дані за методикою СД демонструють, що досліджувані поняття яскраво емоційно насичені, мають чіткі асоціації, які пов'язані з відношенням до певного об'єкту, з тими чи іншими переживаннями, відчуттями. Усереднені дані виявляють деякі тенденції, що вказують на особливості на перспективі розвитку розуміння різними людьми категорій, пов'язаних зі смислом життя, його пошуком і реалізацією.

Теоретико-методологічними принципами і засобами екзистенційно-гуманістичного підходу, які варто враховувати у психологічній допомозі клієнту в пошуку смислу особистісного існування, вважаємо наступні: людина є цінність, цілісна особистість, яка постійно розвивається, є суб'єктом власного життя; вона має можливості самостійно, відповідально і творчо будувати своє життя; важливою екзистенційною цінністю є смисл особистісного існування, який відкривається самою людиною; будь-які смисли життя підпорядковані найвищому, найважливішому смислу, або групі смислів («сміслове духовне ядро»); набуття високого смислу надає життю високої якості; діалогічна взаємодія – умова та інструмент спілкування між психологом і клієнтом; у процесі психологічної допомоги психолог допомагає клієнту розширити власні уявлення про цінності життя, виявити власні можливості для їх пошуку і реалізації.

Психотерапія розглядається як спосіб мислення, що детермінує спосіб життя. Основні стратегії психологічної допомоги спрямовані на відновлення цілісності та єдності особистості через переживання, усвідомлення, прийняття та об'єднання уже набутого суб'єктивного досвіду і нового, що отримується клієнтом під час взаємодії із психологом, минулих, сьогоденних намірів і майбутніх перспектив. Ефективне спілкування з людиною, яка має проблеми пошуку смислу особистого буття, здійснюється через встановлення з нею діалогу, що, за М. М. Бахтіним, існує лише між особистостями, а особистість виникає лише в діалозі. Діалог передбачає смислообмін між суб'єктами взаємодії, ґрунтується на «відчутті спорідненості» у плані сприйняття і розуміння ними навколишнього світу, явищ і подій, ролі та можливостей

людини. Смысловий діалог є методом, умовою або простором психологічної допомоги у пошуку смыслу особистісного існування. Сприяти діалогу має певна атмосфера, завдяки якій діалог розкривається, розгортається, підтримується і продовжується далі, уже на рівні індивідуальної свідомості, у процесі самодослідження і саморозвитку. У ході діалогу психолог допомагає людині віднайти свої сутнісні витoki, звернутися до глибин своєї душі, подорожуючи у світ духовного, відчувати себе людиною, яка сама робить висновки, стверджує свою позицію, налаштовує себе на конструктив, сприяє розвитку себе та іншого, вислуховує і сам дає відповіді на актуальні запитання. Діалог є засобом спів-буття психолога і клієнта, у спільному пошуку можливостей само- і взаєморозвитку; «людино-людяні» стосунки між ними передбачають повагу до іншого та його життєвого досвіду, емпатію, душевну теплоту, розкриття своєї унікальності, віру у позитивний результат співдії.

Матеріалом для діалогу як методу служать метафоричні тексти, зокрема, притчі, які створюють можливості для роздумів над відповіддю на екзистенційні питання, а порівняння міфологічної історії з реальною чи прогнозованою ситуацією власного життя сприяє визначенню шляхів і засобів її вирішення. Притча (основою є метафора як спосіб одухотворення людини і світу) вказує шлях до пізнання, осмислення життя, ціннісних пріоритетів, відкриває поле життєвих смыслів, націлена на осмислення зображуваного явища з духовних позицій. За допомогою оповідки можна досягти: а) визначення, розуміння людиною певного смыслу або смыслів; б) відчуття (переживання) його; в) розуміння того, добре чи погано, благородно чи негідно вдіяли персонажі твору і як найкраще вчинити, аби це викликало позитивні емоції і почуття, переживання щастя й радості. Метод сприяє вільному опануванню людиною смыслу особистісного існування, поєднуючи зміст смыслу, почуття та асоціації, які він викликає, та конкретні дії, що можуть призвести до бажаного результату. Певний алгоритм розуміння і пояснення міфологічної ситуації — називання значення, значимості і дієвості смыслів, визначених самим клієнтом — переноситься на інші запропоновані йому оповідки, а також на власні реальні історії життя, конкретні ситуації, як минулі, так і можливі, очікувані й прогнозовані. На символічному рівні відбувається інтроєціювання вірогідного конструктивного виходу клієнта з кризової ситуації. Притча звертається до активної позиції людини як творця по перетворенню свого життя, містить у собі активізуючий потенціал здорових ресурсів особистості. Оповідка підбирається індивідуально до конкретного випадку, проблемної ситуації клієнта з урахуванням його психологічних особливостей, рівня включення у психотерапевтичний процес, соціокультурної ситуації, в якій він перебуває. Робота над притчею відкриває для особистості можливість відкрити смысл.

Технологія вивіщення смыслової сфери особистості засобами екзистенційно-гуманістичного підходу (шляхом діалогової взаємодії з інтерпретацією метафоричного твору) включає наступні етапи: 1) виявлення актуальних життєвих орієнтирів; 2) сприяння їх критичному переосмисленню та продукуванню нових смыслів; 3) визначення змісту, значущості та дієвості смыслів; 4) вироблення алгоритму розв'язання життєвих проблем шляхом

усвідомлення існуючих та активного пошуку, відкриття і реалізації вищих особистісних смислів.

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

Екзистенційно-гуманістичний підхід, визначальним поняттям якого є переживання людини, а одним з провідних векторів психотерапії – відновлення природного процесу переживання у всій його багатогранності і повноті, можна вважати адекватним для українського менталітету. З темою вибору традиційно працює саме екзистенційно-гуманістичний підхід, що дозволяє розглядати його як релевантний для тематики ухвалення важливого життєвого рішення – цей психотерапевтичний запит, за результатами наших попередніх досліджень, актуальний для багатьох клієнтських звернень співвітчизників.

На важливість підтримки процесу переживання людини в психотерапії вказують багато авторів (Ю. Джендлін, І. Ялом, А. Ленгле, К. Наранхо, Ф. Є. Василюк, І. А. Погодін та ін.). Неповне переживання ситуації звужує можливості людини в пошуку творчого виходу з неї. Проте, при ефективній психотерапії, спостерігається поступова, поетапна зміна змісту переживання, що супроводжується динамікою когнітивної сфери, емоційних і тілесних відчуттів.

Визначальним моментом у роботі з життєвим вибором людини є опрацювання ціннісно-сміислової складової вибору, при якому цінність, що усвідомлюється як пріоритетна, органічно з'єднується з відповідним образом себе, породжує цей образ і втілюється в певному способі життя. При цьому людина відповідально і вільно приймає рішення жити саме так, мужньо долати можливі утруднення й обмеження. Терапевтична стратегія роботи з темою життєвого вибору, по суті, полягає у супроводі процесу переживання клієнта, який проходить основні етапи вибору, що відтворюють послідовний рух до все глибшого усвідомлення себе і автентичного самоздійснення.

Для врахування соціокультурної специфіки психотерапевтичної роботи з співвітчизниками зупинимось на характерних рисах психічної структури етнотипу українського народу. Вітчизняні етнопсихологи відзначають переважання емоційного життя українців над когнітивною сферою психічної діяльності, що дає можливість говорити про кордоцентричність українського характеру. Наш власний досвід психологічної допомоги і досвід вітчизняних психотерапевтів теж підтверджують високу емоційність українців і пов'язані з нею особливості психотерапевтичного процесу. У практичній роботі часто виникають ситуації, коли клієнт знаходиться в потоці емоцій, йому важко розрізняти свої почуття, спиратися на них; у такому стані людина часто не може знайти прийнятне для себе рішення в проблемній ситуації, зробити вибір.

Метою нашого дослідження є визначення міри впливу емоційності українців на здатність до здійснення життєвого вибору та з'ясування, яким

чином особливості цієї емоційності можуть бути враховані в процесі психотерапевтичної роботи в руслі екзистенційно-гуманістичного підходу.

Для дослідження впливу емоційності на здатність співвітчизників здійснювати життєвий вибір були використані питальник «Шкала екзистенції» (ШЕ) А. Ленгле, К. Орглер, методика «Торонтська шкала алекситимії» (TAS), тест-питальник Г. Шмішека, К. Леонгарда «Акцентуації характеру та темпераменту особистості».

У дослідженні взяли участь 138 осіб, серед яких 106 студентів — майбутні економісти та юристи і 32 слухача — учасники програм післядипломної освіти. Обробка даних проводилася за допомогою статистичного пакету SPSS 17.0 з використанням кореляційного аналізу.

Отримані дані можна узагальнити таким чином: за умови низької здатності людини до усвідомлення власних емоційно-чуттєвих станів проявляється закономірність у переживанні складнощів в ситуації ухвалення важливих життєвих рішень. Нерозвинена здатність спиратися на розуміння власних почуттів створює труднощі в ситуації необхідності здійснення життєвого вибору. Розвиток чутливості людини до різних аспектів життєвих реалій, ціннісно-сислової сфери власного існування, а також підвищення рефлексивності емоційно-чуттєвих станів особистого буття можна розглядати як адекватну стратегію в плані розвитку готовності до ухвалення життєво важливих рішень, здійснення вибору. Відсутність депресивності, спокій і емоційна врівноваженість є сприятливим фоном для процесу пошуку й ухвалення рішень.

Розглянемо практичні аспекти психотерапевтичної роботи з переживанням. Психотерапевтичні стосунки і діалог вважаються провідними психотерапевтичними засобами екзистенційно-гуманістичного підходу, щодо для актуалізації процесу переживання, підтримки його динаміки, як вихідної базової основи психотерапевтичних змін у клієнта.

Феноменологія розуміння (прагнення психотерапевта зрозуміти індивідуальні переживання і смисли клієнта) є загальною стратегією психотерапевтичного спілкування як в екзистенційному напрямі, так і в гуманістичному. В екзистенційному напрямі діалог, окрім забезпечення процесів феноменологічного розуміння, виконує ще одну важливу функцію — сприяє пробудженню клієнта для екзистенції. Психотерапевт як носій власних цінностей і смислів може займати суперпозицію щодо клієнта: демонструвати йому своє бачення ситуації, спонукаючи до відкритості в сприйнятті цінностей, до активного формування і займання власної позиції стосовно тих або інших життєвих реалій і, таким чином, — до творення самого себе. Зустріч і взаємообмін з іншим ускладнює і збагачує процес переживання людини, спонукає до самовизначення, створює умови для саморозвитку.

Зазначимо специфіку психотерапевтичних стосунків в екзистенційно-гуманістичному підході з позиції значення ролі переживань у психотерапевтичному процесі: живе переживання і співпереживання психотерапевта в ситуації присутнього контакту з клієнтом можуть

актуалізувати і підтримати природний процес переживання останнього, й тим самим створити умови і можливість для його психотерапевтичних змін.

Спираючись на проведений аналіз, розроблено технологію опрацювання переживань людини в ситуації життєвого вибору, яка включає наступні етапи та їх змістовні складові: 1) виявлення спектру глибинних почуттів, формування рефлексивної позиції стосовно них, переосмислення образу себе; 2) визначення базового чуттєвого переживання, пов'язаного з ціннісним самовизначенням, формування особистого сенсу своєї життєвої ситуації; 3) вибудова стратегій щодо розв'язання проблеми життєвого вибору. Визначені адекватні змісту роботи на кожному з етапів техніки і прийоми.

Зокрема, наш практичний досвід дозволив виокремити певні орієнтири для структурування загальної стратегічної лінії психотерапевтичної роботи, спрямованої на наближення до почуттів клієнта, на усвідомлення цих почуттів у контексті загальних переживань. У якості орієнтирів для роботи з емоційно-чуттєвим станом можуть бути доречними наступні запитання: Що ви відчуваєте, коли говорите про цю ситуацію? Які почуття, крім названих, ви відчуваєте ще? Як ви ставитеся до того, що у вас з'являються саме такі почуття? Ви приймаєте себе з такими почуттями чи вам щось не подобається? Як би ви хотіли почувати себе в цій ситуації? Як би хотіли сприймати себе в цій ситуації? Який образ себе для вас прийнятний?

Акцент на прицільну допомогу клієнтові в глибшому і повнішому усвідомленні емоцій і почуттів, що супроводжують процес вибору, загалом можна розглядати як специфічну особливість застосування екзистенційно-гуманістичного підходу у вітчизняних соціокультурних умовах.

### ***2.5. Застосування методу психодрами у психотерапевтичній допомозі з розвитку дефіцитарних жіночих ролей у вітчизняному соціокультурному просторі***

У вітчизняному соціокультурному середовищі бажання самореалізації, самостійності жінки, вільного розвитку її здібностей прийшло в глибоке протиріччя з вихованням традиційної жіночої ролі, де головне для дівчини – «добре вийти заміж», відчувати себе «як за кам'яною стіною» і відповідати очікуванням близьких. Система рольових очікувань, в якій жінці належить розуміти, співчувати, терпіти, піклуватися має коріння в життєвих сценаріях батьківської сім'ї, в культурному контексті історичного розвитку жіночої ролі.

Групові та індивідуальні теми, що виникають в групах самопізнання, так чи інакше пов'язані з жіночими ролями, їх визначенням в сім'ї, професії, суспільстві. Наразі усе частіше у фокусі уваги групової роботи опиняються теми, пов'язані із потребами жінки, сексуальною культурою, важливість яких у суспільстві тривалий час якщо не заперечувалась, то ігнорувалась. Вивчення теми сексуальності допомагає краще осягнути місце і роль еротичного у житті сучасної жінки.



У своєму дослідженні ми спиралися на концепцію рольової теорії Я. Морено, згідно якої людина стає особистістю завдяки сукупності її ролей, а кількість ролей визначає її багатогранність; на рольовий розвиток особистості впливає життєвий сценарій батьківської сім'ї. Я. Морено визначає ролі, з одного боку, як зразки, що розвиваються у певній специфічній культурі, а з іншого — як кристалізацію досвіду дії в різних ситуаціях. Процес формування особистості та соціалізації вчений розглядав як процес поетапного присвоєння різних ролей і набуття досвіду через рольове навчання. У зв'язку з рольовим розвитком в цілому та у психодраматичній ситуації, зокрема, Я. Морено обговорює процеси рольового навчання як форми рольового розвитку. Ролі можуть не лише розвиватися, але й деградувати, згортатися, що виявляється в атрофії ролей чи рольовому дефіциті.

У житті людини окремі особистісні ролі виявляються нерозвиненими, заблокованими внаслідок того, що на етапі створення ці ролі придушувалися, витіснялися або не отримали достатнього розвитку насамперед під впливом значимих дорослих і інших авторитетних фігур в ранньому дитинстві. Сім'я самим безпосереднім чином бере участь у побудові життєвого сценарію особистості. Заборони та приписи спочатку виходять від батьків, формують всілякі бар'єри на шляху вільної рольової самореалізації людини, і вона змушена проживати не своє життя, а реалізувати сценарій, нав'язаний батьками або сприйнятий від предків.

Ми припустили, що засобами психодрами можна не тільки аналізувати рольовий репертуар, визначати такі особистісні ролі, які в результаті рольової соціалізації виявилися заблокованими, витісненими або нерозвиненими, а й розвивати їх, коригувати життєві ролі і сценарії.

В результаті проведеного дослідження виявлена специфіка та міра розвиненості ролей сучасної української жінки. Роль дружини виявилась найрозвиненішою, на другому місці серед розвинених ролей є роль матері. Цей результат є досить очікуваним, адже материнство було і залишається осередком, соціокультурною цінністю, неодмінним елементом наявного в традиційному українському суспільстві стереотипу фемінності, що цілковито визначає безумовну спрямованість особистості жінки на виконання репродуктивної функції і соціальної ролі матері.

Розвиток ролей протягом життєвого шляху людини не завжди проходить безпроблемно. Одні ролі формуються з великими труднощами, запізненням, деформаціями, інші — залишаються активними; одні ролі людині важко прийняти, а від інших — важко відмовитися. Такі процеси супроводжуються рольовими конфліктами в сфері життєвих ролей.

Узагальнюючи теоретичні дані та дані, отримані у нашому дослідженні, можна визначити дефіцитарні ролі як такі, що є обмеженими або зовсім відсутніми в рольовому репертуарі жінки; як такі, що ведуть до ускладнень і неможливості задоволення базових потреб, досягнення поставлених цілей чи забезпечення власного благополуччя.

Серед дефіцитарних жіночих ролей перші місця займають ролі, які так чи інакше пов'язані із сексуальністю: сексуальна жінка; жінка, приймаюча своє

тіло; жіночна жінка. Можна охарактеризувати жінку з дефіцитарними ролями, пов'язаними з сексуальністю, як жінку, у якої відсутні сексуальні бажання, низький рівень емоційності, погане розуміння людей; низька оцінка свого тілесного образу та сексуальної привабливості; вона нездатна відчувати радість від власного тіла; сприймає статевий контакт виключно як механістичну взаємодію і суб'єктивно неприпустиме вторгнення; до сексуальних стосунків ставиться як до «брудних» і «непристойних», що не дозволяє їй міжособистісним контактам досягати будь-якої глибини.

У поведінці дефіцитарна сексуальність проявляється у нездатності до встановлення глибоких, інтимних стосунків; униканням емоційної близькості, низькою сексуальною активністю або її відсутністю; униканням реальних сексуальних контактів (які можуть відбуватися лише за умови сильного пресингу зовнішніх обставин) аж до повної відмови від них; розгубленістю і пасивністю у ситуаціях, що вимагають прояву своєї сексуальності; несформованістю сексуального репертуару, нездатністю повідомляти про свої бажання та потреби іншим. Дефіцитарна сексуальність пов'язана зі страхом контакту й дотику і набуває форми фригідності або відмови від сексуальності.

Достатньо часто у жінок, дефіцитарність ролей у яких стосувалась сексуальності, було виявлено сексуальне насильство в дитячому та підлітковому віці. Травматичні події минулого, зокрема пережите насильство, стали причиною появи цих дефіцитарних ролей, в зв'язку з чим жінки обирають стратегію терплячого ставлення до ситуації та стосунків, що насправді є нестерпними; жінки, які зазнали фізичного насильства, намагаються морально перемагати та самостверджуються за допомогою зовнішнього вигляду, демонстративності або терпіння, що є компенсацією знеціненого після фізичного насильства «Я».

Дослідження зовнішніх проявів та внутрішніх характеристик дефіцитарних ролей дозволило визначити стратегії і застосувати відповідні їм інструменти психодрами для психотерапевтичної роботи з метою розвитку даних ролей. Було розроблено технологію розвитку дефіцитарних ролей на основі методу психодрами із застосуванням елементів української народної театральної культури. Технологія включає три етапи розвитку: відновлення довіри до інших і себе (шляхом створення безпечного простору в групі); відтворення подій і переживань (виявлення законсервованого рольового репертуару; визначення основних компенсаторних стратегій на поведінковому рівні; емоційне проживання і відреагування негативного досвіду в процесі рольової гри); вибудовування нової моделі поведінки (практика прийняття нових ролей, які раніше були дефіцитарними).

### **3. Системний підхід у психотерапевтичній допомозі особистості**

#### ***3.1. Застосування системного підходу (нарративних технологій) у психотерапевтичній допомозі з розвитку здатності людини до моральної самореалізації***

Важливою ланкою вітчизняної психологічної практики є робота з сім'єю, у якій нині активно застосовуються здобутки світової психотерапії, у тому числі й системної, що зазнають, однак, соціокультурних трансформацій. В межах реалізації системного підходу одна з таких зумовлена присутністю одного-двох членів вітчизняної сім'ї, що унеможлиблює застосування циркулярного інтерв'ю в якості вирішального засобу опрацювання сімейної проблематики. Зауважимо, що у професійному середовищі ця проблема нерідко викликає сумніви щодо адекватності системного підходу у вітчизняних умовах попри те, що одне з основних положень загальної теорії систем вказує на можливість розвитку сімейної системи за рахунок змін в окремій її частині: зміни в стані одного елемента системи викликають зміни в інших частинах і в системі в цілому. В термінах сімейної психотерапії це означає: якщо дисфункціональна поведінка одного члена сім'ї (і не обов'язково «ідентифікованого пацієнта»), який проходить психотерапію, зміниться, то зміни відбудуться й у характері сімейної взаємодії. На жаль, «технологічні» аспекти цього положення, а саме: механізми, «зони впливу», прийоми роботи тощо й досі залишаються поза увагою фахівців. У зв'язку з чим постає проблема встановлення системотвірних чинників, здатних забезпечити такого роду зміни, та пошуку альтернативних засобів подолання системних дисфункцій для роботи в індивідуальному форматі (з одним-двома членами сім'ї). Іншими словами, потрібно окреслити, так би мовити, «чутливу сферу взаємовпливу» та визначити специфічні засоби сприяння. Як показали результати наших попередніх досліджень, перспективними складовими розгортання дослідження в контексті вище зазначеного є моральнісні аспекти сімейних взаємостосунків та застосування у їх опрацюванні нарративних технологій.

Основна ідея дослідження полягала в тому, що розвиток здатності окремих членів сім'ї (учасників психотерапевтичного процесу) до моральнісної самореалізації сприятиме «зціленню» сімейної системи. У визначенні предмету дослідження ми виходили з того, що одна з основних базових нужд людини – це потреба в належності до того, що вона вважає хорошим чи критично важливим для себе і для спільноти. А те, яким чином людина вирізняє і відчуває «хороше» і «критично важливе» для себе і для інших, розглядається нами як здатність людини до моральнісної самореалізації. Одним із важливих завдань дослідження було розроблення технології психотерапевтичної допомоги з розвитку здатності людини до моральнісної самореалізації. Новизна дослідження полягала у втіленні засад і принципів системності та розгортанні нарративних технологій на основі окремих параметрів сімейної системи відповідно до умов індивідуального формату роботи з сімейною проблематикою.

Варто зазначити, що акцент на нарративних технологіях у нашому дослідженні в першу чергу пов'язаний з орієнтацією на наратив — розповідь як контекст, співпричетний до моральнісності, а не лише з причин можливості їх застосування в індивідуальному форматі. Мова йде про смисли, які передаються за рахунок мови у вигляді певних шаблонів (у соціальних системах цю роль відіграють історії), які створюють і облаштовують (розгортають) реальність в системах. Таким чином, дійсність — не що інше як історії: люди говорять саме

про них, а зовсім не про різні альянси, ієрархії, кордони чи правила. Сім'я виступає тут як найближче соціальне оточення (простір), в якому історії кожного не тільки протистоять одна одній з усією своєю силою, а й перебувають у вкрай інтенсивному постійному взаємообміні. Історії не придумуються наодинці — для розповіді потрібен Слухач, який знаходиться завжди поруч з Розповідачем. Слід зауважити, що розповідати можна і без слів. Історія «все одно я всім байдужий» не потребує багато слів для того, щоб по-новому розповідати її собі та іншим. Для інтерпретації кожен член сім'ї користується загальною системою визначень і переконань, так званою «нарративною традицією» — властивою кожній сім'ї традицією розповідання.

Значення поведінкових проявів і суті речей, які сім'я прагне передати своїм членам, є ще одним аспектом нарративної традиції. Ідеться про «сімейне кредо», тобто внутрішніх і висловлюваних вголос переконань у сім'ї, які створюють рамки для певної форми розповідання про все те, що трапилось. В параметрах сімейної системи цей феномен притаманний сімейному міфу, що визначається як сімейна ідентичність, історія, кредо, що об'єднує всіх членів сім'ї та має чіткий зв'язок з міфами культури та ідеалізованими уявленнями про шлюб і сімейне життя. Такий собі «лейтмотив», що рефреном звучить в історіях кожного члена сім'ї. З іншого боку, в якості «сімейного обличчя», сімейний міф обов'язково «вбирає» в себе моральнісні аспекти життєдіяльності сім'ї, соціально бажані норми моральної поведінки (наприклад, міфи «ми сім'я — героїв/рятувальників/дружніх людей»).

Водночас науковці розглядають сімейний міф як захисний механізм сімейної системи, що гостро проявляється у випадках сімейної дисфункції. Жорстка сімейна ідентичність, відтворена у міфі, поряд з симптоматичною поведінкою «ідентифікованого пацієнта» — найміцніший засіб підтримки патологічного гомеостазу сімейної системи. У зв'язку з цим сімейний міф, що нерідко відповідає за сімейну дисфункцію, необхідно «викрити» в ході психотерапії і представити сім'ї. Якщо цього не станеться, у взаємостосунках нічого не зміниться. Таким чином, ми припускаємо, що опрацювання сімейного міфу засобами нарративних технологій за рахунок ущільнення сімейної історії позитивною інтерпретацією подій та особистісного смислотворення сприятиме розвитку здатності людини до моральнісної самореалізації.

Відповідно до висунутої гіпотези в емпіричному дослідженні вирішувались наступні завдання: встановлення рейтингу поширених у соціокультурному середовищі сімейних міфів; аналіз особливостей національного менталітету та характеру сімейних дисфункцій, відтворених у репрезентативних сімейних міфах; класифікація кластерів — рівнів уособлення моральнісних висновків на основі автонаративів, які засвідчують сімейний міф власної сім'ї.

За результатами аналізу емпіричних матеріалів доведено адекватність застосування системного підходу (нарративних технологій) у психотерапевтичній роботі з сімейною проблематикою вітчизняного клієнта. Показано, що розвиток його здатності до моральнісної самореалізації може відбуватися шляхом опанування сімейного міфу, який відображає певні аспекти моральної поведінки

членів сім'ї. З'ясовано рейтинги характерних для українців сімейних міфів, серед яких: міф «головне у сім'ї — діти», міф «про зорієнтованість на соціальне оточення», міф «про необхідність жертвності заради сім'ї», міф «про зовнішніх «винуватців» сімейних проблем», міф «моя/наша хата з краю». Класифіковано рівні уособлення моральнісних висновків, пов'язаних з цими міфами, та визначено особливості зв'язків між ними. Розроблено технологію розвитку здатності людини до моральнісної самореалізації шляхом опрацювання сімейного міфу, яка передбачає: особливий формат роботи (присутність одного члена сім'ї; запит, пов'язаний із моральними оцінками членів сім'ї; застосування тематичної нарративної історії); «викриття» сімейного міфу; ущільнення автонаративу подіями, які його ілюструють; формування моральнісних висновків, автентичних рівню розвитку здатності людини до моральнісної самореалізації.

### ***3.2. Інтегративна методика «Системний наратив» для діагностики адиктивної поведінки осіб юнацького віку.***

У сучасному соціокультурному середовищі, поряд із зростанням кількості людей, що страждають залежністю від вживання хімічних речовин, зростає число осіб, які відзначаються хворобливим потягом до девіантної поведінки, зокрема адиктивної. Висунуте припущення, що адиктивна поведінка у осіб юнацького віку може бути пов'язаною із адиктогенною травматичною подією в історії сім'ї і, отже, опрацьовуючи цю подію засобами системної психокорекції, можна досягти змін в поведінці адикта. Для розв'язання цього завдання була розроблена інтегративна методика «Системний наратив», яка є інструментом якісного дослідження системних відносин і історії розвитку системи (сім'ї).

Виявлено феномен — Індекс афективної когерентності (ІАК) — ступінь циркулярного узгодження емоційно-особистісних реакцій на нарративну подію, яка визначається сукупністю валідних емпатійних реакцій членів системи (сім'ї, групи) на емоційно-особистісне ставлення щодо події, розказаної конкретною особою. Серед ІАК вирізняються: індивідуальний індекс афективної когерентності — ступінь узгодженості реакцій окремої особи; системний ІАК — середньоарифметична сукупність індивідуальних індексів у системі (сім'ї, групі); підсистемний ІАК — середньоарифметична сукупність індивідуальних ІАК у підсистемах «батьки» або «сіблінги». Існування феномену ІАК базується як на концепції «системної істини», яка віднаходиться (конструюється) під час циркулярного опитування, так і на усвідомленому співпереживанні поточного емоційного стану іншої людини без втрати відчуття зовнішнього походження цього переживання.

Розкрито зміст та уточнено термін «адиктогенна травматична подія» (АТП) — нарративна подія (або їх сукупність), яка виникла у певний момент системного наративу та яка із високою вірогідністю зумовила: зміни емоційних реакцій на наступні події; генерування подальших травматичних подій; зниження системного, підсистемного або індивідуального ІАК та виникнення

симптому (у даному випадку, адиктивної поведінки) у «ідентифікованого пацієнта», зокрема особи юнацького віку.

Виявлено, що батьки сімей, в яких є юнаки з ігровою адиктивною поведінкою, частіше за батьків із сімей контрольної вибірки, асоціюють із життєвими подіями змішані та ахроматичні кольори, що може свідчити про переважаючі негативні емоційно-особистісні реакції на життєві події, а не про наявність самих негативних обставин: при оцінці ситуацій батьки сімей з наявним «ідентифікованим пацієнтом» демонструють майже вдвічі більшу частоту виборів (8,5) змішаних та ахроматичних кольорів, у той час, як батьки контрольної вибірки обирають ці кольори в середньому 4,4 рази (описана відмінність статистично достовірна  $F = 6,53$ ;  $p < 0,05$ ). Виявлено, що батьки та сіблінги з сімей контрольної вибірки при оцінці життєвих подій майже вдвічі частіше демонстрували емоційно-особистісні реакції, ніж члени сімей, в яких наявна особа юнацького віку з адиктивною поведінкою. Так, у сім'ях контрольної вибірки основні стимули обирались в середньому 9 разів, а серед членів сімей з «ідентифікованим пацієнтом»-адиктом — лише 5 разів (відмінність статистично достовірна  $F=7,0$ ;  $p < 0,01$ ). Виявлено, що серед батьків сімей контрольної вибірки емоційно-особистісні реакції демонструються частіше, ніж серед батьків «ідентифікованих пацієнтів». Так, основні стимули обираються батьками контрольної вибірки в середньому 10,5 разів, а батьками із імовірно адиктогенних сімей — в середньому 6,7 разів (відмінність статистично достовірна  $F=5,13$ ;  $p < 0,05$ ). Виявлено, що ІАК в сім'ях з наявним «ідентифікованим пацієнтом» більш чутливий до емоційно-особистісних реакцій на наративну подію, які стоять за ахроматичними стимулами (0 та 7). Так, у осіб з «адиктогенних» сімей (і у батьків, і у дітей) ІАК на подію статистично достовірно вищій ( $F=5,42$ ;  $p < 0,05$ ), у порівнянні із членами родин контрольної вибірки. На нашу думку, це пов'язано з наративним механізмом «призначення» адиктивної поведінки щодо особи юнацького віку. Серед членів сімей, які мають у своєму складі особу юнацького віку з адиктивною поведінкою, частіше зустрічається схильність обирати ахроматичні стимули, ніж у членів сімей контрольної вибірки (відмінність статистично достовірна  $F=6,66$ ;  $p < 0,05$ ). Батьки з «адиктогенних» сімей частіше характеризують події ахроматичними стимулами, у порівнянні з батьками з контрольної вибірки. Так, перші майже в три рази частіше асоціювали ахроматичні стимули з наративними подіями (відмінність статистично достовірна  $F=8,22$ ;  $p < 0,01$ ); при цьому, між дітьми з обох груп сімей відмінність відсутня.

Таким чином, зважаючи на наявність статистичного підтвердження деяких результатів стосовно зв'язку між адиктогенною подією в історії сім'ї та ігровою адиктивною поведінкою за методикою «СН», вважаємо її достатньо перспективною для дослідження впливу сім'ї на виникнення і розвиток ігрової адиктивної поведінки. Методика потребує удосконалення у напрямі підвищення щільності наративних подій при опитуванні досліджуваних, внесенні змін у стиль пред'явлення питань і стимулів, розробленні засобів для подолання сімейного опору і встановлення стійкого робочого альянсу з членами сімей тощо.

## ВИСНОВКИ

Науково-дослідна робота, відображена у даному звіті, виконана в контексті однієї з важливих і майже недосліджених проблем консультативної психології і психотерапії — з'ясування особливостей впливу соціокультурних чинників при використанні на вітчизняних теренах методів, підходів, концепцій сучасних зарубіжних шкіл. У цій роботі увага науковців була зосереджена на визначенні теоретико-методологічних принципів та розробленні технологій застосування у вітчизняному соціокультурному просторі ряду методів психодинамічного, екзистенційного, гуманістичного та системного напрямів психотерапії, а саме: кататимно-імагінативної психотерапії, структурно-психодинамічного підходу, інтерперсональної психотерапії, персоналістичного підходу, екзистенційно-гуманістичного підходу, психодрами, наративних технологій тощо.

Обрані для дослідження методи і підходи аналізувались з точки зору передумов для їх впровадження, загальної картини поширення та застосування, відповідності їх теоретичних положень і технік для опрацювання проблематики вітчизняних клієнтів. Спеціальна увага приділялась виявленню соціокультурної специфіки у діагностичній та психотерапевтичній роботі.

За кожним із методів і підходів, що вивчались, отримані результати, які сприятимуть забезпеченню фахівців, зокрема психологів-практиків, новими науковими знаннями та технологічними засобами у межах того чи іншого методу, що відповідають вітчизняним соціокультурним умовам.

Встановлено, що у вітчизняному соціокультурному середовищі принципи застосування кататимно-імагінативної психотерапії (КІП) набувають ряд модифікацій, пов'язаних із врахуванням культурної специфіки у символіці образів та їх динаміці, що зумовлює внесення коректив у діагностичні критерії норми і патології, вибір адекватних особливостям вітчизняних клієнтів мотивів КІП, стилю і стратегій в імагінативному процесі. Відповідно до вказаних модифікацій розроблено технологію формування зрілих стосунків у сучасних вітчизняних родин та технологію психокорекції емоційних проблем підлітків.

Побудовано структурно-психодинамічну модель психотерапії, в основу якої покладено концепт символізації. При порушенні останньої утворюються психологічні симптоми та виникає необхідність психотерапевтичної допомоги, оскільки здатність до символізації є основним механізмом здійснення людини у культурі. Розроблено технологію профілактики та психотерапії порушень процесу символізації.

Розроблено концептуальну модель персоналістичного підходу: визначений його предмет — мислення людини, що страждає, в його витоці та формах в перспективі особистісної відповідальності та свободи; сформульовані принципи роботи з мисленням через опрацювання образів та процесів мовлення; визначені відповідні персоналістично зорієнтовані технічні прийоми.

Встановлено ряд закономірностей при використанні у роботі з вітчизняними клієнтами екзистенційних та гуманістичних методів. Зокрема, психотерапевтична робота з проблематикою життєвого вибору потребує

акцентування не стільки на емоційних аспектах переживань, скільки на когнітивному їх компоненті; у опрацюванні проблематики духовного виміру життя прицільна увага має приділятися поняттю «високий смисл життя» як ідеальному орієнтиру розвитку особистості — суб'єкта свого існування. На основі встановлених особливостей у застосуванні вищезазначених методів розроблено технологію опрацювання переживань людини в ситуації життєвого вибору та технологію опанування людиною смислу особистісного існування.

Доведено ефективність застосування наративного підходу у психотерапевтичній роботі з розвитку моральнісної самореалізації вітчизняного клієнта та психодраматичного методу — в розвитку дефіцитарних ролей української жінки. Розроблено технологію розвитку здатності людини до моральнісної самореалізації шляхом опрацювання сімейного міфу, а також технологію трансформації жіночих коупінгових ролей у більш функціональні та гнучкі на основі методу психодрами із застосуванням елементів української народної театральної культури.