

УДК 159.923.2

© М. О. Гутиря, 2021

orcid.org/0000-0001-6189-5029

<https://doi.org/10.33989/2226-4078.2021.1.227216>

**ГУТИРЯ Маргарита Олександрівна**

*аспірантка кафедри психології Полтавського національного педагогічного  
університету імені В. Г. Короленка*

## **ДІАГНОСТИКА ОСОБИСТІСНИХ ПРОБЛЕМ САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ ЖІНОК МЕТОДОМ КАТАТИМНО-ІМАГІНАТИВНОЇ ПСИХОТЕРАПІЇ**

*Статтю присвячено проблемі психодіагностики особистісних проблем самоактуалізації жінок методом кататимно-імагінативної психотерапії. Розглянуто сучасне положення самоактуалізації як предмету вивчення. Виокремлено різні підходи до даної теми, а саме: самоактуалізацію як частину структури теорій особистісного розвитку, зв'язок самоактуалізації з професійною реалізацією людини, а також особливості самоактуалізації жінок. За теоретико-методологічними матеріалами було виявлено, що специфічність жіночої самоактуалізації полягає у конфлікті ролей, а саме у пріоритетності ролі дружини, господині над професійною реалізацією. Визначено також, що перебіг конфлікту ролей завжди має особистісний характер, через що потребує якісних методик діагностики.*

*Зазначено, що метод символдрами (кататимно-імагінативний підхід) маючи в собі основу класичного та сучасного психоаналізу дозволяє психологу ефективно діагностувати особистісний конфлікт клієнта та пропрацювати його. Символдрама як метод налічує у собі три механізми психотерапевтичного впливу: конфліктний, ресурсний та творчий. Встановлено, що саме завдяки поєднанню цих складових в методи, клієнт сприймає заглиблення у роботу більше легко та з меншою вірогідністю переживає супротив.*

*Основоючись на емпіричному дослідженні було доведено, що основні мотиви кататимно-імагінативної психотерапії, а саме «Луг» та «Дерево» є ефективними в діагностиці особливостей самоактуалізації особистості. Було надано повний опис завдань-матеріалів, а також детальний розгляд роботи з отриманими матеріалами. Визначено, що символдрама допомагає клієнту сформулювати свій запит у роботі, а також усвідомити та висловити свої переживання та почуття щодо самореалізації. Продемонстровано якісні зміни самовідчуттів особистості, що відображає також психокорекційну ефективність кататимно-імагінативного методу психотерапії.*

**Ключові слова:** *самоактуалізація, кататимно-імагінативна психотерапія, символдрама, самореалізація, глибинна психотерапія.*

**Постановка проблеми.** Сучасний світ з кожним роком наповнюється все більшою кількістю варіантів, де особистість може проявити себе. Дивлячись на цей асортимент, людина все частіше починає переосмислювати свої погляди на життя та на особистісну самореалізацію. Прийнято вважати, що такі переосмислення були викликані віковими кризами людини. Тим не менш, можемо відстежувати тенденцію впливу сімейних криз, конфлікту ролей та зовнішніх криз світу на самоактуалізацію дорослої людини. З сучасним темпом життя та більшою інформованістю людей про психологічну допомогу, все частіше виникає потреба підтримки на етапі виникнення питань: «а чи на тому місці я зараз знаходжуся?», «який мій шлях у цьому житті?». Під впливом боротьби за гендерне рівноправ'я жінки відчують все більшу можливість освоєння нових ролей та прагнуть цього, при цьому охоплюючи і стереотипно жіночі ролі, наприклад, материнство, догляд за дитиною та сімейним побутом. Така ситуація породжує нові запити на психокорекцію задля покращення самосприйняття та усвідомлення шляхів самоактуалізації.

Незважаючи на велику кількість теоретичних досліджень, пов'язаних з самоактуалізацією, відчувається дефіцит висвітлення практичних методів глибинної роботи з клієнтами, що звертаються з тематикою самореалізації.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Для більш глибокого аналізу попередніх досліджень важливо зазначити, що саме розуміється під самоактуалізацією. Багато авторів зробили свій вклад у розвиток поняття самоактуалізації з позиції розробки теорій особистісного розвитку. До таких вчених відносяться: А. Маслоу, А. Адлер, Д. Фельдштейн, В. Ключко, К. Альбуханова-Славська, Е. Еріксон, Л. Анциферова, Л. Рубінштейн, К. Горні, В. Франкл, І. Костакова.

Досить часто поняття самоактуалізації вивчалось разом з поняттями: екзистенція, саморозвиток, самореалізація, самоствердження, самовираження та ін. (А. Маслоу, Є. Вахромов, В. Маралов, В. Франклін, А. Лангле, Г. Чернявська та ін.). Досить значним внеском до вивчення поняття самоактуалізації можна вважати дослідження самореалізації у професійній

діяльності особистості (А. Яловенко, О. Зеленська, Є. Клімов, А. Маркова, Е. Зеер, Л. Мітіна, О. Фонарев, Ю. Поваренков та ін.).

У роботах Ю. Артамошина, О. Богатирьова, А. Швецова, В. Губанова, Є. Денісова, Т. Ексакусто, Н. Мельникова, Л. Осіпова, М. Сафонова, М. Чередніченко, Є. Ярославкіна та ін. окремо вивчалася й самоактуалізація жінок (Яловенко, 2019).

Проаналізувавши роботи вчених, можемо зауважити, що поняття самоактуалізації детермінується як вроджений процес реалізації особистісного потенціалу у різних сферах життя. Представники гуманістичного підходу розглядають самоактуалізацію як механізм розвитку особистості, завдяки якому людина виражає свої життєві вибори та власну активність, що призводить до нового рівню розвитку та життя (Титаренко, 2001).

Самоактуалізація як процес завжди має особистісний характер, адже залежить від внутрішнього потенціалу окремої людини, а також від перешкод, що можуть бути на шляху особистості (Старинська, 2015). Тому при практичній роботі з таким запитом від клієнта досить важливо використовувати якісні методики діагностування як спосіб вловити ті внутрішні та зовнішні особливості, що впливають на процес самоактуалізації.

Специфіку самоактуалізації у жінок часто висвітлюють через професійну самореалізацію, а саме пов'язують з конфліктом ролей. Так Л. Ожигова наголошує, що у професіоналізації жінки направлена на вирішення протиріч між гендерною та професійною роллю, при цьому у її ціннісній картині світу передує гендерна роль (Ожигова, 2000). Це протиріччя може породжувати напругу у внутрішньому світі жінки, що зазвичай приводить до знецінення власних бажань та суб'єктивного відчуття проблеми у їхньому досягненні. Тому на шляху своєї самореалізації жінка проходить збалансування гендерних та професійних уявлень про себе.

Працюючи з клієнтами, які мають екзистенційний запит, досить добре зарекомендував себе кататимно-імагінативний метод (KIM) психотерапії (символдрама). Цей напрямок психотерапії був створений німецьким психотерапевтом Ханскарлом Льюнером у 1950-х роках. Основуючись на

глибинних теоріях класичного та сучасного психоаналізу, метод символдрами дозволяє клієнту виразити та прожити свої почуття (свідомі та несвідомі) через уявлення образів. Не дивлячись на те, що міцну базу кататимно-імагінативного підходу складають теорія об'єктних відносин М. Кляйн, Его-психологія А. Фрейд, Селф-психологія Х. Когута та розробки вчених інших підходів, Х. Льюїнер зазначав, що цей метод є окремою дисципліною, а не комбінацією різних поглядів (О. Фальова, М. Маркова, 2015).

Символдрама налічує 3 складові (Обухов, 1999):

- Конфліктна. Цей напрямок роботи дозволяє звернути увагу на конфлікт клієнта та пропрацювати його.
- Безконфліктна (ресурсна складова). Дозволяє задовольнити архаїчні потреби пацієнта (анальні, нарцисичні, оральні, едипально-сексуальні).
- Творча складова. Розвиток креативності.

Завдяки цим механізмам психотерапевтичного впливу клієнт має змогу дуже екологічно (без супротиву) розкрити через символи та образи власні несвідомі внутрішні конфлікти. При цьому через образ клієнт також може задовольнити свої архаїчні потреба та розвинути власний творчий потенціал. Даний метод дає змогу клієнту навчитися краще розуміти та керувати власним психоемоційним станом.

Отже, символдрама (KIM) – це метод глибинної психотерапії, що виражається у вільному фантазуванні клієнта («сновидіння на яву») у вигляді образів на задану психологом тему (мотив за Х. Льюїнером).

Серед основних мотивів кататимно-імагінативної психотерапії налічують наступні:

- «Луг» – відображає як актуальний настрій клієнта, так і певні внутрішні конфлікти, а також є показовим, щодо першого року життя клієнта. В подальшому використовується як початковий етап на шляху до уявлення інших мотивів.

- «Дерево» – відображає особистість клієнта, його структуру. Також є одним із тестових мотивів (так само як і «Квітка»), що дає змогу психотерапевту діагностувати наскільки клієнт може працювати з образами.

- «Струмок» – спуск за течією та сходження проти неї. Мотив дає розуміння про психічну енергію пацієнта, психічні

розлади чи проблеми, про наявність фрустрованості потреб у перші роки взаємодії з матір'ю.

- «Гора» – опис вигляду гори та підйом у гору відображає найближчих людей особистості з раннього дитинства, особливості їх емоційних відносин. Також підйом у гору є уособленням того, як людина ставиться до досягнення цілей у житті, а також до подолання труднощів.

- «Будинок» – є відображенням структури особистості та/або частини її. Символічне значення несуть також окремі кімнати будинку, що уособлюють різні сфери життя людини.

- «Узлісся» – мотив дозволяє клієнту зустрітися із істотою, що виходить із темряви лісу, зустрітися із своєю тінню стороною, яку важко інтегрувати в структуру особистості. При цьому психотерапевт має утримувати клієнта від походу у самий ліс (як образ несвідомого), це можливо на мотивах середнього та вищого ступеню.

Під час дослідження були поставлені такі завдання:

1. Обґрунтувати необхідність дослідження проблеми самоактуалізації жінки за допомогою методів глибокої психотерапії.

2. За допомогою емпіричного матеріалу продемонструвати ефективність роботи з запитом самоактуалізації клієнта за допомогою кататимно-імагінативного методу.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Проаналізувавши науково-методичну літературу, ми виявили, що хоча проблема самоактуалізації жінки і має певні закономірності та характерний зміст для кожної людини, особистісний компонент та ті індивідуальні смисли, які вкладає людина, грають важливу роль в процесі роботи з психологом.

В якості методу психодіагностики у роботі з особистісними проблемами самоактуалізації жінок пропонується метод кататимно-імагінативної психотерапії (КІМ, символдрама). В даній статі пропонується розглянути емпіричне дослідження, що було отримане шляхом психотерапевтичної практики за методом символдрами. Увесь матеріал публікується зі згоди клієнта. Усього з клієнтом було проведено 2 мотиви («Луг» та «Дерево») з подальшою роботою над уявленими образами.

Психологічний анамнез клієнта: жінка (Н.), 30 років, заміжня. Має дитину двох років. На час первинної консультації

знаходиться у відпустці по догляду за дитиною. Освіта – вища. Н. звернулася з проблемою керування власними емоціями, особливо роздратуванням, що проявляється у відносинах з чоловіком, дитиною та сім'єю та викликає конфліктні ситуації. Свій звичайний день жінка проводить у прибиранні, готуванні їжі для дитини та чоловіка, піклування про дитину та ігри, прогулянки з дитиною і т.п. Вільний час Н. (30хв. – 1 годину) зазвичай витрачає на перегляд серіалу та каву.

Клієнтці було запропоновано провести мотив «Луг», що давав можливість поглянути на емоційне забарвлення Н. та особливості її особистості.

Процедура проведення мотиву відбувалася наступним чином:

1. Н. було запропоновано лягти на кушетку, уявити, що вона дещо заморилася та прилягла відпочити.

2. З закритими очима клієнтці було запропоновано уявити як її тіло розслабляється, важчає дихання та стає рівним, спокійним. Розслаблення здійснюється поступово від потилиці до п'ят (техніка подібна до аутогенного тренінгу Й. Шульца).

3. Після розслаблення Н. було запропоновано уявити луг за наступною інструкцією: «Будь ласка, уявіть луг, який ви коли-небудь бачили чи будь-який інший луг, який малює ваша уява. Всі Ваші образи – це матеріал, з яким ми можемо працювати. Будь ласка, опишіть, що ви бачите».

Результати дали змогу встановити, що на момент проведення психотерапії Н. перебувала в цілому у позитивному емоційному стані (літо, сонячна погода). Під час мотиву, в першу чергу, вдалося задовольнити архаїчні потреби особистості, а саме: зібрати букет квітів, відпочити в тіні великого дубу на самоті, насолодитися вином та фруктами. В уяві жінка відчувала себе старшою за свій вік (33 р). В образі також з'явилася картинка лісу з правої сторони, що викликала неприємні відчуття. Це можна проінтерпретувати, як відчуття настороженості до власного майбутнього, яке вбачається як темний ліс. А можливо також певні почуття, пов'язані з батьківською фігурою.

На наступну зустріч Н. зробила малюнок за мотивами образу, що уявлявся (рис. 1). Малюнок був виконаний не ведучою рукою. На малюнку можемо спостерігати різкі

переривисті лінії, що говорить про можливу тривожність особистості. Ліс займає більшу частину малюнку, хоча в образі відчувався клієнткою як далекий. Він наче насувається на луг. При обговоренні почуттів від малюнку, клієнтка погоджується. На питання: «Коли ви себе відчували чи відчуваєте подібним чином, наче на вас насувається ліс?», Н. відповідає, що зараз вона себе так відчуває у момент, коли замислюється, що скоро потрібно виходити з відпустки по догляду за дитиною та повертатися на старе місце роботи.



*Рис. 1. Малюнок за мотивом «Луг»*

Виявилось, що клієнтка відчуває неабияку тривогу, пов'язану з питанням самореалізації. А саме, що через деякий час треба виходити на роботу, однак немає впевненості, що це те, чим хочеться займатися. Н. зізнається, що тривалий час захоплюється творчістю хенд-мейду. Виготовляючи композиції руками, жінка відпочиває та відчуває насолоду. У ході бесіди було виявлено, що її турбує також питання власних фінансів, незалежності від чоловіка. У Н. є внутрішнє відчуття, що чоловік невдоволений тим, що вона витрачає багато коштів, не маючи власного прибутку. Тим не менш, є відчуття, що товари ручної роботи, які виготовляє жінка, нікому не потрібні, та знецінюються чоловіком. Хоча це є суб'єктивні відчуття жінки і не проговорювалися у реальних стосунках.

На наступних зустрічах було сформовано основний запит клієнта – зрозуміти, до чого жінка прагне, у чому їй хочеться розвиватися. Аналізуючи ситуацію жінки, можна сказати, що тривожність щодо власної самоактуалізації з'явилася саме в той час, коли дитина стала більш самостійною та потребувала вже менше уваги. Отже, можемо бачити, що роль матері поступово втрачає свою першу позицію, а Н. починає втрачати орієнтир для власної самоактуалізації. Показовим є також те, що першочерговий запит клієнтки був пов'язаний з емоційним станом, а вже потім в роботі ми вийшли на більш глибоку тематику, яка вочевидь і є однією із спонукаючих відчуття роздратування на оточуючих. Насправді ж відчуття роздратування направлене на себе, адже незрозуміло яким чином Н. має реалізувати свій внутрішній потенціал. Раніше цей потенціал направлявся на догляд за дитиною та побутом, що зараз потребує зміни на новий. Нажаль, в той час, коли попередній об'єкт потенціалу втрачає актуальність, а новий ще не з'явився в структурі особистості, людина переживає певну кризу.

Розглянемо наступний мотив «Дерево», що був запропонований клієнту та дає змогу діагностувати структуру особистості. Мотив задається за аналогічною схемою, що представлена вище.

Н. було важко визначитися із образом дерева, в уяві спливало 3 варіанти (ця варіативність може відображати 3 основні ролі жінки: дружина, матір, працівник). Зрештою, жінка обрала образ осінньої верби над водою, її листя клонилося та лежало аж на воді, а біля водойми розгашувався очерет. Відчувала себе жінка біля дерева спокійно, взаємодіяти з деревом не хотілося, було бажання лише позбирати кругом опале листя. Підкреслювалося, що в образі, крім жінки, нікого немає, але при цьому вона відчувала тривогу, що поряд немає дитини (можливо має бути поруч).

Малюнок клієнтки виглядав наступним чином (рис. 2) та був зображений у такому порядку: дерево, кладка над водою, очерет, вода, трава. За відчуттям клієнтки малюнок вийшов не вдалий, хотілося придати йому більшого життя, реалістичності, але це не вийшло (можемо інтерпретувати як власні актуальні бажання мати більше цікаве, надихаюче життя). Також хотілося зобразити себе на кладці, але «це б вийшло жакливо»



(відображає проблему самореалізації, а також певні побоювання, що якщо спробувати – буде жахливо).



*Рис.2. Малюнок за мотивом «Дерево»*

Працюючи за шести кроковою моделлю інтерпретації малюнку, виявилось, що клієнт описує дерево як: плакуче, звисаюче, велике, сильне, заспокійливе, широкє. Відповідаючи на запитання – на кого з життя жінки цей опис схожий, отримали відповідь, що в першу чергу, це схоже на неї саму, а вже потім частина опису схожа на маму, а частина на чоловіка. Розглядаючи ситуації, в яких Н. себе так почуває, виявилось, що жінка відчуває себе так у ситуації, коли розмірковує над виходом на роботу та виробами хенд-мейд. Жінка поділилася, що навіть замислювалась про наступну вагітність, яка б дала можливість відтягнути час виходу на роботу і таким чином вирішити кризу без самостійного рішення клієнтки.

На наступну зустріч Н. прийшла з новиною, що вона створила сторінку у соціальній мережі, де виставляє свої роботи. Також вона отримала перше замовлення на платній основі. Частина своїх робіт вона подарувала друзям, але отримала за них вдячність у вигляді фінансів. Жінка почувалася наснаженою та задоволеною. На даному етапі не дивлячись на те, що жінка повернулася на попереднє місце роботи, вона розглядає варіант монетизації власного хобі, що додає їй сил. Звісно, ще присутні певні страхи, пов'язанні зі створенням власного бізнесу, але наразі жінка відчуває, що хотіла би розвиватися у цьому руслі.

**Висновки і перспективи подальших розвідок.** Проаналізувавши теоретико-методологічний матеріал та емпіричні дані, можемо зробити висновок, що метод кататимно-імагінативної психотерапії дає можливість отримати якісну діагностику актуального стану людини. У нашому випадку з'ясували, що для жінки проблема самоактуалізації має особливий характер. А саме, з настанням кризи, що пов'язана зі зміною пріоритетних ролей (наприклад, з материнської ролі до ролі працівника), загострюється конфлікт їх сумісництва, під впливом відчуттів із різних ролей. Метод символдрами надає можливість дійти до істинного запиту клієнта швидше, що впливає на ефективність психотерапії та дає відчутний результат. У подальших дослідженнях нами планується і далі вивчати діагностичні можливості методу символдрами та виявляти психокорекційні результати від проведеної роботи. Перспективами дослідження є збір емпіричних матеріалів, кейсів клієнтів, пов'язаних з проблемою самоактуалізації; виділення спільних тенденцій, характеристик у роботі над даною темою за методом КІМ.

#### *Список використаних джерел*

- Данилюк І. В., Буркало Н. І. Психологічні особливості самоактуалізації особистості. *Psychological journal*. 2020. Vol. 6, Iss. 2. URL: <https://apsijournal.com/index.php/psyjournal/article/download/862/525/>
- Лейнер Х. Кататимное переживание образов: основная ступень; введение в психотерапию с использованием техники сновидений наяву. Москва : Эйдос, 1996. 253 с.
- Обухов Я. Л. Символ-драма и современный психоанализ. Харьков : Регион-информ, 1999. 252 с.
- Ожигова Л. Н. Гендерная интерпретация самоактуализации личности в профессии (на материале педагогической профессии) : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / Кубанский государственный университет. Краснодар, 2000. 196 с.
- Старинська Н. В. Особливості самоактуалізації майбутніх психологів у процесі професійної підготовки : монографія. Київ, 2015. 178 с.
- Титаренко Т. М. Самоактуализация. *Психология личности* : словарь-справочник / под ред. П. П. Горностая, Т. М. Титаренко. Киев : Рута, 2011. С. 108–109.
- Фальова О. Є., Маркова М. В. Психокорекція особистісних проблем жінок у ситуації сімейної кризи методом кататимно-імагінативної психотерапії. *Проблеми сучасної психології* : зб. наук. пр. К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології

імені Г.С.Костюка НАПН України, 2015. Вип. 28. URL: <http://geopolitics-of-ukraine.uzhnu.edu.ua/index.php/2227-6246/article/viewFile/158558/157913>

Яловенко А. О. Розвиток самоатуалізації жінки через реалізацію у професійній діяльності. *Інсайт: психологічні виміри суспільства* : матер. міжнар. конф. / ред. кол. : І. С. Попович, С. І. Бабатіна, І. Р. Крушник та ін. Херсон : Гельветика, 2019. Вип. 1(16). С. 306–309.

### References

- Danyliuk, I. V., & Burkalo, N. I. (2020). Psykhologichni osoblyvosti samoaktualizatsii osobystosti [Psychological features of an individual's self-actualization]. *Psychological journal*. Vol. 6, Iss. 2. Retrieved from <https://apsijournal.com/index.php/psyjournal/article/download/862/525>[in Ukrainian].
- Falova, O. Ye., & Markova, M. V. (2015). Psykhokorektsiia osobystisnykh problem zhinok u sytuatsii simeinoi kryzy metodom katatymno-imaginatyvnoi psykhoterapii [Psychocorrection of personal problems of women in a situation of family crisis by katathym-imaginative psychotherapy]. *Problemy suchasnoi psykhologii [Issues of modern psychology]: zb. nauk. pr. K-PNU imeni Ivana Ohienka, Instytutu psykhologii imeni H.S.Kostiuka NAPN Ukrainy*.Vol. 28. Retrieved from <http://geopolitics-of-ukraine.uzhnu.edu.ua/index.php/2227-6246/article/viewFile/158558/157913> [in Ukrainian].
- Ljojner, H. (1996). *Katatimnoe perezhivanie obrazov: osnovnaja stupen'; vvedenie v psihoterapiju s ispol'zovaniem tehnik snovidenij najavu [Katathym experience of images: Main stage; introduction to psychotherapy using the technic of waking dreams]*. Moskva: Jejdos [in Russian]
- Obuhov, Ja. L. (1999). *Simvol-drama i sovremennyj psihoanaliz [Guided imagery and modern psychoanalysis]*. Har'kov: Region-inform, 1999 [in Russian].
- Ozhigova, L. N. (2000). *Gendernaja interpretacija samoaktualizacii lichnosti v professii (na materiale pedagogicheskoi professii) [Gender interpretation of self-actualization of the personality in the profession (on the material of the pedagogical profession)]* (Ph.D. diss.). Kubanskij gosudarstvennyj universitet, Krasnodar [in Russian].
- Starynska, N. V. (2015). *Osoblyvosti samoaktualizatsii maibutnikh psykhologiv u protsesi profesiinoi pidhotovky [Features of selfactualization of future psychologists in the process of professional training]: monohrafiia*. Kyiv [in Ukrainian].
- Titarenko, T. M. (2011). Samoaktualizacija [Self-actualization]. In P. P.Gornostaja, T. M. Titarenko (Eds.). *Psihologija lichnosti: slovar'-spravochnik*. (p. 108-109). Kiev: Ruta [in Russian].

Yalovenko, A. O. (2019). Rozvytok samoatualizatsii zhinky cherez realizatsiiu u profesiinii diialnosti. In I. S. Popovych, S. I. Babatina, I. R. Krupnyk et al. (Eds.). *Insait: psykholohichni vymiry suspilstva: mater. mizhnar. konf.* (p. 306-309). Kherson: Helvetyka, Vyp. 1(16) [in Ukrainian].

*M. Gutyrta*

**THE DIAGNOSTICS OF PERSONAL PROBLEMS OF WOMEN'S SELF-ACTUALIZATION BY METHOD OF KATATHYM IMAGINATIVE PSYCHOTHERAPY**

*The article deals with the problem of psychodiagnosis of personal problems of woman self-actualization by the method of katathym-imaginative psychotherapy. The current situation of self-actualization as a subject of study is considered. Different approaches to this topic are singled out, namely: self-actualization as a part of the structure of theories of personal development, connection of self-actualization with professional realization of a person, as well as features of woman self-actualization. According to theoretical and methodological materials, it was found that the specificity of woman self-actualization lies in the conflict of roles, namely in the priority of the role of wife, housekeeper over professional realization. It is also determined that the course of the conflict of roles is always personal, which is why it requires a qualitative diagnostic technics.*

*It is noted that the method of the guided imagery (katathym-imaginative approach) having the basis of classical and modern psychoanalysis allows the psychologist to effectively diagnose and work with the client's personal conflict. The guided imagery as a method has three mechanisms of the psychotherapy influence: conflict, resource and creative. It is established that due to the combination of these components in the method, the client perceives the deepness of the work more easily and it is less likely to experience resistance.*

*Based on empirical research, it was proved that the main motives of katathym-imaginative psychotherapy, namely "Meadow" and "Tree" are effective in diagnostic of the individual self-actualization features. A full description of the task motives was provided, as well as a detailed review of the work with the received materials. It is determined that the guided imagery helps the client to formulate his true request at work, as well as to realize and express their worries and feelings about self-realization. Qualitative changes in the self-esteem of the client were demonstrated, which also reflects the psycho-correctional effectiveness of the katathym-imaginative method of psychotherapy.*

**Key words:** *self-actualization, katathym-imaginative psychotherapy, guided imagery, self-realization, deep psychotherapy.*

Надійшла до редакції 25.01.2021 р.