

РОЛЬ ГРУПОВОЇ ГЛИБИННОЇ ПСИХОКОРЕКЦІЇ У РОЗВИТКУ ОСОБИСТІСНИХ РЕСУРСІВ

Кононова М. М., Рейзман І. І.

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка
meershaum@ukr.net, innareizman@gmail.com*

Питання розвитку особистісних ресурсів та відкорегованості людини особливо чітко було поставлено у гуманістичному напрямку, який визначив перспективи соціальної самореалізації суб'єкта шляхом актуалізації власного особистісного потенціалу та у численних роботах психоаналітичного напрямку, орієнтованих на глибинне пізнання психіки з метою особистісного зростання людини.

Метою статті є висвітлення особливостей психокорекційної роботи у психодинамічному підході з ціллю пізнання особистісної проблематики суб'єкта та розвитку й відновлення особистісних ресурсів.

У статті ми акцентуємо увагу на застосуванні психокорекційної роботи, що передбачає втручання в ситуацію клієнта з метою: корекції чи усунення порушень адаптації (усунення депресії, апатії тощо), поведінкових трансформацій у соціально-психологічному контексті; узгодження потреб індивіда з нормами, цінностями та звичаями соціуму; формування усвідомленої життєвої позиції та відповідальності за свої вчинки перед собою та тими, хто оточує (рідні, близькі, друзі); формування активної життєвої позиції і навчання інтегрувати свій негативний досвід для особистісного зростання і саморозвитку, самореалізації.

Означене питання в цьому теоретичному дослідженні ми розкриємо в контексті одного із дієвих методів самопізнання і самокорекції – методу активного соціально-психологічного пізнання (АСПП), розробленого академіком НАПН України Т. Яценко у ракурсі психодинамічної теорії.

Розглянемо погляди на особистісну проблему людини у контексті глибинної психології та психокорекції. Особистісна проблема людини виражається в різноскерованості просоціальних поривів до самореалізації і глибинних ініціатив активності, що мимоволі протидіє просоціальним цілям. Останнє імпотує психіку, породжуючи відчуття нереалізованості, неспроможності. Це і представляє «особистісну проблему» (внутрішньо стабілізоване протиріччя), витоки якої суб'єкту

невідомі. Тому їх необхідно розкрити, пізнати і навчитися розпізнавати їх прояви в реальному житті, для внесення психокорекційних змін у поведінку. Такий процес має враховувати індивідуалізованість кожного учасника групової глибинної психокорекції. Як відомо, енергія переживань сприяє переходу внутрішнього у зовнішнє. Енергетичним стимулом є ланцюг: задоволення-незадоволення. Емоція, відповідна принципу задоволення призводить до розслаблення, тоді як невдоволення зберігає потенціал – спонуки до активності та необхідності повтору дії. Умовно можна позначити задоволення як зниження енергії, а невдоволення, як підвищення енергії, що «проситься» реалізуватися в дії [1]. Витіснені осередки Ід, з пріоритетом емотивно-слідових домінантностей, синтезуються в позадосвіднє, що й пояснює збереження в ньому потенціалу енергії невдоволених потреб людини. Тому об'єктивування несвідомого в глибинному пізнанні супроводжується оживленням негативних, а інколи й драматичних, слідових ефектів, які знаходять символічно-образне втілення в процесі створення візуалізованих презентантів. При цьому, як зазначає Т. Яценко, важливо пам'ятати, що кожна емоція, яка вийшла на авансцену, наповнена своєю історією життя [3].

Розвиток і відновлення особистісних ресурсів неможливі без урахування психологічних захистів, які підтримують невидимість викривлень реальності для суб'єкта, створюючи можливість збереження відчуття сили «Я» та власної гідності. При цьому психологічні захисти не лише сприяють викривленню, але й маскують цей процес від свідомості суб'єкта. Неусвідомлюваність суб'єктом наявності власних викривлень зумовлює соціальну дезадаптацію та психологічну незахищеність. Специфіка індивідуально-неповторних викривлень залежить від індивідуальності конкретного суб'єкта, характеру його особистісної проблематики, внутрішніх суперечностей та способів ідеалізації «Я».

Метод АСПП акцентує увагу на методології пізнання психічного у його цілісності (свідоме-несвідоме). Як зазначає Т. Яценко, у пізнанні цілісності психічного необхідно виходити з того, що наше знання постійно має зв'язок зі свідомим, тому пізнати несвідоме ми можемо лише одним шляхом – перетворенням його у свідоме [2]. З. Фрейд наголошував на важливості актуалізації «зорового мислення», особливо в

практиці психоаналізу сновидінь. Разом з тим, самих лише зорових образів замало для пізнання несвідомого – необхідно виявити взаємозв'язки між символами, які є багатозначними, та вербальними аспектами мислення [1].

Мистецтво глибинного пізнання спрямоване на об'єктивування інформаційних еквівалентів. Останнє означає пошук чогось третього (тобто посередника) між сферами «свідоме-несвідоме» [2]. У даному контексті важливим є зауваження З. Фрейда, що шлях психоаналітичного пізнання прокладений «через поєднання із відповідними словесними уявленнями» [1].

Результати багаторічної роботи наукової школи академіка Т. Яценко за методом АСПП неодноразово підтверджували тезу Тамари Семенівни про те, що «психіка знає все», включаючи й те, чого не знає свідоме Я суб'єкта. Крім того, психіка наділена мудрістю передавати у візуалізованій формі через психомалюнок високі матерії психологічного змісту.

Завдяки аналізу психологом вербально-невербального поведінкового фактажу людині надається допомога в адекватному усвідомленні власної особистісної проблеми (внутрішнього стабілізованого протиріччя), яка йому була невидима, і в цьому позначається вплив пралогічного мислення [1].

Виходячи з того, що після процесу витіснень доступ Я до передсвідомого блокується механізмом опорів за збереження інформаційного обміну із Супер-Его та Ід, *вербум* може співвідноситись лише з тією сферою, яка сформувалась внаслідок незреалізованості потягів Ід через дію цензури Супер-Его. Це один із аспектів формування передсвідомого [2].

З огляду на це, в діагностико-корекційному процесі задається лінія спонтанної візуалізації психічного самим респондентом, що полегшує можливості асимілювання та поглиблення свідомого осягнення тенденцій, яким підкорена його власна поведінка, що суперечить раціональним намірам.

За К. Левіном, незавершений намір створює поле напруги. Беручи це до уваги, стає зрозумілим, що візуалізовані презентанти здатні латентно втілювати в собі інформаційні еквіваленти, що несуть семантику пережитих суб'єктом невдоволень та емотивних напружень. Звідси висновок, що процес трансформації змісту із несвідомої сфери у свідому торкається чуттєвої та емотивно-енергетичної сфер [2].

Психодинамічна парадигма спирається (в емпіричній її частині реалізації) на архетипну здатність психічного до візуалізації, тобто перекодування ідеальних реалій зі збереженням «інформаційних еквівалентів». При цьому важливо зауважити, що саме порушення взаємозв'язків між свідомим і несвідомим створює передумови для формування стабілізованої внутрішньої суперечливості психічного, що охоплює поняття особистісна проблема. Саме це пояснює відсутність у глибинному пізнанні традиційної для деяких практик вербалізації учасником власної особистісної проблеми, яку він бажає вирішити [3]. Особистісна проблема людини пізнається в діагностико-корекційному процесі.

До поля дослідницької уваги, в межах психодинамічного підходу, потрапляє тільки той різновид несвідомого, який пов'язаний із механізмами витіснень та чинниками заборони (за участю механізмів опору) на повернення слідів до свідомості. Глибинне пізнання передбачає інтерпретацію спонтанно-поведінкового матеріалу з метою визначення в ньому логічних взаємозв'язків.

На психокорекційних заняттях учасники АСПП, через об'єктивування несвідомих чинників (висвітлення внутрішніх суперечностей психіки та захисних заходів для їх маскуванню для свідомості), через рефлексивне опрацювання матеріалу отримують нову особистісно-значущу інформацію, яку іншим шляхом не можливо пізнати. Групова глибинна психокорекція сприяє розвитку і відновленню особистісних ресурсів життєстійкості та оптимізації емоційного благополуччя людини.

ЛІТЕРАТУРА

1. Яценко Т. С. Методологические и практические проблемы глубинного познания психики / Електронний збірник матеріалів V Міжнародної науково-практичної конференції «Психологічні координати розвитку особистості: реалії та перспективи», м. Полтава, 27-28 квітня 2020 року. С. 197-235.
2. Яценко Т. С., Бондар В. І., Євтушенко І. В., Кононова М. М., Максименко О. Г. Самодепривація психіки та дезадаптація суб'єкта: монографія. Київ: Вид-во НПУ імені М. Драгоманова. 2015. 280 с.
3. Яценко Т. С. Архаїчний спадок психіки: психоаналіз феноменології проблеми. Дніпро: Інновація, 2019. 284 с.