

**Міністерство освіти і науки України  
Київський національний лінгвістичний університет**

**О.Ф. Бондаренко**

# **ЕТИКОЦЕНТРОВАНЕ ПСИХОЛОГІЧНЕ КОНСУЛЬТУВАННЯ**

**Індигенний підхід**

Навчальний посібник

Київ  
Видавничий центр КНЛУ  
2026

**УДК159.9.07(477) (075.8)**

**Б-81**

**РЕЦЕНЗЕНТИ:**

**В'ячеслав КАЗМІРЕНКО** — Президент Київської Асоціації практикуючих психологів та психотерапевтів, доктор психологічних наук, професор;

**Володимир КРАСНОВ** — завідувач кафедри педагогіки, психології, медичного та фармацевтичного права Національного університету охорони здоров'я України імені П. Л. Шупика, доктор психологічних наук, професор;

**Наталія КУЧЕРОВСЬКА** — доцент кафедри психології Київського Національного лінгвістичного університету, кандидат психологічних наук, доцент

*Друкується за рішенням вченої ради  
Київського національного лінгвістичного університету  
(протокол № 9 від 23 березня 2026 року)*

**Бондаренко О. Ф.**

Б-81 Етикоцентроване психологічне консультування. Індигенний підхід : навчальний посібник / О. Ф. Бондаренко. – Київ : Видавничий центр КНЛУ, 2026. – 170 с.  
ISBN 978-966-638-444-0

**УДК 159.9.07(477) (075.8)**

# ЗМІСТ

<b>ВІД АВТОРА</b> .....	5
<b>РОЗДІЛ 1. АНАЛІЗ РЕАЛЬНИХ СИТУАЦІЙ ЗВЕРНЕННЯ ПО ПСИХОЛОГІЧНУ ДОПОМОГУ</b> .....	17
Питання для самоконтролю .....	32
<b>РОЗДІЛ 2. СОЦІОКУЛЬТУРНІ РАМКИ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНИХ ПІДХОДІВ: У ПОШУКАХ СПРАВЖНІХ УНІВЕРСАЛІЙ</b> .....	34
Питання для самоконтролю .....	54
<b>РОЗДІЛ 3. ЕТИЧНА ОСНОВА ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНИХ ПРАКТИК, ВИСХІДНИХ ДО АНТРОПОЛОГІЇ СХІДНОГО ХРИСТІЯНСТВА</b> .....	56
Питання для самоконтролю .....	71
<b>РОЗДІЛ 4. КОНЦЕПТУАЛЬНА МОДЕЛЬ ЛЮДИНИ У СХІДНО-СЛОВ'ЯНСЬКІЙ КУЛЬТУРІ</b> .....	73
Питання для самоконтролю .....	84
<b>РОЗДІЛ 5. ЗІСТАВНИЙ АНАЛІЗ СХІДНО-СЛОВ'ЯНСЬКОГО ТА АНГЛО-АМЕРИКАНСЬКОГО ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНОГО ДИСКУРСУ</b> .....	87
5.1. Причетність як відмінність вітчизняної психотерапії .....	88
5.2. Екзистенційний зміст американського та східно-слов'янського психотерапевтичного дискурсу: свобода та сенс життя .....	94
5.3. Метафоричність східно-слов'янського психотерапевтичного дискурсу .....	99

5.4. Зіставний аналіз східно-слов'янської та англо-американської психотерапевтичних традицій на основі інтент-аналізу. . . . .	101
5.5. Етичність – як спосіб представлення себе світу та психологічна норма життя. . . . .	114
Питання для самоконтролю. . . . .	117
<b>РОЗДІЛ 6.</b>	
<b>БАЗОВИЙ АЛГОРИТМ КОНСУЛЬТАТИВНОЇ РОБОТИ З ПОЗИЦІЙ ЕТИКОЦЕНТРОВАНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ</b> . . . . .	<b>119</b>
6.1. Рівні пред'явлення особистісного «Я» на початкових етапах психологічної консультації. . . . .	119
6.2. Діагностика проблемних стосунків. . . . .	122
6.3. Структурування консультативної ситуації та її орієнтувальний прогноз. . . . .	129
6.4. Базисні стратегії подолання позиції жертви та Протокол консультативної роботи у модальності ЕЦПК. . . . .	134
Питання для самоконтролю. . . . .	139
<b>ЗАКЛЮЧЕННЯ</b> . . . . .	<b>148</b>
<b>ЛІТЕРАТУРА</b> . . . . .	<b>153</b>
<b>ДОДАТКИ</b> . . . . .	<b>157</b>
Додаток 1 МЕТОДИКА ОЦІНКИ І ПРОГНОЗУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО РОЗВИТКУ СИТУАЦІЙ МІЖОСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ. . . . .	157
Додаток 2. ПРИКЛАДИ АНАЛІЗУ РЕЗУЛЬТАТІВ ДІАГНОСТИЧНОЇ МЕТОДИКИ. . . . .	165

## ВІД АВТОРА

---

Багато років працюючи в Київському національному лінгвістичному університеті й доволі добре володіючи англійською і французькою мовами, а також багато спілкуючись з іноземними професіоналами у сфері психологічного консультування та психотерапії, в тому числі запрошуючи їх у лабораторію консультативної психології, яка існує з 1985 року, я звернув увагу на те, що мені набагато простіше працювати з іноземцями, ніж зі співвітчизниками. Справа в тім, що з початку 90-х років Київ наповнили прибульці з зарубіжних країн, переважно відряджені зі США. Вони очолювали представництва своїх компаній, ходили групами Києвом, рекламуючи свої релігійні секти, проводили численні тренінги – як продажів, так і психологічної групової роботи. Оскільки психологів, хто добре володіє англійською, було мало, а стосунки іноземців з київськими дівчатами розвивалися доволі інтенсивно, у мене почався бум консультативної роботи. От приходять пара, і киянка скаржиться: «скажіть йому, що не треба мені говорити «ти знищуєш мою власність, коли я випадково розбила чашку, і це не жарт!». Невдовзі специфіка ментальності у консультативному процесі стала виявлятися ще значніше, оскільки все помітніше розкривала систему ставлень людей. Контраст вражав настільки, що я не міг не задуматися над цим. Тут варто зазначити, що на той час, будучи доктором психологічних наук (докторську дисертацію на тему «Соціальна психотерапія особистості (психосемантичний аспект)» захистив у КНУ Тараса Шевченка

1993 року), я відчував себе доволі просунутим фахівцем. Пройшовши серйозне професійне стажування на робочому місці психолога у психоневрологічному інституті імені Бехтерева, стажування з психодіагностики у проф. Ф. Б. Березіна, відомого його варіантом тесту ММРІ, в медичній академії імені Сеченова; підвищення кваліфікації в інших відомих вищих навчальних закладах того часу, я інтенсивно навчався психологічній практиці на семінарах Олександра Алексєйчика, Карла Вітакера, Карла Роджерса, Френсін Шапіро, у послідовників бразильського психоаналітика Норберто Кеппе. Мені пощастило спілкуватися з В.М.Блейхером. В лабораторії консультативної психології КНЛУ проводили тренінги Ф. Є. Василюк, А. Ф. Єрмошин, С. Братченко, виступали провідні фахівці з НЛП та різних видів тренінгової роботи. Майже півтора року працював професор Стенфордського університету Роберт Янг. Завдяки активній участі у міжнародних конференціях та семінарах, я налагодив контакти з німецькими, голландськими, американськими й французькими психологами та психоаналітиками. До лабораторії приїздили колеги з Нідерландів, Франції, Швеції, США, Германії, у тому числі 1991 року засновник Позитивної психотерапії Носрат Пезешкян, учениця Дж.Бьюдженталя Дебора Райлі, інші відомі психологи. Пізніше я пропрацював кілька місяців на посаді запрошеного професора в Лондонському, Лейденському та інших відомих університетах. Консультував в Угорщині, Німеччині, Ізраїлі, Італії, Греції. Вникав у тонкощі зарубіжних психотерапевтичних технік, бездоганних у професійному плані. Поступово дійшов висновку, що за словами, поведінкою, ціннісними смислами, почуттями стоять різні **підґрунтя**. І ці підґрунтя виходять з особливостей

культури, яку несе в собі клієнт/пацієнт. Культури свого етносу, тобто сплав світоглядних, психосоціальних і поведінкових стереотипів. Далі я відкрив для себе: **підґрунтя почуттів** важливіші самих емоцій, а підґрунтя переживань у психічно здорових людей визначаються психосоціальними й соціокультурними чинниками. Не емоції й почуття важливі самі по собі а те, **чому** вони виникають, **що** власне їх індукує. Потім звернув увагу на те, що в роботі іноземних колег велике місце належить саме тим основам психологічного впливу, які кореняться в їхній культурі, перш за все релігійній, але, разом з тим, і правовій. Скажімо, у носіїв єврейської та арабської культур – віковична традиція обрізання, звідси ідея кастраційного комплексу. У католиків і протестантів – Едипів комплекс, оскільки майно після смерті батька успадковується первістком чоловічої статі, старшим сином, і мати змушена з дитинства докладати неабияких зусиль, щоб прив'язати до себе майбутнього спадкоємця. Адже саме від нього залежатиме майнове благополуччя матері й сестер. І саме боротьба з цим законом призвела до фемінізму у католицько-протестантському світі. У американців – апеляція до принципу етичного релятивізму, тобто відмова від понять «добро» і «зло», і заміна цих етичних інстанцій приблизно такими міркуваннями вголос: «Я не знаю, що таке добро і зло, але я відчуваю, що ти відчуваєш, що я хороша людина». І головне – робота з емоціями та почуттями. Емпатія. У германців доволі виражена парарелігійна проблематика, а саме: численні альянси К.-Г. Юнга, що прямо співвідносяться з індуїзмом; лютеранство С. К'єркегора; «останній Бог» католика М. Хайдеггера; у логотерапії

В. Франкла та його послідовників «підсвідомий Бог», який для зовнішнього світу іменується Смилом, а насправді тісно зв'язує психотерапію й віру, яка у нього глибоко пов'язана саме з іудаїзмом. Але в нас є своя релігія і своя теологія, доволі вишукана і глибока. Досить зазначити, що ще на початку XIX століття у Київській духовній академії та Імператорському університеті Св. Володимира саме курси з психології та етики займали одне з провідних місць серед філософських дисциплін. А принцип «Єдність батька, сина і Святого Духа» в поєднанні з тисячолітнім Законом, що називається «Руська правда», згідно якого після смерті батька (чоловіка) спадкоємцем першої черги є його дружина, яка у разі непокори може позбавити спадку дітей, формує зовсім інший симптомокомплекс поведінки.

Для високої вітчизняної культури, що катастрофічно постраждала в XX столітті, настільки органічним є співчуття, що нікому з нас навіть на думку не спаде звертатись за співчуттям до професіонала, оскільки друзі, подруги, родичі, і просто випадкові перехожі в нас завжди зможуть розділити з тобою невисловлені переживання. Інша справа, що це не професійна допомога, але вона й не пов'язується у нас в душі з поняттям «психолог». До психолога носій вітчизняної культури схильний звертатися саме за допомогою в переживаннях екзистенційної втрати або її загрози, а не за співчуттям. Ми не почуваємося настільки відчуженими один від одного як, скажімо, представники протестантського чи навіть католицького світу. Та й жіноча стать ставиться до чоловічої в східному слов'янстві значно тепліше й турботливіше, ніж представниці гранично

комерціалізованих культур, незважаючи на інтенсивний примус орієнтованих на зиск законників запровадити жорстку комерційну юрисдикцію у ці взаємини.

Я заглибився у дослідження текстів вітчизняних філософів і богословів, щоб за допомогою сучасних методів контент-аналізу і багатовимірної статистики, герменевтичного тлумачення текстів і інтенціонального аналізу дискурсу зрозуміти, якою по суті повинна бути справжня консультативна традиція, що впливає з нашої ментальності і культури в цілому. І чим її жива тканина відрізняється від, скажімо, англо-американської чи інших іноземних традицій.

І от у якийсь момент, після звичайної консультації зі звичайною нашою сорокарічною жінкою, яка прийшла з віковичним питанням – розлучатися чи не розлучатися з чоловіком, який загуляв зі студенткою-перекладачкою, мені всі зарубіжні психотехніки видалися якимось чи то поверхневими, чи то позірними.

Я згадав хронічне запитання наших психологів після чергової емоційно насиченої групової роботи у заморського колеги: «А що далі»? Збагнув: саме в нашій культурі найяскравіше виражено все те, що дуже спрощено, утилітарно трактується в інших культурах, а саме: етична проблематика! Ось головна підстава скарг людей, які приходять на консультацію до психолога, а не до психіатра. Поступово я зрозумів, що поведінкові, психоаналітичні і так звані гуманістичні підходи, які, на мій погляд, відверто ідеологізовані, хоча це не декларується, не варто переоцінювати. Вони повинні прицільно співвідноситися з конкретним колом питань, а не безпідставно застосовуватися наліво й направо, підмінюючи

справжню проблематику, яка хвилює людей, своєю індигенністю, за допомогою якої відбувається фактично індоктринація консультованих іншими соціокультурними системами. Вже пізніше я дізнався, що Л. Сонді трактував ідеологію як різновид марення.

Після багатьох років емпіричних досліджень я впевнився: психолог працює насамперед **зі стосунками** і психоемоційними станами, індукованими стосунками. Саме цей предмет діяльності, якщо відволіктися від неодмінних моментів соціально-психологічного навчання, більшою чи меншою мірою притаманного діяльності психологів-практиків, і становить своєрідність нашої професійної роботи на відміну від інших представників соціономічних професій, пов'язаних з якістю особистого життя. Необхідно пам'ятати, що наслідки травматичних стосунків можуть далеко виходити за межі компетенцій психолога, вимагаючи зусиль лікаря, юриста, священника, а то й просто масажиста. А для нас, психологів, головний, визначальний інструмент при цьому – способи дій, які впливають із ціннісно-сислової структури особистісного «Я» постраждалого та з тієї етичної системи, яку він в собі несе. Допомогти зрозуміти, заради кого ти готовий жертвувати собою у стосунках, зрозуміти, чи не приносять тебе в жертву, хто благословив тебе на ті чи інші стосунки, виправити невірне благословення, припустити, що не тільки ти самочинно керуєш світом цих взаємин, але є ще щось, якийсь інший вимір світу, і що ти не завжди дорівнюєш собі, але іноді можеш ніби згортатися в них ніби їжачок, іноді ширяти в небесах смислів, як лебідь. І що ще важливіше, консультуючий психолог покликаний допомогти постраждалій у стосунках особистості відкрити, що вона здатна

до трансцендування, виходу за видимі рамки даної ситуації в інші смислові простори. Допомогти зрозуміти головні вектори роботи з носіями того етичного почуття, яке називається Совість. Такими, власне, і стали вихідні координати запропонованої концепції й методу, у яких процеси *ревіталізації* (повернення до життя), *ревальвації* (піклування про справжні ціннісні смисли) та *реконструкції* (відновлення) особистісного «Я» – головні моменти.

Наголошую: у нашій культурі, на відміну від західної – у широкому розумінні цього слова, але все ж таки, більшою мірою, католицько-протестантської ( британсько-американської та залежною від її впливу нинішньої германської з усіма їхніми запозиченнями з США) – у культурі, яка не знала пропагандистської хвилі антипсихіатричного руху, викликаного рішенням Британського парламенту від 29 грудня 1959 року деінституалізувати психіатрію, психологам не спало б на думку брати на себе відповідальність за лікування психіатричних пацієнтів. Під впливом цього закону процеси деінституалізації психіатрії, тобто скорочення психіатричних лікарень, переведення психічно хворих до амбулаторних служб у громадах під приводом гуманізації їх лікування розповсюдилося у багатьох країнах з приватно-власницькою економічною системою. І от вже понад півстоліття психоаналітики та психологи-психотерапевти США та Західної Європи переважно займаються саме цим, вдаючи, що проводять терапію будь-яких психологічних розладів, відмовляючись від поняття «діагноз» та мимоволі вдаючись до інвалідизації нещасних, влаштовуючи їм психотерапевтичні сеанси замість того, щоб спрямовувати цих людей до психіатра чи невролога, до яких,

до речі, не так то й легко потрапити на прийом. Адже їх кількість штучно стримується на відміну від підготовки психологів. Я й тепер часто стикаюся з цим явищем, спостерігаючи за діяльністю колег, які застрягли в останніх десятиліттях ХХ століття, так само як спостерігаю за тим, що фактично є «анімацією», коли люди, уявляючи себе психологами, займаються різними видами емоційно насичених ігрових символічних акцій з однією метою: відволікти увагу й переключити її з серйозної чи навіть страшної події чи проблеми на емоційну розрядку та дистанціювання від реальності. Безумовно, з дітьми чи когнітивно спрощеними пацієнтами (клієнтами) це не тільки допустимо, а й необхідно. Але ж не всі наші клієнти (пацієнти) є дітьми або ж такими гранично інфантилізованими соціальними індивідами хто досі вважає, що власна сеча є могутнім лікарським засобом.

Я стверджую: предметом професійної діяльності психолога-психотерапевта є насамперед міжособистісні стосунки та індуковані ними переживання, а не ті психоемоційні стани, які спричинені патологією мозкової чи нервової діяльності. Поясню. В силу нашої ментальної організації східні слов'яни не схильні фокусуватися на видимості, на картинці. Ми належимо не до морської культури зору, а до сухопутної культури слуху. Для нас подекуди набагато важливіший саме підтекст, ніж текст. Далі. Якщо я розумію, що клінічні прояви людини, яка прийшла до мене на прийом, виходять за межі моєї компетентності, я обговорюватиму з нею необхідність консультації з психіатром чи з лікарем іншого фаху, а не претендуватиму на те, що мої психотерапевтичні техніки вилікують її від клінічної депресії, наприклад.

В основі, таким чином, лежить **діагноз**: психоемоційного стану, особистості, ситуації.

Акцент же у корекції чи проживанні стосунків, від яких постраждала людина, що прийшла на прийом, робиться на наріжних смислоутворюючих імпульсах рідної культури, в своїй основі православної: відмова від жертвопринесення, потреба у благословенні, відсутність кастраційного комплексу, осягнення у вітчизняній філософській та богословській думці сотеріологічного смислу існування та інших.

Ще раз наголошую: величезна складність тут полягає в тому, що висока вітчизняна культура у ХХ столітті була зруйнована. Ми в душі найчастіше чуємося духовними сиротами. У зв'язку з інфікуванням хамством, цією уявною духовною панацеєю плебсу, яка буквально з пелюшок пронизує наш культурний простір, повернення русичу споконвічного почуття власної гідності та величі, пробудження якого й лікує людську душу, – найбільш цілюще зілля. На жаль, лише крайня, межова, ситуація є необхідною умовою для цього пробудження.

Особливо хотілося б підкреслити таке міркування. Етикоцентроване консультивання не є специфічним методом або підходом для роботи виключно з українцями, так само як позитивна психотерапія не призначена лише для іранців чи бахаїстів, психоаналіз не є специфічним засобом роботи тільки з євреями чи католиками, холотропне дихання – з індістами, а юнганська терапія – з германцями або, ще вужче, з швейцарцями.

Просто ті феномени та ноєми, які найбільше опрацьовані у нашій культурі, так само затребувані й людьми з інших культур.

Так що я спробував відновити бачення нас самими собою через нашу культуру, а не продовжувати дивитися на самих себе очима інших культур. Адже у психологічному консультуванні щоразу стикаєшся з дуже важливим питанням: з чим насамперед працюємо – з мозком, системою уявлень, особистістю чи типом культури, який несе в собі ця людина зі своїми алгоритмами побудова міжособистісних стосунків та самоствалення. І розуміння глибинного соціокультурного коду тут є універсальним психологічним інструментом.

Неможливо всі проблеми або всю можливу патологію звести до однієї причини. В українця, як і в будь-якого представника людства, причини страждань можуть бути різні: від просто розумової недостатності та безглуздої довірливості до важких особистісних та психічних розладів. Так само немає й не може бути однієї-єдиної таблетки для лікування мільйонів співвітчизників тільки тому, що вони українці, або одного способу лікування китайців – тому що вони китайці. Питання в іншому: у ХХ столітті високу вітчизняну культуру корінного народу намагалися – і небезуспішно – знищити. Цей процес не припинився. Я просто звертаю увагу колег-співвітчизників: ми теж дуже цікаві та важливі для світу. Ми також маємо свій, східно-слов'янський, ресурс виживання в крайніх ситуаціях. У тому числі й психотерапевтичний. Якщо Богу вгодна тисячолітня наша культура, як ми можемо дозволити собі зрікатися її? Це наш порятуніок. Вона така ж всесвітньо-історична, як і інші культури людства. І в ній існують максими, які для інших культур є одкровенням, наприклад: не множити страждань світу; не дозволяти приносити Іншого в жертву; виходити не з протиставлення давньогрецьких

персонажів із драми Софокла – Едіпа та Іокасти, а відштовхуватися від набагато більш давніх, біблійних постатей – Авеля та Каїна та їхнього конфлікту, який продовжує й продовжує відтворюватися в історії людства, в міжособистісних стосунках.

Свого часу, як і майже тисячу років тому, коли у Київській Русі, як і в наші дні, поширився індивідуалізм (толерантність) і скептицизм (безвір'я, зокрема, невіра у свої сили), дух міжусобиць, а руський народ, за словами літописця, «розсипався різно», київський метрополит Іларіон звернувся до русичів з приголомшливим зверненням «Слово про закон і благодать». І це Слово, в якому закону, що має часткове значення, бо керується тільки виправданням, а не спасінням, протиставлялася благодать як Істина не виправдовування, а спасіння, і не племінного, а вселюдського буття, стало культурною домінантою наступних поколінь східних слов'ян. Домінантою, що дозволила пережити та подолати монгольську навалу, звільнитися від окатоличення у визвольних змаганнях під керівництвом Богдана Хмельницького, створити могутню країну.

Важко сказати, що принесло людству більшу користь – натхненна проповідь чи філігранний експеримент. Безперечним залишається одне: «чиста наука», як і «чисте мистецтво» – не більше ніж розвага, гра в бісер. Є справжня наука, яка б'ється за встановлення Істини, як справжнє мистецтво – за розуміння таємниці Краси, а етика – за торжество Добра.

Впродовж багатьох років психологічної практики я працював і з німцями, і з іранцями, і з поляками, і з арабами, з африканцями й американцями, з представниками інших культур. На семантику

«жертвопринесення», «заборона на жертвопринесення», «милосердя», «совість» відгукуються всі, хто віктимізований у міжособистісних стосунках. А що стосується роботи з тими, хто асоціює себе зі східним візантійським християнством, саме етикоцентроване психологічне консультування є найбільш органічним світоглядом і світовідчуттям нашого співвітчизника, оскільки впливає з вікових настанов нашої ментальності та культури.

Отже ідея культуровідповідного психологічного консультування – центральна ідея даної концепції та методу. На відміну від підходів, які, будучи належними до певної культури, приховують свою культуровідповідність, натомість акцентуючи свою абсолютну універсальність, в даному випадку відкрито проголошується культуровідповідність. Інакше: етикоцентроване психологічне консультування є **експлікативно** культуродоцільною моделлю. При цьому підкреслюю: якщо у психотерапії є смисл говорити про універсальні механізми впливу, то психологічне консультування не може не враховувати соціокультурні і ментальні детермінанти особистості. Без опори на ціннісні смисли, що конституюють нашу ментальність не в етнографічному, а в соціокультурному смислі, психологічне консультування, на жаль, подекуди й далі буде мати вигляд епігонського калькування, зловживаючи нав'язуваним комплексом неповноцінності.

# РОЗДІЛ 1.

## АНАЛІЗ РЕАЛЬНИХ СИТУАЦІЙ ЗВЕРНЕННЯ ПО ПСИХОЛОГІЧНУ ДОПОМОГУ

---

Розглянемо вихідний момент у ситуації психологічного консультування: **хто**, власне, і **з якого приводу** реально звертається по психологічну допомогу. При всьому різноманітті методів, винахідливості, іноді навіть віртуозності міркувань та вигадок, що стосуються проблематики психологічної допомоги, власне дослідницьких підходів, об'єктивованих та верифікованих згідно з сучасними критеріями науковості, вкрай недостатньо. Можна сказати, їх на подив мало, якщо вони взагалі є. Незалежно від міри переважання у колег позицій, орієнтованих на специфіку чи міру ефективності описуваного ними методу роботи, або ж на акцентування популярного «аналізу випадку» («case analysis»), в результаті якого консультуючий психолог незмінно виявляється увінчаним лаврами переможця, не тільки недостатньо прояснено на сьогоднішній день, але й, на наш погляд, навмисно замовчується або містифікується хто власне і з чим, **з якими переживаннями чи в якій ситуації** звертається по психологічну допомогу. Подібна своєрідна містифікація («містикос» у перекладі з грецької означає «туман») відкриває безмежні простори для ідеологізації того, що відбувається шляхом заміни

психологічного контексту та дискурсу залежно від особистих чи корпоративних переваг даного конкретного фахівця. Подібна підміна може здійснюватися із залученням різного контенту: релігійного та псевдорелігійного, філософських концепцій та трактувань, психоаналітичних інтерпретацій або відвертого самонавіювання, приправленого новомодними вишукуваннями від психотерапії, як довільними, так і сугестивними. Скажемо навіть більш виразно: чим більш надуманими, тим більше розрахованими на безсоромне навіювання, за існуючим нині визначенням представляючи не доказу, а «переконливу» психотерапію.

Все було б нічого. Біда в тому, що після класичних робіт Е. Гуссерля, Л. Сонді та К. Ясперса, після публікації книг М. Є. Бурно, Л. Н. Собчик, І. В. Смирнова та ін., після виходу у світ довідника DSM-5, у якому, до речі, жодне з положень засновника психоаналізу, які стосуються тлумачення причин певних діагнозів, не тільки не знайшло підтвердження, але, більш того, було просто відкинуте, вдавати, що проблема діагнозу (у тому числі психологічного) не значуща, що головне – це встановити з клієнтом психотерапевтичний контакт або допомогти йому знайти сенс у житті, або в далекому дитинстві відшукати емоційну травму на сексуальному ґрунті, або, що ще гірше, намагатися психологічними засобами вирішити наслідки процесуального захворювання, часом навіть не розуміючи, що останнє має місце, – все це дуже нагадує шахрайство, що поширилося в поверхневому, недешевому, але масовому порядку серед новоявлених аніматорів з дипломом психолога. Та тих, що ожили на зразок вимерлих мамонтів,

– сучасних хілерів, так званих екстрасенсів, чаклунів – хто зловживає експлуатацією архаїзованих верств людської психіки. Безглузде слово «екстрасенс», що фіксує здатність орієнтуватися в сомі та психіці не виключно відчуттями (ще, напевно, завдяки сприйняттю, пам'яті, уяві, мисленню, тобто всіма психічними процесами, властивими людям, але приховує справжній предмет діяльності таких «фахівців» – **шахрайство на довірі**), – втім, разуче вписується у феномен відродження професій з дохристиянської античності та пізнього середньовіччя: астрологів, ворожок, піратів, повій та лихварів. Ці шахраї просто використовують наївність та підвищену сугестивність людей у ситуаціях загрози здоров'ю та життю. Причини, яким ми завдячуємо цьому багатоголовому чуду-юду – цілеспрямована деіндустріалізація пострадянського соціуму та прийняття на віру як чергового фетишу економічної думки постулатів гуру чиказької школи економіки Мілтона Фрідмана про тотальну приватизацію разом з монетаризмом, тобто лихварством як панацеєю від усіх соціальних хвороб. На перший погляд, може здатися, що економічна політика дуже далека від проблем та завдань психології та психотерапії. Насправді це не так. Зовсім не випадково у згадуваному вище Законі, прийнятому у феодально-монархічному Об'єднаному Королівстві 1959 року, скасовано термін «хвороба» і прописано для обов'язкового вжитку лише термін «розлад». Хвороба – це навантаження для закладів охорони здоров'я, держави, страхових компаній, а розлад – щось не на стільки серйозне, щоб завадити людині працювати і, отже, не стати фінансовим чи фізичним тягарем для своїх рідних (сім'ї) або

державних чи корпоративних інстанцій. Проштовхувана у сучасному світі тотальна комерціалізація життя супроводжується ідеологією панпсихологізації, мимовільно започаткованою З.Фрейдом, у руслі якої й досі формується професійна думка наших колег. Згідно з ідеями панпсихологізації, наївно увібраних нами на хвилі захоплення ситим життям країн-лихварів наприкінці минулого століття, головне завдання психолога розуміється дуже тенденційно: «обслужити клієнта». При цьому проблеми людей, що страждають у сфері душевного самопочуття, трактуються надзвичайно односторонньо: виключно як психологічні, чого б вони не стосувалися, та й виникають ці проблеми, як стало прийнято повторювати, з вини самого страждальця, вірогідно, травмованого в дитинстві

Тим часом проблема психологічної допомоги, як і взагалі феномен психологічного неблагополуччя людей, безсумнівно, існує. І вимагає не так ідеологізування й вигадок, скільки серйозного, сумлінного і, природно, наукового підходу до його аналізу та розуміння, без чого ні про яку по-справжньому адекватну, тобто істинну психологічну допомогу, а не її ерзац-зразків і мови бути не може.

У зв'язку з цим, впродовж багатьох років нами відстежувалася динаміка звернень за психологічною допомогою як до лабораторії консультативної психології КНЛУ, так і до приватного Центру консультативної психології, де мені випало працювати провідним психологом. Оскільки психологічний центр не є медичною установою, а пропонує саме психологічні послуги, то цікаво було встановити, як саме розуміється та

використовується населенням даний вид парамедичної допомоги. Нижче викладаються одержані на цих майданчиках статистичні дані.

Кількісний показник групи пацієнтів з розладами психотичного і непсихотичного спектру, що раніше не діагностувалися, склав близько третини (28%) від загальної кількості тих, хто звертається за психологічною допомогою. Якісний аналіз цієї групи виявив найбільшу поширеність стресових розладів органоневротичного та тривожно-депресивного спектру. Пацієнти з психотичними розладами склали близько 6% від загальної кількості тих, хто належить до цих 28%. Серед них найбільш поширеними виявилися біполярні та процесуальні й розлади захворювання.

Аналіз проблематики піддослідних, що увійшли в експериментальну групу, виявив таке: кластерний аналіз розділив сотню тих, кому потрібна була власне психологічна допомога, на дві групи: 33 особи. (**Група А**) та 37 осіб. (**Група В**). Для уточнення типологічної основи та критеріїв поділу вибірки на дві групи у виявлених кластерах було визначено середні значення за шкалами методики Міні-мульт із середнім квадратичним відхиленням. Як виявилось при цьому (див. Таблицю 1), група А характеризується вищими показниками за всіма шкалами, що свідчить про більшу виразність стресу та емоційного дискомфорту у цієї групи респондентів, меншою мірою адаптованості особистості у стресогенній життєвій ситуації хронічного характеру, що склалася. **Група В** відрізняється помірними підйомами за шкалами Pa і Sc, а також дуже вираженим невротичним плато.

Таблиця 1.

Середні значення показників за шкалами Міні-мульти  
у виявлених групах пацієнтів

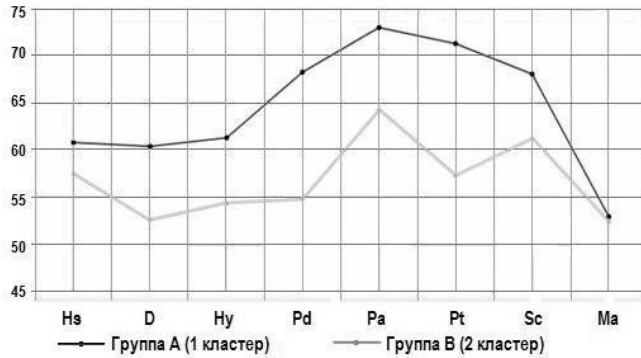
Кластер		Hs	D	Hу	Pd	Pa	Pt	Sc	Ma
1 cluster Група А	Mean	60,8788	60,4242	61,3333	68,3333	73,0909	71,3030	68,0909	52,9394
	N	33	33	33	33	33	33	33	33
	SD	5,43575	5,91096	6,97167	8,22598	9,60912	5,84960	10,39039	9,27678
2 cluster Група В	Mean	57,5405	52,6216	54,3784	54,8378	64,2973	57,3243	61,2703	52,4595
	N	37	37	37	37	37	37	37	37
	SD	5,95163	5,81832	6,60955	8,98923	8,16451	8,08653	10,17800	9,66838

Статистично значущі відмінності між показниками за шкалами у різностатевих групах виявлено не було, що дає нам підстави стверджувати про відсутність статевого диференціювання серед пацієнтів, які звертаються за психологічною допомогою. Статистичне опрацювання даних здійснювалося з допомогою програмного пакета SPSS 13.0. Розподіл даних не відрізнявся від нормального за критерієм Колмогорова-Смирнова.

Як видно з графіка на рис. 1, профілі скороченого тесту ММРІ (*Міннесотський багатопрофільний особистісний опитувальник, Mini-mult, Міні-мульти*) у виявлених груп пацієнтів мають суттєво різні диференціально-діагностичні значення. Інтерпретуючи профілі МБОО, ми спиралися на положення психології індивідуальності Л. Н. Собчик, зокрема, на концепцію цілісного розуміння особистості на основі теорії провідних тропізмів.

Цілісний аналіз помірно підвищеного профілю **групи А** з явно вираженим підйомом за шкалою ригідності та підвищеними показниками за шкалами психотичного профілю, крім шкали Pt (7-ма), дуже промовистий: поєднання підвищених показників за шкалами 6, 7, 8 та 4 характерно для загального

стресу із зовнішньообвинуваченим типом відреагування та схильністю до формування афективно заряджених концепцій. Показники із значенням вище 70-ти за сьомою шкалою характеризують хронічний стан тривоги у пацієнтів виявленої групи. Підвищена 8-ма шкала також свідчить про ірраціональний тип реакції з відходом у ірреальний світ фантазій та мрії. Загалом цей профіль є типовим для загального стану стресу, як правило, ситуативного.



**Рисунок 1.** Профілі МБОО (Міні-мульт) у виявлених груп пацієнтів<sup>1</sup>

**Групу В** описує двофазний пікоподібний профіль за шостою та восьмою шкалами. Піки за шкалами 6 у поєднанні з 8 відображають тенденцію до зтяжного (хроніфікованого) стану дискомфорту, важкого коригування пацієнтів, що свідчать про напругу, властиву станам, які характеризуються терміном «накопичені

<sup>1</sup> Профілі побудовані за середніми значеннями показників шкал у виявлених групах пацієнтів. Значення показників за шкалами достовірності опущено, оскільки оцінювалися на етапі відбору піддослідних в експериментальну групу.

образи». Переважання першої шкали над третьою красномовно свідчить про тенденцію до соматизації переживань і замикання їх на собі. Зниження показника за сьомою шкалою виявляє компенсаторне витіснення тривоги, що проявляється зовнішньою скупістю емоцій та приглушенням етичного статусу пацієнта (клієнта).

Результати факторного аналізу також підтвердили гіпотезу про гетерогенність виявлених груп серед пацієнтів, які звертаються за психологічною допомогою. Було встановлено, що виявленим групам піддослідних притаманні статистично значущі відмінності за критерієм основної сукупності змін, що корелюють – значень показників шкал ММРІ (Міні-мульт). Відштовхуючись від специфічної першорядної задачі використання факторного аналізу у нашому дослідженні, для аналізу та інтерпретації оцінювався лише головний фактор, що описує найбільший обсяг дисперсії (36% та 38% у **групі А** та **групі В** відповідно).

Як видно з Таблиці 2, у першій групі корелюючу сукупність становлять шкали психотичної тетради, а також сьома шкала тривожності, що співвідноситься з логікою заявленої проблематики, позначеним профілем МБОО для цієї групи. За високих показників 7-ї шкали тривожність, як правило, пов'язана з тривалою попередньою невротизацією, зважаючи на «емоційну захопленість» домінуючою ідеєю, спрямованістю до недосяжного ідеалу. Стан дезадаптації, що відбивається підвищенням 7 шкали, характеризується порушеннями сну, нав'язливими страхами, почуттям розгубленості, занепокоєння, відчуттям біди, що насувається. Головним напрямом для психологічної допомоги у цій групі пацієнтів виступає першочергова корекція стану (редукція стресу) та тенденції до самоприниження.

**Таблиця 2.**  
Розподіл факторних навантажень за шкалами МБОУ (Міні-мульти) у групі А

Шкали МБОУ (Міні-мульти)	Факторна вага
Hs	,263
Невротичний надконтроль	
D	-,009
Песимістичність	
Hу	,049
Емоційна лабільність	
Pd	,455
Імпульсивність	
Pa	,641
Ригідність	
Pt	,742
Тривожність	
Sc	,913
Індивідуалістичність	
Ma	,647
Оптимістичність	

**Таблиця 3.**  
Розподіл факторних навантажень за шкалами МБОУ (Міні-мульти) у групі Б

Шкали МБОУ (Міні-мульти)	Факторна вага
Hs	,678
Невротичний надконтроль	
D	,754
Песимістичність	
Hу	,745
Емоційна лабільність	
Pd	-,587
Імпульсивність	
Pa	-,382
Ригідність	
Pt	-,345
Тривожність	
Sc	-,648
Індивідуалістичність	
Ma	-,062
Оптимістичність	

У **групі В** переважають факторні ваги, що відносяться до шкал невротичної тріади (див. табл. 3), з якими негативно корелює факторна вага шкал психотичного регістру. Для осіб із даним типологічним профілем характерний іпохондричний характер маніпуляцій у взаємовідносинах, і натомість почуття втрати контролю над ситуацією. Застрягання в конфлікті, часто на тлі невідповідності загальноприйнятим нормам поведінки близької людини, ухиляння від відповідальності. Зміст роботи психолога-психотерапевта у подібній ситуації має бути спрямований на знаходження нових ракурсів розуміння та оцінки ситуації конфліктних відносин, а також, по можливості, на спільні зусилля щодо модифікації концепції життя та моделей поведінки.

Загальною особливістю двох груп є низький показник за 9-ю шкалою, який виявляє зниження рівня оптимізму, позитивного мислення, життєлюбства та активності, що цілком природно для людей, які переживають непросту життєву ситуацію, до чого б вона не належала.

В результаті узагальнення та змістової інтерпретації значень векторів та факторів тесту портретних виборів Сонді в рамках індивідуально-типологічного підходу було виявлено такі психодіагностичні ознаки, характерні для раніше виявлених груп пацієнтів, які звернулися за психологічною допомогою:

**Група А:** загальний стрес (дистрес), схильність до зовнішнього агресивного реагування, на тлі емоційної нестійкості, прагнення до витіснення чуттєвих переживань, підвищення егоїстичних тенденцій, конфліктність, підвищений самоконтроль і недовірливість.

**Група В:** інертність, «виключення з реальності», жертвність, спрямована проти власних інтересів,

пригніченість, болюча прив'язаність до ідеї, схильність до самообмеження, переживання руйнування картини навколишнього світу, сензитивність.

Аналіз результатів діагностики за методикою МКВ Люшера, заснований на інтерпретації кольорових пар, виявив такі збірні характеристики груп: фрустрація потреби в перспективі та надії на краще у Групі В. Негативний стан, прагнення до спокою, відпочинку, незадоволеність ставленням до себе, негативне ставлення до ситуації, тривожність, зниження вольових якостей, невпевненість у своїх силах. У групі А проявляється фрустрація потреби у задоволенні, почуття образи, агресії, прагнення до жорсткості, авторитетності у відносинах. Стан стресу через невдалі спроби досягти взаєморозуміння. Загальною особливістю для виявлених груп є компенсація за рахунок додаткових кольорів, що є показником негативного стану індивіда, що діагностується.

Семіотичний і семантичний аналіз та інтерпретація особливостей зображень (у рамках діагностики з психологічного тесту «Конструктивний малюнок людини з геометричних форм» за А. В. Лібіним) дозволив, в першу чергу, виявити загальні тенденції невербальних компонентів поведінки та переважаючих типологічних характеристик індивідуальності, що виявляються в образотворчій та графічній активності досліджуваних на 1-му та 4-му рівнях інтерпретації (за А. В. Лібіним). Аналіз переваг семантики геометричних фігур виявив такі загальні ознаки для пацієнтів першої Групи, А: підвищену невпевненість, нестійкість поточного положення, що часто поєднується з переживанням хронічного стресу та тривожності. Відчуття психологічної

фрагментації (що є загальною характеристикою «складного тіла людини», поширеного серед малюнків у цій групі піддослідних), схильність до утворення нав'язливих ідей, надцінних станів, а також негативну установку стосовно свого майбутнього – недовірливу, тривожно-підозрілу поведінку в соціумі, стан соціальної нестабільності, стагнації.

Для пацієнтів **групи В** загальними акцентами у змісті інтерпретації є: фіксація на емоційних переживаннях, пов'язаних із соціальним дискомфортом, що супроводжується підвищеною чутливістю до негараздів у стосунках, що набуває нав'язливого характеру. Додатковою характеристикою є тенденція надавати розбіжностям та конфліктам перебільшеного значення. Схильність до підозри є наслідком фіксації на негативних сторонах соціальних аспектів взаємин. Знову виявляє себе надмірний самоконтроль, що раніше зазначався як властивий цій групі пацієнтів (клієнтів), що приховує прояв прихованого невдоволення іншими. Також зазначалося застрягання на конфліктах, що відбулися в соціальному оточенні. Як правило, неприємності, що переживаються, стосуються близького оточення («кути трикутників утворюють серцевину тіла»). Знову випинається домінуюча проблематика у взаєминах серед пацієнтів цієї групи.

### **Підведемо підсумки:**

1. Кількість звернень по психологічну допомогу становить приблизно 2/3 від загальної кількості таких звернень на психологічну консультацію. До третини звернень посідають випадки, у яких насправді людина потребує лікарської допомоги: психіатра, невролога

чи нарколога або навіть інших клініцистів. Безперечно, останнє зовсім не означає, що психологічна допомога при цьому не потрібна. Вона потрібна. Нюанс, однак, полягає в тому, що психолог при цьому в жодному разі не «солює». Він лише акомпаніатор провідного фахівця: у даному випадку – лікаря.

2. Подієвий ряд приводів звернення до психолога в осіб, які потребують безпосередньо психологічної допомоги невеликий, він описується ситуаціями втрати або **загрози** втрати екзистенційної цінності (стосунків, здоров'я, близької людини тощо). У **змісті скарг** при цьому переважає спектр психологічних переживань, спричинених травмою міжособистісних стосунків (*образа, приниження, безпорадність, відчуття безвиході, душевний біль тощо.*)

3. Серед пацієнтів, які шукають і потребують власне психологічної допомоги, можна виділити дві основні групи.

**Група А:** переважання вираженого стресу і рис поведінки, що відображають ситуативно змінені реакції на те, що відбувається (наприклад, в ситуації конфлікту) з ворожо-агресивною тенденцією в поведінці та зовнішньообвинувальним типом відреагування.

**Група В:** пацієнти з розвинутою рефлексією, нерішучі, сензитивні, із застарілими образами, нав'язливим почуттям розгубленості та пригніченим станом у ситуації хронічного життєвого дискомфорту.

4. Іншими словами, перша група тих, хто страждає, характеризується переважанням яскраво вираженого стресу та поведінки, що відображають **ситуативно змінені реакції** на те, що відбувається (наприклад, у ситуації конфлікту). Друга група відрізняється **переважанням**

**реакцій і характеристик невротичного регістру**, які стосуються не ситуативних подій, а станів та моделей поведінки, і навіть концепцій **життя в цілому**.

У зв'язку з вищевикладеним вважаємо за необхідне зауважити: питання про чистий предмет власне психологічної допомоги насправді передбачає відповідь на певні питання. Такими є:

1) антропологічні уявлення (модель, якщо завгодно) про людину, що впливають із тієї чи іншої психотерапевтичної концепції;

2) ідеал стану, якого прагнуть (і якого повинні досягнути в перспективі) ці концепції;

3) зміст консультативної та психотерапевтичної роботи (*мішень, мета, завдання, кошти, наслідки*) залежно від діагнозу того, що відбувається з людиною (діагнозу ситуаційного, особистісного та медичного).

Проте цілком очевидно, що межі цього предмету фактично окреслені **двома вимірами** душевного самопочуття: психоемоційним станом і якістю міжособистісних стосунків. Не випадково основними значущими переживаннями людей, які реально звертаються по психологічну допомогу, є переживання, що стосуються приниження почуття власної гідності. Що лежить в основі цих переживань?

Наші експериментальні дослідження свідчать: в основі цих переживань лежить центральне, ядерне особистісне утворення: генералізоване моральнісне почуття, що забезпечує психоемоційне благополуччя людини в міжособистісних стосунках: **етичність**. Етичність (совісність) досить складне ментальне утворення, що включає систему смисловідмінних ознак, дозволяє людині самовизначитися, як і визначити іншого

у системі його поведінки у міжособистісних стосунках в абсолютних координатах антиномії «добро – зло». І тут, на наш погляд, коріниться чи не найважливіший не просто емоційний, але ментальний вимір людських стосунків, що сягає своїм корінням соціокультурної (зокрема релігійної) традиції візантійського християнства: абсолютної заборони на жертвопринесення. Іншими словами, як тільки моральнісне самовідчуття людини, навіть за видимого зовнішнього благополуччя, вказує на те, що її фактично приносять у жертву (хоч би як це жертвопринесення не виглядало – як відвертий обман, приниження і зрада або як витончені лестощі, що обслуговують шахрайство, навіть як кохання за стилістикою спілкування), почуття ображеної особистої гідності невблаганно спрацьовує, ставлячи постраждалого на край екзистенційної прірви. Ця крайня ситуація по суті не визнає, тобто заперечує буття особистісного «Я» постраждалої особи, тим самим насправді перетворюючи це буття на небуття, або в таке буття, у якого забирають гідність. Відчуття людської істоти, у якої відібрано гідність буття, має цілком конкретне найменування: **жертва**. Як витончено висловився К. Ясперс: «... неміцність має наслідком образу гідності». Ця «неміцність» у стосунках, особливо коли вона є прямим наслідком певних дій, по суті таїть у собі психогенію, загрожує нею, а відтак і творить її, руйнуючи емоційний стан, порушуючи психічні процеси, вражаючи **етичний статус** особистісного «Я». Отже, маємо ще одне уточнення чистого предмета власне психологічної допомоги: **психогенія та її травматичні наслідки**.

## Питання для самоконтролю

### 1. Питання на розуміння основного змісту розділу

1. Чим можна пояснити недостатність або навіть відсутність статистичних даних щодо специфіки реальних звернень по психологічну допомогу?

2. Які релігійні, філософські та псевдонаукові концепти можуть бути використані для підміни психологічного контексту?

3. Які наслідки для психотерапевтичної практики має феномен «панпсихологізації»?

4. Як би ви пояснили феномен комерціалізації психологічних послуг? Яку роль відіграє економічний і соціальний контекст у її поширенні?

5. Що означає перехід від терміна «хвороба» до терміна «розлад» у сучасній психологічній практиці?

6. Які типи клієнтів реально звертаються за психологічною допомогою?

7. Які головні діагностичні характеристики притаманні двом основним групам клієнтів/пацієнтів, що виявлені у дослідженні звернень по психологічну допомогу?

8. Як результати досліджень автора змінили ваші уявлення про «типового клієнта» психологічної практики?

9. Який зміст поняття етичності (совісності) у контексті психологічного благополуччя?

10. Якими є два головні виміри душевного самопочуття у структурі предмету психологічної допомоги?

11. Що становить ядро моральноетичного виміру людських стосунків, за даними дослідження?

12. Як явище приниження гідності особистості пов'язане із виникненням психологічної травми?

13. Як автор визначає «чистий предмет» психологічної допомоги?

14. У чому полягає зв'язок поняття жертви із психогенією?

15. Яке ментальне утворення лежить в основі емоційного благополуччя людини?

16. Чому жертвопринесення розглядається як антипод етичності та як джерело психогенних станів?

## **II. Питання на засвоєння деталей**

1. Як тенденція до «панпсихологізації» пов'язана з економічними процесами постіндустріального суспільства та практикою психологічної допомоги?

2. Яким чином фактор соціальної комерціалізації впливає на якість надання психологічної допомоги?

3. Поясніть, коли психогенія впливає на етичний статус людини.

4. Як можна інтерпретувати зв'язок між пониженням етичного статусу та екзистенційною кризою клієнта?

5. Чому автор наголошує на необхідності розмежування психологічної і психіатричної допомоги?

6. Відповіді на які питання передбачають розуміння предмету власне психологічної допомоги?

7. У чому полягає небезпека редукації психологічних проблем до уявлень про «дитячі травми»?

8. Як розрізнення полюсів моральної антиномії «добро-зло» визначає психологічну зрілість клієнта/пацієнта?

9. У чому сутнісна відмінність між психологічним і психіатричним діагнозом?

10. Як аксіологічно-антропологічний погляд розширює рамки традиційного психологічного консультування?

## РОЗДІЛ 2.

# СОЦІОКУЛЬТУРНІ РАМКИ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНИХ ПІДХОДІВ: У ПОШУКАХ СПРАВЖНІХ УНІВЕРСАЛІЙ

---

Звернімося тепер до питання антропологічних уявлень про людину, що виходять з тієї чи іншої психотерапевтичної концепції. Наша принципова теза полягає в тому, що психологічна допомога надається фахівцем у контексті певної соціокультурної традиції, що вільно чи мимоволі відтворюється і транслюється психологом. Точніше, в основі фактично будь-якого із сучасних підходів у психологічному консультуванні та психотерапії явно чи неявно закладено певну філософську, методологічну та, глибоше, релігійну традицію. Недарма К. Юнг свого часу назвав релігію найдавнішою формою психотерапії. Нескладно простежити подібні витoki найбільш відомих психотерапевтичних парадигм.

Класичний психоаналіз З. Фрейда у своїх витокax легко асоціюється з іудео-християнською, зокрема, католицькою традицією, з якої випливає основний ряд міфологем та ідеологем цієї школи психотерапії (від впливу структури Святого сімейства з умовою спадкування майна після смерті глави сімейства не його вдовою, як у православній сім'ї, а первістком чоловічої статі, з чого, власне, і виростає Едипів комплекс, до ідеї чистилища, аналогом чого є власне психоаналітична

процедура, не кажучи вже про горезвісний фемінізм). У методологічному плані психоаналіз перегукується з популярною на початку ХХ століття філософією Е. Маха, сциєнтичного варіанту суб'єктивного ідеалізму Д. Юма і Дж. Берклі, за яким саме чуттєве відображення формує структуру людського досвіду. У поєднанні з картезіанським дуалізмом та акцентом не на відкриття, а на *тлумачення* цю концепцію легко перетворили на своєрідну ідеологію певних верств суспільства у ХХ столітті. Основним механізмом таких перетворень звісно є належне фінансування. Останнє взагалі виступає типовим засобом підтримки будь-яких ідеологій.

Адлеріанський підхід з його центральними поняттями комплексу неповноцінності та механізмами компенсації й гіперкомпенсації безпосередньо співвідносився з ідеєю гомеостазису, оформленою наприкінці ХІХ – початку ХХ століття, і органічно вписався у цілісну концепцію взаємодії систем організму із зовнішнім світом з метою підтримки стабільності внутрішнього середовища.

К. Юнг у своїй системі глибинної психології розробив ідею Абсолюту як верховної детермінанти на чимало утворень, яким дав узагальнене ім'я «архетип» і закріпив за ними різні назви на кшталт численних божків дохристиянської ери. При цьому загальною методологічною основою цих відгалужень психодинамічної терапії служило, як зазначалося, картезіанство. Цікаво, що головні ідеї і навіть термінологію зазначені автори запозичили з творів Моїсея Маймоніда, видатного єврейського філософа, талмудиста й лікаря 13 століття, зокрема з його знаменитого твору «Путівник для збентежених» (*discouraged, обескуражених*).

Поведінковий напрямок у психології та психотерапії, починаючи зі своїх засновників І. П. Павлова, В. М. Бехтерева, Дж. Вотсона, Е. Торндайка, та ін., дотримуючись суворих канонів класичної науки, становив та й тепер є яскравим зразком емпіричного пізнання, в якому основним методом є експеримент, а пояснювальним принципом – редукція. Саме логічний позитивізм та емпіризм, сутність яких настільки яскраво втілена в сучасній англо-саксонській науці та філософії, що абстрагуються від кардинальних відмінностей між людиною та твариною, призводить не тільки до *аніمالізації* розуміння людини, яка трактується як «speaking animal», а й проявляється у трактуванні особистості як сукупності реакцій на зміну стимулів, призводячи, в свою чергу, до трансгуманізму як екстремальної ідеології заміни людини високотехнологічними машинами та до проєктування світу, відверто поділеного на страту панів та решту функціональних людців (філософія Мальтуса – Гоббса), хибно тлумачачи при цьому чи не найголовніший твір Ч. Дарвіна «Походження видів шляхом природного добору».

Філософський та методологічний генезис так званої гуманістичної психотерапії також дуже прозорий. Покажемо це на прикладі «Центрованої на клієнті» концепції К. Роджерса. Смісловий акцент, зроблений саме на визначенні «центрована» (а не «зосереджена», «сконцентрована», «сфокусована» нарешті), безумовно, не випадковий. Як не випадковий і сам термін. Його автором є один із засновників гештальт-психології, представник Вюрцбурзької школи Макс Вертгеймер, який відкрив так званий фі-феномен, що затвердив як основний постулат гештальт-психології первинність

цілісних структур-гештальтів, які не виводяться із складових їх компонентів, і, зрештою, запропонував сам термін «центрування» поряд з іншими гештальтистськими найменуваннями психологічної специфіки перцептивних дій (як от: «реорганізація», «групування», «транспозиція» та ін.). Сутність ментальної операції, що називається у гештальтистів терміном «центрування», полягає в переструктуруванні ситуації, що сприймається, у такий спосіб, щоб феномен Е. Рубіна («фігура-фон») виявлявся найбільш чітко, забезпечуючи в різних поєднаннях дедалі більше диференційований образ сприйняття. Іншими словами, саме розумова (у вузькому значенні – перцептивна) операція під назвою «центрування» і виступає в гештальт-психології одним з основних психологічних механізмів, що призводять до інсайту, тобто до такого зрушення в полі сприйняття, який забезпечує найбільш адаптивну пристосувальну реакцію.

Таким чином, вже назва концепції К. Роджерса дає цілком чітку і незаперечну вказівку на її методологічну приналежність, а саме: гештальт-психологія. Очевидно, 20-ті – 30-ті роки, коли масова еміграція психоаналітиків з гітлерівської Германії до США привнесла нові віяння у поведінково орієнтовані психологічні кола, стали тим тимчасовим простором, у якому в складній взаємодії з привнесеними ідеями оформлювалися наступні ідеї та течії у психологічній науці й практиці. Відповідно до гештальтистських уявлень, фізична реальність і психологічна феноменологія підпорядковуються принципу ізоморфізму, запропонованому Вольфгангом Келером у пошуках природничого обґрунтування теорії гештальту. Якщо у біхевіористів вихідною моделлю аналізу психіки слугувала біологія,

то гештальтисти у пошуках пояснювальної теорії звернулися за підтримкою спочатку до хімії (щоправда, фізичної), а потім до королеви наук – теоретичної фізики. Нагадаємо, що саме 20-ті – 30-ті роки минулого століття стали часом безпрецедентних успіхів цієї науки: створення квантової фізики, відкриття структури атомного ядра, відкриття двоїстої (корпускулярно-хвильової) природи світла, прийняття нових, посткласичних, наукових постулатів (індетермінізму, релятивізму, принципу додатковості). І це далеко не повний перелік приголомшливих досягнень людського інтелекту в галузі цієї науки. Поєднання феноменологічного варіанту інтроспективного методу з принципом ізоморфізму як граничною пояснювальною схемою психічних явищ призвело до наївних і дещо карикатурних квазідетерміністських пояснювальних схем, вельми дотепно свого часу висміяних Робертом Оппенгеймером. Сталося це вже після смерті Альберта Енштейна, який був у дружніх стосунках із М. Вертгеймером та В. Келером. Але Карл Роджерс або не вважав за потрібне, або не зміг відмовитися від проголошеного ним ще з кінця сорокових – початку п'ятдесятих наївного постулату про «конгруентність», навіяного, звичайно ж, принципом ізоморфізму, який сповідує гештальт-психологія. Так само несамостійні й інші основоположні принципи та терміни К. Роджерса, зокрема: «центрування», «інсайт», «феноменологічне поле», «безустановкове сприйняття», не кажучи вже про горезвісне, що коріниться в позитивістському емпіризмі О. Конта і прагматизмі Дж. Дьюї поняття «досвід». Саме гештальтисти запропонували, на відміну від вундтівської та вюрцбурзької інтроспекції, свій варіант інтроспективного

методу, за яким, кажучи словами М. Г. Ярошевського, у пошуках шляхів проникнення в реальність душевного життя у всій його повноті та безпосередності пропонувалося зайняти позицію «наївного» спостерігача, не обтяженого попередженими уявленнями про його будову.

Уважний читач може тут зауважити, що в назві нашої концепції також вживається термін «центроване», то чи не є це, в свою чергу, наслідуванням власне самого Карла Роджерса. Асоціації зрозумілі. Пояснюю. По-перше, зміст запропонованої концепції в єдності з методом консультування зовсім інший, і до тотожного словосполучення можна поставитися як до омоніму. По-друге, як висловився Ісаак Ньютон, «Якщо я бачив далі за інших, то тому, що стояв на плечах гігантів».

Отже, в самому психотерапевтичному методі вже закладена певна філософсько-методологічна традиція, система соціально-культурних норм і цінностей, актуальна для того соціуму, в якому вона виникла: «У психотерапії... стикаються не так різні типи наукового знання (хоча і вони теж), скільки різні світогляди, культури, різні життєві правди, що ґрунтують свою специфічну етику та «філософію життя», а це вже питання скоріше віри, міфології, ніж науки» (В. Цапкін). У вітчизняній психологічній практиці широко запозичуються та використовуються зарубіжні психотерапевтичні методи (переважно ті, що створені в рамках англосаксонської та іудейської культури). Однак останнім часом, у міру розвитку соціокультурної рефлексії, все частіше порушується питання про неприйнятність прямого їхнього перенесення на вітчизняну психологічну практику, звернену до ментальності східнослов'янської соціокультурної традиції (О. Венгер, О.Сухарєв та ін.).

Здебільшого американські психотерапевтичні методи (популярні серед вітчизняних консультуючих психологів) засновані на таких цінностях американського суспільства, як: індивідуалістська орієнтація, абсолютизація американського ідеалу «відкритого» спілкування, атеїстичне ставлення до релігійної свідомості чи протестантська релігійна традиція з її культом «успіху» – який чужий для східнослов'янського культурного ареалу. Пряме перенесення зарубіжних психотерапевтичних методів у вітчизняну практику без належного їх осмислення та переробки по суті є привнесенням чужорідних ціннісних елементів у структуру східно-слов'янської ментальності, які в кращому випадку можуть породжувати дискомфорт у процесі психотерапевтичної взаємодії, а в гіршому – обернутися на шкоду людині, тих її особистісних смислів, якими вона завдячує духовним цінностям рідної культури. Якщо, згідно З. Фрейду, мета психотерапії – забезпечити людині можливість «*lieben und arbeiten*», згідно з К. Роджерсом – перетворити її на «*a fully functioning person*», а за Т. Парсонсом та А. Маслоу – дати можливість повністю самореалізуватися, то щоб зрозуміти цілі вітчизняної психотерапії, слід, очевидно, з'ясувати і власні традиції поглядів на людину, тим паче, що в останні десятиліття у світовій практиці психологічного консультування і психотерапії гостро постала проблема **індигенізації**, тобто пошуку культуровідповідних підходів до психологічного консультування та психотерапії.

Індигенізація – термін зі сфери антропології, що означає тенденцію до культуродоцільності, культуровідповідності, відокремлення та цивілізаційної незалежності. Етимологічно воно складається з архаїчного латинського «*indu*» («всередині», споріднене з грецьким

«endo») і кореня «gignere» («народжувати», «породжувати»). Таким чином, буквально слово означає «народжений усередині і вживається стосовно явищ аутохтонних, породжених певним культурним ареалом, своїми соціокультурними традиціями на відміну від чужорідних, не своїх. Саме могутнім потягом захищати свою віру, свої традиції і звичаї можна пояснити цей тренд, що спостерігається тепер у всьому світі.

За словами американського соціолога і політолога, автора концепції ентокультурного поділу цивілізацій С. Хантінгтона, в останній чверті ХХ століття найбільш примітно індигенізація виявилася в культурному ствердженні Азії та ісламу – у широкомасштабному культурному, соціальному та політичному відродженні мусульманського світу і супроводжувачому цей процес нехтуванні західними цінностями (Huntington, 1996). Те ж саме стосується Індії й Китаю. Акцентуючи увагу на культурних відмінностях Сходу та Заходу, та небажанні першого приймати нав'язані західні підвалини, автор наводить міркування чиновника із Саудівської Аравії: «Іслам – це не лише релігія, це ще й стиль життя. Ми, саудівці, хочемо модернізуватися, але не обов'язково вестернізуватися».

Повертаючись безпосередньо до об'єкта нашого дослідження – психологічного консультивання – відзначимо, що індигенна психологія є підходом, у якому зміст (тобто сенси, цінності, переконання) та контекст (напр. соціальний, культурний та екологічний) є взаємозумовленими та невід'ємними атрибутами. Характерною рисою індигенного психологічного знання виступає його власне історичне походження – воно не є привнесеним чи запозиченим у новітній час з інших територій і культур.

Форма психологічної допомоги, що виростає з певної культурної традиції та зосереджується на культурних чинниках її надання, називається **індигенним консультуванням та психотерапією**. Вихідним моментом тут виступає ідея про те, що подібно до того, як деякі соціокультурні чинники зумовлюють проблематику звернень до психолога, так само й соціокультурними детермінаціями має опосередковуватися і вибір методу вирішення цих проблем, особливо в психологічному консультуванні. Адже саме в цій діяльності йдеться в першу чергу не про лікування порушень мозкової діяльності чи нервової системи, а про роботу з особистісним «Я» як складною ієрархічною системою смислів та ставлень.

Ініціатор руху індигенізації психології на Філіппінах В. Енрікес (Virgilio G. Enriquez), визначив дві її форми: індигенізація ззовні (indigenization from without) та індигенізація зсередини (indigenization from within). Перша передбачає прийняття вже існуючих психологічних теорій, концепцій та методів за умови їхньої модифікації відповідно до місцевого культурного контексту. Друга приймає лише концепції та методи, розроблені всередині певної культури, а «індигенна інформація» виступає первинним джерелом знань. Наприклад, вченими, вихідцями з країн Східної Азії, неодноразово піддавалися критиці цінності індивідуалізму, які аж ніяк не можуть бути привнесені на Схід, оскільки у Східній Азії саме співвіднесеність людини з іншими опосередковує її людську сутність. Як вказують У. Кім (U.Kim), К. Янг (K-Sh.Yang) та К. Хван (K-K.Hwang) (2010), у Східній Азії ієрогліф, що позначає англійське «human being» (укр. – людина, людська істота), дослівно перекладається як «human between» («людина поміж»).

Звернемось тепер до опису основних процесів індигенізації.

Насамперед слід зазначити, що індигенний підхід є інтегрованим знанням, яке в найкращому своєму вигляді становить комбінацію елементів обізнаності зі сфери не тільки психології та психотерапії, а й антропології, історії, філософії, релігієзнавства, літератури та інших областей, які, прямо чи опосередковано вказують на самотність цієї культури.

По суті, ця ідея сягає ще В. Вундта, який у резонансі з ідеями його сучасника М. Вебера про існування двох областей наукового знання – природного та гуманітарного – визнав дві традиції в психології: природничо та культурну. В. Вундт відзначав обмеженість природничого підходу та експериментального методу в психології. Натомість, він рішуче вказував, що людська поведінка значною мірою обумовлена мовою та звичаями, що він детально і описав у своїй відомій 10-томній праці «Психологія народів».

Далі, відсутність єдності в думках щодо можливості продукувати індигенне психологічне знання свідчить про недостатню опрацьованість рефлексії стосовно тієї чи іншої культури. Так, на думку У. Кім та співавторів (2010) «бачення культури зсередини» є обмеженим для її представників. Бо те, що для корінних жителів вважається само собою зрозумілим, для людини збоку є предметом детального аналізу, так що останній може дати набагато об'єктивнішу оцінку того, що відбувається. Однак, якщо звернутися до фігур дослідників, які активно просувають ідеї індигенізації у своїх країнах, можна побачити, що переважна їх більшість є представниками культури, що вивчається.

На користь цього положення свідчить так само той факт, що створення індигенного психологічного знання супроводжується використанням рідної мови не тільки як інструменту для ідентифікації понять, а й як важливого засобу проникнення у глибини особистості. Як бачимо, у цьому випадку, представники досліджуваної культури, отже, носії ментальності і мови, перебувають у більш сприятливому становищі, оскільки мова їм доступна не тільки як засіб комунікації, передачі й висловлювання думки, а й як форма суспільної свідомості. Труднощі тут можуть виникати через існування багатьох нюансів, з яких найочевиднішими є певні мовні невідповідності. Не вдаючись до докладних описів, відзначимо, проте, що, наприклад, японці вживають одне слово – «*isin*», щоб охопити низку понять: *сором*, *вина*, *сором'язливість*, *збентеження*. У деяких мовах зустрічаються слова, які не мають еквіваленту в інших. Так, в арабській мові відсутній аналог англійського слова «*frustration*», а в польській – слова «*disgust*». Слова «*руський*» і «*російський*» перекладаються англійською одним словом «*Russian*», що безумовно спотворює глибинну семантику слів. Крім того, потрібно брати до уваги можливість різного смислового наповнення відповідних, на перший погляд, одне одному понять. Це питання широко розробляється у сфері лінгвокультурології але, водночас, становить чималий інтерес і для психологічної науки. Відомо, наприклад, що українське слово «*успіх*» і англійське «*success*», незважаючи на смислову подібність, насправді становлять два принципово різних поняття в плані смислового наповнення. Те ж саме можемо сказати і про українську «*долю*» та англійську «*fortune*». В цьому ж контексті варто

значити, що, скажімо, англійському словосполученню “I have” відповідає наше «у мене є», в якому акцентується не модус володіння, а модус наявності. Так само як англійський дієприкметник “wanted” неприпустимо перекласти коротким прикметником «бажаний», а слід врахувати інший модус східних слов'ян – не модус категоричності, а модус процесуальності.

Наступною особливістю обговорюваної нами тенденції є те, що найпотужнішим джерелом індигенних психологічних знань виступають такі упредметнені ментальні матриці як канонічні релігійні і класичні філософські тексти, які становлять культурну спадщину кожного етносу. Створені століття тому, вони зафіксували і містять в собі основні релігійно-етичні положення, з яких походять і в яких відтворюються прийняті у конкретному етносі норми поведінки й система моральних та моральнісних цінностей.

В результаті вивчення та трактування релігійних текстів, теоретики індигенних підходів зробили значний внесок у збагачення психологічної науки знаннями про психологічні особливості культуровідповідного психологічного консультування.

Зокрема, психосемантичне дослідження великого масиву текстів, які відбивають православну богословську традицію, мало своїм результатом виділення базисних категорій, що визначили аксіологічний зміст руської ментальності (див. Бондаренко 2012, с. 334-336); а продуктом аналізу стародавніх індійських священних писань було виділення основних особливостей менталітету народів Індії.

Розвиваючи концепцію індигенізації у психологічному консультуванні, доречно звернути увагу на шлях

її реалізації в світі. Як зазначалося вище, тенденції індигенізації притаманні, переважно, суспільствам, менталітет яких не узгоджується із західними поглядами життя. Особливе місце тут займають країни Сходу, зважаючи на одвічну дихотомію Схід – Захід.

Так, у Японії спроби індигенізувати свою психотерапію увінчалися створенням низки специфічних психотерапевтичних технік, з яких найбільш відомі «morita-терапія» та «naikan-терапія».

Вже понад 30 років як існує підхід, що називається *Sikolohiyang Pilipino* – один з перших підлеглих принципу культуровідповідності підходів у психології та психотерапії, що виник у другій половині ХХ століття на Філіппінах з ініціативи В. Г. Енрікеса, який власне і вважається батьком філіппінської психології.

Серцевиною даного підходу є концепція «*kapwa*», що в перекладі означає «єднання» і є центральною ланкою в ланцюжку цінностей філіппінців. До слова, більшість жителів Філіппін сповідують католицизм, що неабияк виділяє їх на тлі інших країн Південно-Східної Азії. Однак належність до цього регіону стала визначальним чинником у формуванні їхньої колективістської спрямованості.

В основу *Sikolohiyang Pilipino* ліг так само індигенний концепт «*bahala na*», який не має дослівного аналогу, наприклад, в англійській мові, але в сенсовому плані виступає чимось схожим на фаталізм. Цінністю «*utang na loob*» ілюструється дуже гарний елемент філіппінських міжособистісних стосунків, який виражається у взаємній подяці за зроблене добро. Але ця подяка виступає не як обов'язок, а в контексті філіппінської культури – це щире бажання відплатити добром і віра в те, що той, хто не відчуває вдячності

до своїх благодійників, ніколи не досягне власної мети. Ця традиція пов'язує людину з її ріднею чи суспільством загалом і виявляється у популярній філіппінській приказці: «Ang hindi lumingon sa pinanggalingan ay hindi makakarating sa paroroonan» (Pe-Pua & Protacio-Marcelino, 2000). Що дослівно означає: «Той, хто не озирється туди, звідки він прийшов, ніколи не дістанеться місця призначення», а у вільному перекладі може бути сформульовано таким чином: саме відданість своїм корінням дає нам сили для реалізації своїх устремлень і предметнення задумів<sup>1</sup>. Сказане робить очевидними причини, через які звична вестернізована методологія є неприйнятною в середовищі філіппінців. Належність до певної цивілізації накладає на її етнос низку специфічних рис, що виявляються в особливостях вищого психічного функціонування, які власне й визначають можливість або неможливість використання того чи іншого підходу у роботі з цією категорією людей. Адже сучасна психологічна терапія, яка, за своєю суттю, призначена для вузького кола клієнтів, так званих WEIRD, що нараховують лише 5% населення земної кулі, не може розглядатися як універсальна (Завгородня, 2022; Bondarenko et al., 2024).

У процесі пошуку та відновлення культуродоцільних практик у вітчизняній консультативній і психотерапевтичній роботі ми здійснили низку досліджень,

---

<sup>1</sup> Для детальнішого ознайомлення з питанням мовних невідповідностей рекомендуємо: Russell, J. A., (1991). Culture and the Categorization of Emotions. *Psychological Bulletin*, 110(3), pp. 426- 450; Wierzbicka, A., (1986). Human Emotions: Universal or Culture-Specific? *American Anthropologist*, New Series, 88 (3), pp. 584- 594; De Lazari A. ed., 1995. *The Russian Mentality: Lexicon*. Translated by W. Liwarowski and R. Wawro. Katowice: Slask, 135 p.

спрямованих на виявлення феноменології, в якій відображається і втілюється принципова відмінність східнослов'янської ментальності. Так, зокрема, було встановлено, що споглядальність, а не практицизм, любов і обов'язок, а не свобода виступають основними детермінантами семантичних структур, з якими доводиться мати справу вітчизняному психологу-консультанту. Конструкти рідної ментальності кардинально розходяться з ментальними структурами носіїв англо-саксонської чи близькосхідної культури, у якій однією з найважливіших є переживання, які стосуються понять «свобода» і «самоконтроль». Не вдаючись у детальний розгляд причин відмінностей, зауважимо: східний слов'янин досі особистісно набагато вільніший за західного громадянина, який давно вже належить не собі, а корпораціям, кредитам, податкам і живе, щохвилини оглядаючись, чи не наступив він на чийсь приватну територію. Іншими словами, кількість соціальних обмежувачів на Заході значно вища, ніж у нас. І це може викликати специфічні переживання, формувати інший контур реальної консультативної практики. Нам необхідні культуровідповідні методи, висхідні до системи вітчизняних культурних норм, цінностей і духовних традицій, що несуть у собі ту всесвітність і вселюдність, чим славиться вітчизняна корінна культура.

Одним з таких, культуродоцільних, методів психологічної допомоги може бути модальність «етикоцентроване консультування», головні концепти якої відображають психологічну реальність міжособистісних стосунків та професійні дії психолога (постановка психологічного діагнозу ситуації, що склалася, врахування балансу жертвопринесення та самопожертви, подолання позиції

жертви шляхом переосмислення власного образу світу і себе в ньому), водночас несуть у собі безумовний потенціал універсальності, що органічно відповідає, до речі, концепції Макса Шелера, який розробив етику цінностей на протигагу формальній етиці Канта. Цінності (благочестя, любов, надія, краса) об'єктивно пізнаються не розумом, а емоційно – через «інтенціональне почуття» (любов, страх, радість чи ненависть **до** чогось чи когось). Особистість, за Максом Шелером, є носієм цінностей, організуючим центром переживань та ціннісних орієнтацій. Згідно М. Шелеру, правильне життя – це життя згідно з істинним порядком любові (Ordo Amoris), де вищими є духовні й сакральні цінності, а нижчими – цінності задоволення. Саме етичний персоналізм, але не католицький (М. Шелер, Е. Муньє, О. Кульчицький), а православний складає філософську основу нашого підходу. Підходу, який відновлює арететерапію (*arete*-давньогр. *доблесть, досконалість*) О.І.Яроцького (1866-1944), основу якої складало етичне вдосконалення особистісного «Я» і моральнісне відновлення особистості.

Результати проведеного нами аналізу дозволяють сформулювати деякі попередні висновки, які, можливо, послугують стимулом для подальшої професійної рефлексії у напрямку розвитку культуродоцільних методів консультування.

Не буде перебільшенням констатація того факту, що практично всі відомі нині підходи в практиці психологічної допомоги виникли та розвиваються на певній соціокультурній основі. Повальна захопленість вітчизняних фахівців західними методами та техніками роботи, які дисонують з особливостями менталітету тих, хто

звертається по психологічну допомогу, отримав навіть спеціальний термін: «люкримакс», яким позначається потяг до заперечення власного життя як несправжнього, не аутентичного, і наслідування не просто симулякру, а, на погляд епігона, «кращому симулякру», який, втім, він не вважає симулякром, а приймає як «справжнє краще» (О.Еткінд). Останній феномен призводить швидше до переорієнтації більш «успішних» передовиків до проведення навчальних тренінгів для не настільки «передових» колег, ніж до покращення реальної консультативної роботи. Тим більше, що нові господарі життя за допомогою фінансування та відповідних правил створюють такі умови, згідно з якими саме іноземні методи, підтверджені недешевими сертифікатами, надають виключні можливості працевлаштування в іноземних же інституціях, підсилюючи індоктринацію власною ідеологією. Невірно було б думати, що це явище має суто стихійний характер. Саме навпаки. Впровадження іншокультурних цінностей у пострадянський соціум здійснюється і навмисно шляхом застосування так званої «м'якої сили». Одним із стратегічних ресурсів та засобів впливу тут традиційно виступає культура пануючої держави, яка, безсумнівно, відіграє першорядну роль у формуванні ментальних структур її представників (Hofstede, 2011). А головними інструментами є інтелектуальні патерни, когнітивні установки, різноманітні привабливі ідеї та образи, притаманні конкретній професійній діяльності та підходам. У результаті, цей «м'який вплив» суб'єктивно сприймається як внутрішній вільний вибір і передбачає акт добровільного підпорядкування тенденції, що нав'язується. Останнє, власне, абсолютно відповідає ідеям теорії «культурно-ідеологічної гегемонії», розробленої Антоніо Грамші (див. Бондаренко, 2012).

Принципово нове вирішення цієї проблеми дає розвиток системи надання психологічної допомоги за вектором індигенізації, що передбачає розробку ефективних культуродоцільних методів, що поєднують у собі індигенне та універсальне. Індигенна психологія, таким чином, розглядається як система психологічної думки та практики, заснована на аутохтонній соціокультурній традиції. Рух за відстоювання індигенних психологій виник переважно в незахідних країнах і виступив як реакція на безпідставне домінування іншокультурних підходів, в основі яких лежать не стільки наукові, скільки невідрефлексовані ідеологічні та теологічні постулати з орієнтацією виключно на контингент західних клієнтів (WEIRD) – протестантів за віросповіданням, індивідуалістів за життєвими орієнтаціями і тих, що дедалі все більше схиляються до номатичного способу життя, викорінюючи історичну культуру корінних етносів. Тенденції індигенізації виражаються у прагненні все більшої кількості дослідників-психологів до побудови системи наукового психологічного знання і, отже, й системи надання психологічної допомоги, що виходять з індигенних реалій – цінностей, вірувань і переконань, у свою чергу, спираючись на філософську й релігійну традицію певного етносу. Передбачається, що кожна цивілізаційно-культурна спільнота не може не розвивати свій власний, індигенний підхід.

Досить зазначити, що наразі понад 60 університетів Індії мають як кафедри психології, так і програми магістратури з психології (Бондаренко et al, 2024). Унікальність консультативної психології в цій країні зумовлена дуже сильним опором західним психотехнікам, з акцентом на тому, що індійська цивілізація налічує

понад 5000 років, а самі тексти Вед являють собою основу традиційної індійської психології, від якої самі індуїсти не бажають відмовлятися. На відміну від консультативної психології Заходу, індійська традиція зосереджена на методах управління станами свідомості, тісно пов'язуючи «сому» та «дух». Слід зазначити, що потреба в сучасному психологічному консультуванні в Індії стає все більш очевидною. Тут перетинаються інтереси бізнесу, освіти та професійного розвитку. Це протиріччя проявляється, зокрема, у створенні ведичних особистісних опитувальників, особливих способів психологічної допомоги. Отже, нагальна вимога розробки форм консультативної роботи, які б забезпечили її актуальність та ефективність у світі, що швидко змінюється, є провідною проблемою сучасного етапу її розвитку в Індії. Так само, до речі, як і в КНР відома всім когнітивно-поведінкова психотерапія переосмислена як «tao-cognitive therapy», тобто психологічна практика пов'язана з даосизмом – традиційним китайським релігійно-філософським вченням, яке, за ідеями Лао-цзи, втілює принципи досягнення гармонії в злитті з природою речей.

Зауважимо, що етичний стандарт Американської психологічної асоціації (APA Ethics Code), наголошуючи на важливості врахування етнічної та культурної належності клієнта у консультативному процесі, виокремлює особливу професійну якість психолога-консультанта – культурну компетентність (cultural competence), що включає такі складові як культурна сензитивність та емпатійність (cultural sensitivity and empathy), а також культурна підтримка (cultural guidance) (APA, 2017). Наголошується зокрема: неодмінними рисами культурно-компетентного психолога виступають: розвиненість критичного наукового мислення, що перешкоджає

висуванню хибних припущень та гіпотез щодо універсальності етнокультурних характеристик; знання та розуміння специфіки конкретного менталітету; адекватне співвідношення проблематики та методів її вирішення. При цьому слід врахувати, що універсальних механізмів, властивих психотерапії – емоційного відреагування, гіпнозу у різних за ступенем його інтенсивності різновидів та (пере)навчання – для психологічного консультивання явно недостатньо. Психологічне консультивання потребує врахування та застосування значно ширшого обсягу детермінант та засобів впливу.

На закінчення вважаємо своїм обов'язком наголосити: викладене вище в жодному разі не слід тлумачити як заклик ігнорувати досягнення західної наукової думки, намагаючись винайти свій власний велосипед. Ми просто зазначили, що вестернізовані підходи найчастіше є такими ж індигенними, оскільки відбивають традиції, ідеологію та цінності західного суспільства, що, до речі, давно визнають і самі американські психологи), які самі намагаються звільнитися з-під тотального тиску науково необгрунтованих комерційно заточених психологічних концепцій, для яких процес важливіший за результат (Marcella, 1998). І справді, досі невідомо про жодного пацієнта, який був би вилікований завдяки класичному психоаналізу, хоча добре відомо інше: це найдорожчий спосіб психотерапії. Велике питання – чого більше у гештальт-терапії Ф. Перлза: лікувального чи навчального котенту. Спроби огульно приписувати їм статус універсальних, як і бездумне насадження в рідній культурі, є тим самим люкримаксом, тобто епігонською гонитвою за ілюзіями, підкріпленою, правда, претенціозністю та неодмінним комерційним інтересом.

Справжнє завдання вітчизняної психології – розробка культуродоцільних, культуровідповідних методів, здатних збагатити і рідну, і світову психологічну практику, вносячи до арсеналу лікувального психологічного впливу тонкі й прицільні засоби, що несуть у собі високий потенціал дійсної універсальності.

## **Питання для самоконтролю**

### **I. Питання на розуміння основного змісту розділу**

1. Визначте зв'язок психотерапії та соціокультурних традицій.

2. Наведіть приклади філософських і релігійних джерел психоаналізу, адлеріанського та юнгіанського підходів.

3. Особливості соціокультурної традиції, що вплинули на становлення поведінкової терапії.

4. Розкрийте сутність поняття індигенізація у контексті психології.

5. Поясніть відмінність між індигенізацією ззовні та зсередини за В. Енрікесом.

6. Професійні якості психолога-консультанта, які відображають його культурну компетентність (cultural competence) згідно стандартів АРА.

7. Індигенні способи психотерапії в Японії.

8. Головні культуродоцільні концепти, які відображає етико-центроване консультування.

### **II. Питання на засвоєння деталей**

1. Порівняйте філософськорелігійні основи західних психотерапевтичних шкіл (З. Фрейд, К. Юнг, К. Роджерс).

2. Проаналізуйте можливі ризики некритичного перенесення західних методик у вітчизняну практику.
3. Як феномен «люкримаксу» відображає культурну залежність психологічної професії?
4. Визначте, яким чином індигенна психологія поєднує культурний, релігійний і філософський контексти.
5. Основна специфіка індигенних тенденцій в психотерапії.
6. Як називається філософський підхід, що складає основу ЕЦПК?

# **РОЗДІЛ 3.**

## **ЕТИЧНА ОСНОВА**

### **ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНИХ**

### **ПРАКТИК, ВИСХІДНИХ**

### **ДО АНТРОПОЛОГІЇ СХІДНОГО**

### **ХРИСТИЯНСТВА**

---

На жаль, доводиться визнати очевидне: практично всі існуючі парадигми уникають обговорення центральної антропологічної установки, що коріниться у вихідній релігійній, а відтак етичній системі: сутності дозволеного та не дозволеного у взаєминах між людьми. При тому, що самій проблематиці міжособистісних стосунків традиційно, починаючи з першої чверті ХХ століття, надається справді велике значення. Досить згадати два яскравих факти: знамените висловлювання І. П. Павлова про те, що ні в чому немає справжньої драми, окрім як у драмі людських стосунків і так звану «доктрину людських відносин», що породила, до речі, постать і посаду фахівця HR.

Парадокс полягає в тому, що сучасна психотерапія, як і психологічне консультування, що стосуються не проблематики психоемоційних станів, індукованих ендогенними процесами або катастрофічними подіями, а тих станів, які обумовлені травмою саме міжособистісних стосунків, ґрунтуються, в основному, або на атавістичних релігійних системах чи на західних

раціоналізованих версіях християнства, ґрунтовно приправлених екзистенційними ідеями, які влучно визначені як «позанормальна закраїна самореалізації» (Б. С. Братусь). А єдина релігійна традиція, Східне християнство, в якій ця центральна установка, центральний етичний принцип відрізняється від інших релігійних систем, практично не представлена у світовій психотерапії. У чому ж полягає головний антропологічний принцип саме Східного християнства, так старанно оминаємий манівцями, що ведуть до шаманізму, індуїзму або довільних спекуляцій Дж. Аткинсона про «циклопічну сім'ю» сумнівним судженням якого надавав перевагу З. Фрейд?

Щоб відповісти на це питання, звернімося до проблематики антропогенезу як вона бачиться сучасною наукою, оскільки без апеляції до неї залишиться неясним, чому в сучасній психотерапії та психологічному консультиванні досі практично не представлений есенціальний антропологічний принцип візантійського християнства, зобов'язаний своїй появі зороастризму. Це якщо дивитися вглиб історії з діахронічних позицій, що налічують приблизно дві з половиною тисячі років. Якщо ж говорити сутнісно, то – принцип, який, відповідно до гіпотези Б. Ф. Поршнева, визначив антропогенез, тобто подібний до вибуху процес дивергенції неоантропів, власне людей, від палеоантропів, що відбувся 35-40 тис. років тому, коли неоантропи стали стрімко від'єднуватися від більш примітивних угруповань спираючись на більш витончену систему комунікації та інтелектуальніше ставлення до світу (Бондаренко, 2012).

Розглянемо наукові основи принципового положення сучасної теорії антропогенезу, яка, на відміну

від фрейдистських фантазій або ідеологічної благодущності гуманістичної психології, заснована на неприємній, проте незаперечній гіпотезі видатного мислителя ХХ століття Б. Ф. Поршнева, що все більше й частіше підтверджується сучасними антропологами, археологами етнографами. Головне питання, поставлене Б. Ф. Поршневим, звучить так: у чому корінна, кардинальна відмінність неоантропів, цього продукту дії особливої селекції, до якої не застосовний принцип природного відбору, приписуваний Ч. Дарвіну, але насправді запозичений ним за порадою доброзичливців у Т. Мальтуса, який займався ідеологічним забезпеченням права Ост-Індської компанії на колоніальне володіння Індією?

З метою загального орієнтування в сутності проблеми дозволимо собі у найзагальніших рисах описати серцевину міркувань видатного мислителя. Спираючись на антропологічний аналіз продуктів діяльності антропоїдів верхнього палеолітичного періоду та на загальні закономірності біологічної еволюції, Б. Ф. Поршневим показав, що внаслідок зміни характеру харчування, пов'язаного з останньою льодовиковою епохою, у частини гомінідів розвинулася здатність до контролю сигнальних рефлексів інших істот завдяки центральному сигнальному гальмуванню. Нові психофізіологічні способи сигнального управління, що закріпилися за собі подібними, створювали неандертальцям, які прийшли на зміну «гейдельберзькій людині», можливість забезпечити себе харчуванням за рахунок собі подібних, коли колишне джерело їжі – останки тварин, що постраждали від Великого заледеніння, зникло. Цей канібалізм, названий Б. Ф. Поршневим зоологічним терміном «адельфофагія», тобто поїдання побратимів,

представників свого виду, індукував потужний процес контсуггестії у потенційних жертв антропофагії, тобто здатності до відгальмовування сугестивних команд і, далі, швидку дивергенцію, від'єднання від палеоантропів, що вимагало витонченої сигналізації, невербальної і вербальної, здібності до тонкої диференціювання «своїх» і «чужих» і, зрештою, до відокремлення неоантропів від людодів. Саме контрсугестія, основу якої становить інтердикція, тобто скасування, заборона сугестії палеоантропів, виступає сутнісним психологічним механізмом антропогенезу, продукуючи дедалі більш витончений і могутній мовний сигнал, а згодом і знак, що формує найтонші комбінації наказу і опору, дозволеного і забороненого, згоди та незгоди. Таким чином, неоантропи подолали біологічний рівень існування і здійснили стрибок у власне соціальний, будь-якою ціною прагнучи уникнути зіткнення з палеоантропами, у тому числі виробляючи у себе й здатність вбивати нелюдів, захищаючи своє право на життя. Тривале вимушене співіснування з палеоантропами, вимушене зіткнення з ними, зокрема, і міжстатеве, призвело до того, що генетично, в абсолютно «чистому» вигляді неможливо провести демаркаційну лінію між палео- і неоантропом. Її можливо провести виключно у культурі, у формі культурної заборони. Б. Ф. Поршнев зауважує, що заборона, табування у процесі антропогенезу стійко дотримується незаперечної формули: забороні підлягає лише те, що дозволено за суворо певних умов, підпорядковується незаперечному правилу: «не можна, окрім як у разі...». Наприклад, не можна поїдати людину, окрім убитого за певними правилами (жертвопринесення); не можна вбивати, окрім

як на оборонній війні; не можна вступати у статеві відносини, окрім як у шлюбі; не можна користуватися чужим майном, окрім як при обміні чи даруванні тощо. Б. Ф. Поршнев наголошує, що подібна формула заборони – через виняток – пояснюється психофізіологічним механізмом сугестії, в основі якої лежить принцип домінанти та негативної індукції. Інакше кажучи, інтердикція є генеральним гальмуванням активності з резервуванням вузької можливості реалізації того, що, по суті, заборонено. Це й потенціює дію контрсугестії, яка управляє реальною поведінкою людини. Саме контрсугестії людська культура і, отже, психіка зобов'язана двом пов'язаним чинникам, що детермінують власне людську поведінку: культурній нормі, що несе абсолютну заборону, інтердикцію цілого класу дій і мовленнєвій команді, що скасовує цю абсолютну інтердикцію стосовно людини в конкретній ситуації.

Згідно з глибоким зауваженням Б. Ф. Поршнева, люди, у яких у вираженій формі відтворюються нервово-психічні риси палеоантропів, стають предметом дослідження психіатрії. Саме тому, що у своїй масі ці некеровані, тобто неконтактні індивіди, ніби вириваються за межі людської комунікативної сугестії, яка змушує людей діяти не за стимулами першої сигнальної системи і тваринного самозбереження. Психотики тим самим змушують обслуговувати себе. Вони живуть завдяки милості й піклуванню тих, давні предки яких колись відчайдушно тікали від палеоантропів аби не загинути від них. Так само й гіперсугестивність тобто незріла друга сигнальна система, скажімо, навіть при легкій формі олігофренії перетворює тих же дебілів на знаряддя зловживань з боку асоціальних

елементів. Недарма Б. Морель свого часу запровадив термін «дегенерат» для будь-яких представників класу асоціальних. І недарма натуралісти підкреслюють: у природі немає «диких» тварин. Багато з них довгий час проживали серед вовків, медведів. Напад на людей спостерігається лише там, де має місце постійне полювання, тобто людина сама породжує небезпеку. Зазвичай це не виключає появи окреми особин-людодідів. Але людина, як підкреслює Б.Ф.Поршнев, спираючись на біологічні факти, ніколи не входила і не входить у нормальний раціон хижих звірів, на відміну від палеоантропних носіїв генів людодідів та адельфофагів.

Для нас же у контексті розуміння антропологічних витоків психотерапевтичних підходів вирішальне значення має саме феномен подолання неоантропами палеоантропологічного способу існування – адельфофагії, інакше –цілеспрямованого канібалізму як засобу підтримки власного існування. Відживаючи своє, цей, що став забороненим, спосіб існування поступово еволюціонував у сакральну дію жертвопринесення. Відповідно до Б. Ф. Поршнева, еволюція самого ритуалу жертвопринесення – від біологічного призначення («відкупна» їжа для могутніх нелюдів) – до символічного задобрювання богів безпосередньо пов'язана з абсолютною заборонаю на вбивство собі подібних у неоантропів і заміною людських жертвопринесень на початку подальшої еволюції ритуалу – тваринами. Втім, як наголошує Б. Ф. Поршнев, у тих етносах, де велика худоба майже була відсутня, первісний обряд зберігся набагато довше, наприклад, у Центральній та Південній Америці. В атакістичних релігіях у тому чи іншому вигляді людське жертвопринесення зберігається досі,

незважаючи на офіційні заборони та найсуворіші покарання. Тут доречно нагадати про феномен *sati* – ритуальну традицію в індуїзмі, відповідно до якої вдова підлягає спаленню разом з її покійним чоловіком. Традиція збереглася в Індії до наших днів, хоча ще з 1987 там встановлена кримінальна відповідальність навіть за підбурювання до *sati*, не кажучи вже про виконання цього жахливого атавістичного обряду. Досить сказати, що навіть за офіційною інформацією щорічно в Індії відбувається кілька десятків таких злочинних дій. А вдови вважаються чи не проклятими. Якщо при цьому згадати про те, що для індусів саме представниця великої рогатої худоби, корова, є священною твариною, порівняння буде явно не на користь людської самки. За відсутності родючих земель та значущості корови, що забезпечує молочними продуктами та паливом сільське населення, жінка явно програє у своїй значущості цій тварині серед шанувальників Брахми, Вішну та Шиви. Втім, якщо вразливого читачеві подібне ставлення одних людей до інших здасться неправдоподібною екзотикою, варто звернутися до фундаментальної роботи відомого американського психоісторика Ллойда де Моза «Foundations of Psychohistory», багато сторінок якої з посиланнями на численні добре документовані джерела присвячені проблемі інфантициду в не такій вже далекій історії європейських країн. Л. де Моз прямо зазначає: «Зазвичай вважають, що вбивство законних чи незаконних дітей – проблема скоріше Сходу, ніж Заходу. Однак накопичених відомостей досить, щоб показати, що вбивство...дітей було системою в античності, що законних дітей не набагато рідше вбивали у середньовіччі, а вбивство незаконних дітей було звичайною справою

аж до дев'ятнадцятого століття» (DeMause, 1982). Так що добре відомий до теперішнього часу факт принесення богам у жертву первістка, або ритуал «викупу первістка» в іудаїзмі, що зберігся до теперішнього часу, – досить пізні відлуння відносин між палео- та неолітичними шляхами в історії людства.

Лише з появою християнства, – вказує Л. де Моз, виникає нове поняття – дитяча невинність, і в суспільній свідомості стверджується ідея про неприпустимість людських жертвопринесень (там же, с.76). Тут, правда, відомий дослідник чомусь забуває про стародавню Персію. Безумовно на окрему увагу заслуговує аналіз витоків абсолютної заборони на жертвопринесення, чому людство завдячує арійському пророку Заратустрі, винагородженому одкровенням вищого бога Ахурамазди, чії молитви було зібрано в Авесті – священній книзі зороастрійців. Перський цар Дарій I (522-486 рр. до н.е.), послідовник Заратустри, як свідчать хроніки знаменитого Бехістунського напису, у всіх підкорених країнах забороняв принесення в жертву не тільки людей, а й тварин і, крім того, вперше в історії скасував рабство. Одкровення перського пророка, що справжній Бог є милостивий і не вимагає кривавих жертвопринесень, досить запалити свічку, а далі – блага думка, блага слово і блага діяння спонукало Гегеля в Лекціях з філософії історії стверджувати, що в Персії вперше засяло світло, «яке світить і висвітлює інше, тому що світло, вперше звіщене Зороастром, належить світові пізнання, духу» (див.Бондаренко, 2012). Але інша річ, що було б наївністю вважати, ніби атавізм жертвопринесень залишився в давній давнині. Він здатний проявитися у будь-який момент, коли соціальна ситуація руйнує

найтонший шар психосоціальної культури неоантропів, або коли атавістична система вірувань, будь то релігія чи ідеологія, утримує колишню атавістичну ж культуру, в яку включений культ принесення жертви, а також у всіх тих випадках, коли в міжособистісних стосунках порушуються моральнісні норми, головна з яких – принесення іншої людини в жертву – своїм власним гіпертрофованим амбіціям, потребам, капризам, садистичним нахилам, звичкам тощо.

Вперше після Персії жертвоприношення були заборонені у Візантії – центрі Східного християнства. Імператор Феодосій I Великий (379-395) в едиктах 391-392 рр. прирівняв вчинення кривавих жертвоприношень до акта державної зради, що карається смертною карою та конфіскацією майна. Його наступники на константинопольському престолі регулярно оновлювали ці найсуворіші заборони. Саме через таке енергійне табування цього архаїчного ритуалу у Візантійському християнстві, можливо, через те, що сусідні імперії – Перську та Візантійську – не розділяла культурна прірва, у східній версії християнства абсолютна заборона на жертвоприношення, врешті-решт, призвела до того, що посада ката, яка у Західній Європі вважалася вигідною і переходила у спадок, на теренах Третього Риму завжди вважалася проклятою. Проте після трагічних подій першої половини ХХ століття, що спричинилися до таких жертв, перед якими тьмяніють усі колишні жертвоприношення, сама ця проблематика, була надовго витіснена як з вітчизняної, так і з зарубіжної психологічної думки. Тим часом саме принесення іншого в жертву, навіть в ім'я найвищих ідеалів, найвеличнішим богам, або, навпаки – відмова від цього, заборона, інтердикція,

в термінології Б. Ф. Поршнева, становить серцевину людської етики як такої. Як гранично чітко сформулював зовсім недавно цей етичний імператив авторитетний британський філософ Роджер Скрутон: «And if your faith justifies murder, faith is not an option» (Scruton, 2014). Саме у світлі такої постановки проблеми стають цілком зрозумілими слова Ф. М. Достоєвського з роману «Брати Карамазови», в якому Іван, звертаючись до свого брата-послушника вигукує: «Для чого пізнавати це чортове добро й зло, якщо це стільки вартує? Та весь світ пізнання не вартий тоді цих слізок дитинки до «боженьки». У реконструйованій нами концепції етикоцентрованого психологічного консультування (ЕЦПК), що сягає саме антропології Східного християнства та філософії Етичного персоналізму, феномену й поняттю жертвопринесення належить одна з центральних позицій.

Звернімося до детальнішого їх аналізу. Відповідно до Рене Жирара, жертвопринесення постає то як священна дія, то як злочин. Ось чому, як зазначає той же Рене Жирар, ніколи не порушується питання про взаємозв'язок між жертвопринесенням і насильством інакше як в одному-єдиному сенсі: жертвопринесення – це насильство без ризику помсти (Жирар, 2010). Концепція ЕЦПК, виходячи з Етичного персоналізму, показує, як саме насильство маскується в реальних людських взаєминах, набуваючи вигляду любові, турботи, допомоги, навіть відданості, проте воно залишається реальним насильством, сутність якого полягає насправді у використанні, споживанні іншої людини або в знищенні іншої людини на власну забаганку. Саме такий, онтологічний, ноуменальний, а не феноменологічний

погляд на сутність людських взаємин, становить кардинальну відмінність ЕЦПК від інших концепцій, що так чи інакше описують міжособистісні стосунки та психологічну роботу з цією проблематикою. Відмінність тут не в інтерпретативному, тлумачному, а у сутнісному поясненні. І ще один важливий момент: принесення в жертву в міжособистісних стосунках не є в жодному разі ритуальним. Скоріше, це буденна патологічна практика віктимізації іншої людини з корисливою метою. Тут безумовно відсутня замінювальна, компенсаторна і, тим паче, сакральна функція ритуального, тобто спокутного жертвопринесення. І на перше місце виходить, ще раз наголосимо, якраз насильство, що за відомим феноменом Стокгольмського синдрому або через довірливість, змушує людину, що страждає, приносити себе в жертву іншому, брутальному й безсовісному. Якщо в ритуальній жертві при бажанні можна знайти ознаки невинного створіння, покликаного своїм життям, вірніше позбавленням його, умилоствити богів, то в реальному споживанні іншої людини немає ні безневинного створіння, ні спокутування, ні символічного ритуалу, ніяких високих смислів, крім одного: змусити іншу людину служити вигодонабувачу у якості зручного чи вигідного предмету споживання. Витонченість цього виду жертвопринесення полягає також і в тому, що якщо мета жертвовного заміщення – перехитрити насильство, переніши його на обхідний об'єкт, то в міжособистісних стосунках насильство ні на що інше не переноситься, а набуває форми видозміненої комунікації, яка передбачає і навіть вимагає прямо чи непрямо підпорядкованих способів поведінки. Ще один важливий бік цього феномену полягає в тому, що традиційно

жертвопринесення передбачає фігуру божества, заради умилостивлення якого в дар йому і приноситься жертвний об'єкт (людина чи тварина). Але в реальності людських міжособистісних взаємин божество відсутнє. Насправді один із двох привласнює функцію пана, «верховної істоти», присвячуючи жертву самому собі. Іншими словами, у всіх подібних випадках, користуючись термінологією Б. Ф. Поршнева, відбувається справжнісінька, хоч і не біологічна, а соціальна або ж психологічна аделъфофагія, позбавлена всякої символічності: справжня й предметна. Але якою ж є психологічна функція жертви? Якщо реальна, буттєва її функція служити предметом споживання для свого володаря, то психологічна функція полягає в тому, щоб маскувати реальний конфлікт, який не може не виникнути у подібних взаєминах. І ось ця функція самої жертви створює різноманітний психологічний туман (туман по грец. *misticos*) – сукупність фантазій, нав'язаних уявлень, особистих міфів і установок, загальне призначення яких покликане внести в життя жертви уявний зміст, що надає помилкову значущість її часто-густо безвихідному становищу. Як стверджує давня китайська «Книга образів», у жертвопринесень та покарань одна мета – встановлювати порядок. Однак живе людське життя людей, на відміну від життя суто політичного, якщо, звичайно, винести за дужки членів релігійних сект або прихильників особливо ритуалізованих релігій чи ідеологій, набагато менше підпорядковане подібним, безумовно анахронічним причинно-наслідковим схематизмам поведінки. І як тільки у жертви через ті чи інші обставини відкриваються очі на її реальне становище, конфлікт проривається назовні. Жертви

волають про помсту, тобто про жертвопринесення у відповідь. І тут знову вступають у справу соціокультурні чинники: мстити чи пробачити, боротися чи піти, підвестися за рахунок приниження протилежної сторони чи переосмислити свою жертву як дарунок. Культове жертвоприношення, на відміну від спонтанного психологічного, завжди засноване на тому, що це принесення жертви начисто позбавлене ризику помсти. Жертвний агнець приноситься богам в дар за загальною згодою. Коли ж йдеться про людину, яку ні сама вона, ні її близькі не сприймали і не збиралися сприймати як жертву, але вона виявилася нею, включаються зовсім інші паттерни, що є похідними від того виду та рівня етичної свідомості, що притаманні даній людині. Адже піддавати насильству того, хто вчинив насильство, найчастіше означає заражатися його насильством. Потрапити в ситуацію, пов'язану з атавістичними взаєминами, – справжня психологічна пастка. Капкан «Авель – Каїн». Це страшна карусель-мишоловка, потрапивши до якої, ти вже не належиш собі, бо вона крутить тобою відповідно до своєї жадливої інерційної сили. Тут доречним є приклад з трагедії У. Шекспіра «Гамлет». Боротьба головного героя із собою – це боротьба людини, культура якої не сприймає старозавітної дохристиянської помсти, якої, можливо, інстинктивно вона б і бажала. Вся трагедія Гамлета, що повернувся додому з християнського Вітенберга, полягає в його моральнісних зусиллях уникнути жертвопринесення у відповідь, цієї необхідності помсти, з приводу якої в Євангелії, в Посланні апостола Павла Римлянам сказано: «Не мститься за себе, улюблені, а дайте місце гніву Божому. Бо написано: «Мені помста, Аз воздам», – говорить Господь»

(Гл. 12, вірш 19). Гамлет за будь-яку ціну намагається уникнути спокуси помсти. Ось справжня розгадка трагедії істинної людини: у її набутій людяності. Розімкнути хибне коло атавістичної поведінки, тобто вийти за межі карми, говорячи мовою індійських релігій, нелегко ще й тому, що нижче, примітивне набагато живучіше, ніж витонченіше, високе. Арфа легко розстроюється, молоток ніколи. Примітивний вірус може вбити найскладніший людський організм. Насильство – завжди замкнене коло, оскільки вирватися з нього неможливо, не вбивши всіх, хто може помститися. Але й сам убивця смертний. Він не вічний на поверхні Землі. І його помста вимушено залишає на ньому каїнову печать. Складається враження, що вищі закони ніби прагнуть анігілювати всіх, хто потрапляє у це замкнуте коло, щоб попередній, атавістичний спосіб існування, поступився місце новому, більш високому.

Але повернемося до міжособистісних стосунків. У реальному житті реальних людей у ситуації віктимізації однією людиною іншої відсутній «жертвний агнець», тобто безневинна істота. Кожен відповідає: і садист, і мазохіст. І вигодонабувач, і об'єкт його експлуатації. Це дещо нагадує ситуацію взаємин з банком, у якому людина взяла кредит, але не розрахувала свою платоспроможність. Або – в якому клієнт розмістив гроші, а банк збанкрутував. Але насправді все набагато заплутаніше, складніше та гірше. Адже міжособистісні стосунки, а особливо чоловічо-жіночі, органічно включають не лише непорозуміння, віроломство, насильство, а й сексуальність, а сексуальність, як і насильство, неодмінно пов'язана з кров'ю. Як зазначає Рене Жирар: «Кров має максимальну нечистоту... Сексуальне життя

призводить до різних хвороб реальних або уявних; воно веде до кровопролитних родових мук, що завжди загрожують смертю або матері, або дитині, або обом разом. Навіть усередині рамок ритуалу, коли дотримано всіх шлюбних приписів та інших заборон, сексуальність супроводжується насильством; а при виході за ці рамки за незаконних зв'язків, перелюбу, інцесту тощо, насильство і нечистота, що випливає з нього, доходять до крайності. Сексуальність завжди викликає сварки, ревності, злість, битви; вона постійний привід до безладдя, навіть у гармонійних спільнотах» (Жирар, 2010. Тому брудну, запеклу, мертво, погано пахнучу кров насильства покликаний змити ритуал жертвовного очищення чистою кров'ю невинного ягняти, яку відразу змивають» (див. там же, с. 53).

До того ж, у реальних взаєминах реального чоловіка з реальною жінкою часто неможливо простим способом відрізнити чисте від нечистого, праведне від неправедного, зловмисність від простодушності. Тому в Протоколі ЕЦПК існує питання: «У чому, на вашу думку, ваша ключова помилка?». Іншими словами, жертвопринесення у реальних стосунках людей не може не виходити з накладеної на них відповідальності. Тебе не зтягли силоміць у пастку «Авель-Каїн». Ти сам туди потрапив. Яким чином? Хто підштовхнув? З яких особистих чи позаособистісних причин? Чим ти тепер вимушений розплачуватися за це? На чію користь? У пошуках відповіді на ці та подібні питання і полягає сенс психологічного консультування в ЕЦПК.

Отже, жертва та жертвопринесення з позицій Етичного персоналізму позбавлені будь-якої сакральності. Навпаки: це груба, атавістична форма міжособистісних

стосунків, у яких суб'єкт зводиться до положення об'єкта, психологічна сторона яких безсумнівно включає спектр психопатологічних розладів, але в якій задіяні, крім вказаного, і екстрапсихологічні детермінанти: економічні, біологічні, соціокультурні, юридичні. Психолог далеко не завжди здатний девіктимізувати жертву, забезпечити психокорекцію вигодонабувача, допомогти подолати загалом ситуацію жертвопринесення. Однак у всіх випадках, коли жертва сповнена рішучості подолати віктимну позицію і перервати зачароване коло свого існування, професіонал зобов'язаний надати їй весь діапазон своїх можливостей і забезпечити орієнтування в соціальних, у тому числі і в правових способах вирішення цієї проблеми. У цьому сенсі антропологічна позиція Східного християнства, для якого людське жертвопринесення навіть в алегоричній формі, є абсолютним табу, безсумнівно становить чи не найважливіший етичний чинник як для психолога, так і для постраждалого.

## **Питання для самоконтролю**

### **I. Питання на розуміння основного змісту розділу**

1. Центральний етичний принцип, що покладено в основу антропології Східного християнства.
2. Відмінність між палеоантропами та неоантропами за Б. Ф. Поршнєвим.
3. Зміст понять «адельфофагія» та «контрсугестія» у контексті антропогенезу.
4. Роль, що відіграє інтердикція (заборона) у формуванні людської культури.
5. Еволюцію ритуалу жертвопринесення за Б. Ф. Поршнєвим.

6. Трактування феномену жертвопринесення у концепції ЕЦПК (етикоцентричного психологічного консультування)

7. Значення насильства в моделі міжособистісних стосунків згідно з Рене Жираром. Релігійний контекст, що пояснює феномен психологічної пастки «Авель – Каїн».

8. Приклад трагедії Гамлета як ілюстрація моральних дилем християнської етики.

9. Роль відповідальності самої жертви за участь у ситуації віктимізації у розумінні жертви.

10. Відмінності феномену «жертвовного агнца» від реальної психологічної жертви.

## **II. Питання на засвоєння деталей**

1. У чому полягає сенс цитати Р. Скрутона: «If faith justifies murder, faith is not an option»?

2. Як ідея контрсугестії Б. Ф. Поршнева пояснює виникнення культурних заборон?

3. Яким чином процес антропогенезу співвідноситься з формуванням етичних норм у культурі?

4. У чому автор вбачає психологічну суть віктимізації?

5. Як «моральнісна інтердикція» протистоїть атавістичним формам поведінки людини?

6. Обґрунтуйте, чому автор протиставляє етикоцентроване консультування гуманістичному.

7. Чому порочне коло «Авель – Каїн» постійно відтворюється у людських стосунках?

8. Чому насильство, навіть у відповідь, не здатне зруйнувати коло агресії?

Як філософія етичного персоналізму ставиться до ідеї сакралізації жертвопринищення?

# РОЗДІЛ 4. КОНЦЕПТУАЛЬНА МОДЕЛЬ ЛЮДИНИ У СХІДНО-СЛОВ'ЯНСЬКІЙ КУЛЬТУРІ

---

У спробах вирішити поставлене завдання нами було здійснено психосемантичне дослідження великого масиву текстів, що відображають православну богословську традицію (5-томник творів святих отців, відомий під назвою «Добротолубство», зокрема праці Антонія Великого, Макарія Великого, Авви Зосима Сінаїта, Григорія Палами, Калліста та Ігнатія Ксанфопулів, Ніла Синайського та Авви Ісаї), а також праці видатних представників вітчизняної класичної філософії (Г. С. Сковороди, П. Д. Юркевича, К. М. Кропоткіна, М. Я. Данилевського, П. А. Флоренського, І. Я. Франка та ін). Обсяг вибірки склав майже мільйон слів (942236). З метою виявлення тих основних понять, в яких відбивається і втілюється принципова відмінність людини відповідно до духу вітчизняного розуміння, ми вдалися до поєднання методу контент-аналізу релігійних та філософських текстів з одночасним виокремленням деяких базисних семантичних категорій, що дозволяють формалізувати зміст і таким чином здійснити порівняння різноманітних дискурсів.

Вищезазначені тексти були проаналізовані за такими параметрами контент-аналізу: число лексем у тексті, лексична різноманітність (співвідношення кількості

лексем і загальної кількості слів), середня довжина слова, середня довжина речення, граматична складність тексту (співвідношення числа розділових знаків усередині речення та кількості речень), найбільш частотні слова, ключові слова та словосполучення, емоційно-лексичні оцінки текстів; групи лексичних категорій «потреби», «мотиви», «цінності», «валентність», «акцентуації», «репрезентативні системи», «види діяльності», «форми пред'явлення інформації», «логіка викладу подій», «центр уваги»; а також лексичні категорії, виділені на основі семантичного змісту досліджуваних текстів (такі, як «Душа», «Бог», «Життя», «Любов» та ін.). Власне, виділення глибинних семантичних структур з урахуванням їх частотних зв'язків у межах тексту й складає метод тезауруса. Адже «тезаурус, – як зазначає В. Ф. Петренко, – є мережею ключових понять, об'єднаних зв'язками, що фіксують змістовні (семантичні) зв'язки» (див. Бондаренко, 2012, с. 335).

Виділення базисних категорій у текстах візантійських богословів, що визначили аксіологічний зміст східно-візантійської релігійної культури, дозволило конституювати переважання таких ціннісних категорій: *Бог, Господь, душа, серце, дух, розум, тіло, життя, смиренність, пристрасть, гріх, святість, молитва, доброта, правда, кохання, пізнання, світло, духовність, людина, істина, радість*. У працях представників класичної вітчизняної філософії поряд із зазначеними категоріями найбільш частотні: *буття, особистість, народ, Русь, суспільство, ідея, свобода, діяльність, держава, слов'янство, релігія, християнство, світ, культура, наука*<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> Контент-аналіз текстів здійснювався за допомогою комп'ютерної експертної психолінгвістичної програми ВААЛ.

Категорії, спільні для цих двох різновидів текстів, такі: *розум, мораль, життя, любов, душа і дух, синтезовані в базисних словосполученнях: «розумна душа», «етична (моральнісна) цінність»*, які в єдності й приводять людину до спасіння, а людство – до розвитку. Привертає увагу той факт, що семантика філософських текстів продовжує задану семантику релігійних, просто поширюючи її на соціум.

При цьому базисні поняття «життя», «дух», «душа», «радість» виступають як етичні цінності, що сполучаються з поняттями «любов», «світло», «Бог». Щодо категорії «духовність», вона, безперечно, є центральною етичною цінністю. Цінністю, в якій людина відчуває справжню внутрішню потребу і яка є сутністю людини стосовно східно-слов'янської ментальності.

Вражають при цьому й емоційно-лексичні паралелі в оцінці текстів візантійських богословів та вітчизняних філософів. Так, на базисному лексичному рівні, тобто на рівні аксіоматичних понять проаналізовані тексти характеризуються такими властивостями: доброзичливість, інтелектуальність, правдивість, самоконтроль, незалежність, екстраверсія, витонченість та незвичайність.

Факторизація шляхом основних компонентів масиву проаналізованих філософських текстів показала, що сукупність чинників, що охоплюють 67,5% дисперсії, відбиває такі детермінанти руського богословського дискурсу: *«логічність і послідовність»* (головний фактор), *«аморальність та моральність особистісного буття»* (другий частковий фактор), *«влада любові як незалежність від недоброзичливості»* (третій частковий фактор) та *«пізнання як найвища цінність діяльності»* (четвертий частковий фактор).

Факторизація масиву богословських текстів дозволила відокремити такі чотири головні фактори: «*доброчлива інтелектуальність і правдивість*» (головний фактор), «*влада молитви як етичної цінності*» (другий головний фактор), «*гріховність людської душі*» (третій частковий фактор), «*святість як складність для викладу*» (четвертий частковий фактор) (чинники охоплюють 74,5% дисперсії).

Сукупна факторизація всього масиву текстів, що втілюють в собі східно-слов'янську ментальність, дозволила виділити чотири незалежні фактори, що описують 66,5% всієї дисперсії: «*логічна послідовність*» (головний фактор), «*цінність пізнання як діяльності, влади та незалежності*» (другий частковий фактор), «*безумовна моральна цінність любові*» (третій частковий фактор) і «*обов'язок як божественна сутність людини*» (четвертий частковий фактор).

Вже попередні підсумки цього дослідження, дозволяють зробити орієнтовні припущення, що стосуються специфіки саме вітчизняних релігійних і філософських підходів до трактування людини і людського призначення у світі, на перше місце серед яких виносяться передусім не гносеологічні (на відміну від західної традиції), а онтологічні та аксіологічні поняття. Висловлюючись мовою сучасної фундаментальної науки, вітчизняна філософська традиція в трактуванні людини віддає перевагу не «гнозису», а «ноезису», тобто, за В. І. Вернадським, процесам, що відповідають не емпіричним, а універсальним принципам буття Всесвіту. Іншими словами, принципова ідея сутності людини і людства постулюється не на основі лише констатувального пізнання, а на основі вибудовування ноетичного (глибоко усвідомленого, розумного, навіть надрозумного) розуміння

життя, в якому пізнання веде до творення нових форм буття.

Дуже складно передати різноманітні зв'язки та тонкощі багатства всієї семантичної структури, в якій втілено ментальність східно-слов'янського культурного ареалу не в його етнографічному, а саме в аксіологічному аспекті. Однак очевидним є той факт, що ключові дескриптори цієї соціокультурної галактики є абсолютно незнайомі нашим психологам. І ось вони (ми) наївно намагаємося запровадити принципи протестантського релятивізму в абсолютистську тканину східно-слов'янської, етичної за своєю суттю, ментальності (див. Бондаренко, 2012, с. 301). Намагаємося або підмінити безумовну за природою цінність кохання як атрибуту життя «розумного тіла», що трансцендує себе в життя соціуму через втілені в ньому ціннісні смисли, редукціоністським і глибоко невірним приписуванням визначальної ролі сексуальності або горезвісної ролі особистої (індивідуалістичної по суті) «свободи», не помічаючи або не розуміючи головного: тим самим ми позбавляємо наш власний соціум, наших людей, наших клієнтів/пацієнтів можливості істинного проживання власного буття, пропонуючи їм шлях запозиченого життя, в якому залишаються не названими ключові детермінанти його смислів.

Тут слід було б нагадати особливості візантійської релігійної культури.

По-перше, порівняно з культурою католицькою, візантійська більш гомогенна та типологічно однорідна. Ця відмінність зумовлена традиційною імперською системою влади у Візантії, провідною роллю церковнослов'янської мови, статусом православної церкви як носія етичних канонів та норм парафіян.

По-друге, у Східному, православному ареалі набагато більшою мірою, ніж у Західно-католицькому, відчувалися: глибокий спіритуалізм, загальновизнаний церковними канонами (таїнства, благодать), так само як і безоглядна вірність православ'ю, що тлумачилося як найвища чеснота візантійця. Східна церква ніколи й нікого не спалювала на багаттях, на відміну від католицької, а сама стала жертвою щедро оплачуваних служителів іншим хазяям та культам. Ніхто, у кому живе повага до жертвності предків, не посміє дорікнути їй, яка впродовж тисячоліття благословляла на бій з нечистою силою своїх святих, ченців і козаків. Саме через беззавітну вірність Церкві християнський Схід не знав ні в середні віки, ні в подальшому того дрібного національного плуралізму, який привів Західну Європу спочатку до реформації, а в подальшому – у вченні Кальвіна – до культу грошей і багатства як найвищого доказу богоугодності.

По-третє, у латинській (католицькій) зоні культурна монополія церкви була значно повнішою. Набагато багатша, західна церква зуміла затвердити значно суворіший контроль за духовним життям суспільства. Звідси ретельне і найтонше нюансування сповіді в католицизмі і глибоко вкорінена традиція місіонерства, що, в силу викладених вище підстав, позначається і на поведінці західних психологів, які на гроші могутніх фондів і агенств все їдуть і їдуть зі своїми віруваннями і ритуалами до наших країв, намагаючись залучити та пристосувати нових адептів до способів діяльності з переформування свідомості довірливих слов'ян.

Більш бідна, більш залежна від світської влади (інституту папства, як і Ватикану, у нас немає), менш

централізована Східна християнська церква мала менші можливості організованого керівництва всіма сферами культури. У нас не було чернечих орденів. Не було єзуїтів. Духовні пастирі православної церкви поклали більше надій на індивідуальні зусилля та вільну дію носіїв православної культури, яких не зобов'язують, як у сектах, відвідувати свої молитовні збори обов'язково на кшталт партійних. Тому носій візантійської культури дивиться на світ дещо іншими очима. Справа в тому, що жителі східно-християнського світу менш, ніж на Заході, захищені корпоративними та становими зв'язками, більш залежні від свавілля деспотів та їх прислужників, завжди були більш схильні до негативних емоцій та психологічних травм. Гостро потребували втіхи, поблажливості та милосердя. Саме тому відблиски цих духовних станів, що проглядаються в скорботних ликах Спасителя і Богоматері, в традиціях ісихазму і прихильності до прочан, в нашій схильності до безоглядної самопожертви і такого ж безоглядного бунтарства, тобто в екзальтованій самовідданості, – все це формує зовсім інший контекст психологічної допомоги та психологічного консультування: більш співчутливий, резонансний, з пошуком власних помилок та з опорою на вищий етичний Абсолют

Наслідуючи традиції православної культури, призначення психологічної допомоги можна зрозуміти як підтримку та розкриття в людині Божественного задуму, краса і міць якого може спотворюватися в мінливостях долі. Але «духовна ортопедія» і є тією практикою себе, яка забезпечує відновлення особистісного «Я» як культурного тіла, що розгортається в часі-просторі, – буття, явленого світу й одночасно втаємниченого для самої

людини. Парадокс цієї допомоги полягає в тому, що піднесення етичного статусу людини не може бути досягнуте за допомогою тієї етичності, що й робить людину хворою. Така допомога реально досяжна тільки через причетність до трансцендентних для особистості клієнта/пацієнта синергійних зусиль завдяки культуровідповідній діяльності психолога.

Вітчизняна філософська і, отже, наукова традиція онтологічна і орієнтована на розпізнання сутності. Західна традиція гносеологічна та зупиняється на видимості. Звідси наполегливе бажання виглядати, а не бути, націленість на фрагментування дійсності (театралізовану, трансльовану через ТБ або соцмережі, а зараз і на віртуальність, створювану за допомогою Generative Pre-trained Transformer, GPT, цього імітатора мовномисленнєвої діяльності)), а не на її цілісну сутність. Звідси – прагнення уникнути діагнозу, оскільки діагноз передбачає сутнісне розуміння того, що відбувається. Звідси ж – фрагментарне трактування людини та підходу до людини як клієнта (споживача): тілесно-орієнтована терапія, психоаналітично-орієнтована терапія, екзистенційно-орієнтована терапія тощо. Тоді як традиції, властиві саме вітчизняній школі в широкому сенсі і українській зокрема, передбачають цілісне ставлення до людини, при якому неможливо розчленувати тіло і психіку, оскільки людина є саме одухотворене тіло («розумне тіло») або втілена в тілесній структурі психіка (О. І. Сікорський, О. С. Кочарян, І. В. Кузнецов, К. С. Максименко, М. М. Матяш, О. С. Чабан, Л. Ф. Шестопалова, О. О. Хаустова та ін).

Отримані дані, на наш погляд, дозволяють внести деякі корективи в теорію та практику консультативної

роботи психолога, який працює з представниками візантійського православного ареалу східнослов'янської культури. Ми стверджуємо: нередуковані соціокультурні властивості особистості як носія менталітету і культури власного етносу, і є справжнім змістом та предметом вітчизняних традицій та перспектив у позамедичній психотерапії. Зосередженням консультативної і психотерапевтичної роботи, відповідно, виступає головна мета, що виходить з вітчизняної антропології – відновлення і зміцнення особистої самоповаги людини, **самостояння**. Цілком очевидно, що безпосередньо це зробити неможливо через змінення психогенією емоційного стану. Отже, першочерговим завданням є завдання відновлення душевної рівноваги. Потім – відновлення особистісної гідності. І як вінець консультативної та психотерапевтичної роботи – процеси **вдосконалення етичного ядра особистості**.

Для стислості я іменую це триєдине завдання завданням трьох «Р»: ревіталізація, ревальвація, реконструкція особистісного «Я». А психотерапевтична традиція, зобов'язана своїм виникненням вітчизняній філософській антропології, є нічим іншим як етикоцентрованою, оскільки рідній культурі властиве саме прагнення моральнісного вдосконалення. Тоді як, скажімо, іудейській – прагнення до вдосконалення інтелектуального. Принаймні саме так писав ще в XII столітті Мойсей Маймонід (Рамбам), якого шанують євреї як другого Мойсея (Ясперс, 2008). Русич не є носієм протестантської норми вседозволеності, чи іудейської норми заборони або ісламської норми покірності. Він є носієм східно-християнської норми благословенного дії, дії, санкціонованої з позиції абсолютного блага, абсолютного добра.

Саме завдяки абсолютній значущості етичного начала в нашій психології наслідки фатальних подій ХХ століття в народній свідомості були перетлумачені у трактування того, що відбулося як величезна жертва заради світлого майбутнього. Розтин ціннісно-сислового конфлікту, основу якого, як правило, становлять переживання, пов'язані або з добровільною самопожертвою, або з осмисленням жертвопринесення з боку інших щодо самого себе, що, власне, і викликає **етичний дисонанс**, якраз і становить центральний вузол у проблематиці психологічного консультування з позицій ЕЦПК.

Отже, по-перше, русич зовсім не настільки ірраціональний, як це прийнято вважати в штучно підтримуваних міфах. Факт неприйняття моральнісною свідомістю, що притаманна високій вітчизняній культурі, цінностей особистої вигоди і власної корисливості, що нав'язуються нам чужою комерціалізованою логікою, зовсім не є доказом ірраціональності. Так само, як спокутування гріхів шляхом купівлі індульгенцій або досягнення богоугодності завдяки власному матеріальному добробуту є абсолютно чужим нашій високій ментальності.

По-друге, архетиповою рисою нашої ментальності є все-таки, швидше за все, *споглядальність*, а не практицизм, оскільки категорії діяльності, влади та незалежності об'єднані в єдиний конструкт із цінністю пізнання (пор. «Дивлюсь я на небо, та й думку гадаю: чому я не сокіл, чому не літаю!»).

По-третє, для нас саме *любов*, а не, скажімо, свобода становить абсолютну та найвищу моральну цінність, оскільки свобода в нашій ментальності асоціюється з твоєю непотрібністю, до того ж, особистісно православний завжди був значно більш вільний, ніж

представники інших конфесій. А сутністю людини, божественною, тобто вищою мислимою сутністю, є обов'язок. Неможливо не відзначити у зв'язку з цим, наскільки виразно в цьому моменті спостерігається збіг у трактуванні, скажімо, М. Аптером, автором теорії реверсивності психіки, свободи як негативістського стану, а обов'язку – як стану конструктивного і, в його американізованій термінології, – конформістського. У нашій же професійній термінології – колективістського (Apter, 1982).

Саме ці, не редуковані соціокультурні властивості східного слов'янина є справжнім змістом і предметом вітчизняних традицій і перспектив у психологічному консультиванні. Осмислення власної належності до рідної культури та впливаючих із цієї культури способів дій є першочерговим завданням професійного виховання і навчання вітчизняних психологів-практиків. Досить відзначити, що найбільш нелюдське століття в історії, а саме ХХ століття, стало таким не в останню чергу через агресивне посягання певних держав і груп людей на цінності та традиції саме східного, візантійського християнства з його ідеалами милосердя та любові, служіння й безкорисливості, безоплатного вибачення та покаяння.

Сформулюю кілька постулатів, які є важливими для обрамлення концептуального бачення людини з позицій вітчизняної філософської антропології.

**Перший.** Людина є істотою, наділеною не тільки психікою з властивою їй вищою формою, свідомістю. Людина здатна виробити в собі особливу якість власної свідомості та способу буття – духовність.

**Другий.** Духовність не є психологічною категорією. Проте не психологізувавши її, тобто не знайшовши

дотичної до неї системи зрозумілих психологічних понять, ми не зможемо самовизначитися як суб'єкти власної соціокультурної традиції у просторі сучасної психологічної науки. На наш погляд, психологічним ключем до цієї категорії виступає така властивість вищої форми людської психіки як етичність.

**Третій.** Духовність є надчуттєвий вимір свідомості людини, що проявляється у її властивостях осягати, переживати і стверджувати певні способи дій як абсолютні цінності буття, яким атрибутується достоїнство вищих смислів.

**Четвертий.** Зміст абсолютних цінностей визначається історичною культурою етносу і має пресуппозиційність, тобто властивість відтворювати у своїх носіях смисли та способи дій, вироблені та закріплені у цій культурі.

## **Питання для самоконтролю**

### **1. Запитання на розуміння загального змісту розділу**

1. У чому полягає головна мета психосемантичного дослідження, описаного в тексті?

2. Які джерела було використано для реконструкції семантики вищих цінностей східно-слов'янської ментальності?

3. Які базові ціннісні категорії є спільними для релігійних і філософських текстів, що вивчалися?

4. Чим відрізняється аксіологічне й онтологічне спрямування вітчизняної традиції від гносеологічної західної?

5. Як у консультуванні врахувати архетипову установку на споглядальність та етичність, властиву східному слов'янину?

6. Яке місце займає любов у системі моральних цінностей східнослов'янського світу?

7. Як у тексті пояснюється специфіка психологічної допомоги у православному культурному ареалі?

8. Яке місце займає любов у системі моральних цінностей східнослов'янського світу?

9. В чому полягає парадоксальність психологічної допомоги у православній культурі?

## **II. Запитання на з'ясування деталей тексту**

1. Які чотири головні фактори виокремлено в масиві богословських текстів?

2. Поясніть, як соціокультурний контекст впливає на трансформацію змісту психологічної допомоги?

3. Що таке етичний дисонанс?

4. Які ключові завдання психологічної роботи формулюються в тексті як «три Р»?

5. Яким чином соціокультурні особливості православних народів впливають на їхню емоційність і психологічну вразливість?

6. Які практичні рекомендації може зробити психолог, враховуючи високу роль духовності та любові в ментальності клієнта зі східнохристиянського середовища?

7. Як у розділі пояснюється різниця у ставленні до свободи, обов'язку та любові у східній та західній культурі?

8. Поясніть, як соціокультурний контекст впливає на трансформацію змісту психологічної допомоги.

9. Охарактеризуйте те психологічний зміст поняття «духовність».

10. Які ризики виникають у разі ігнорування культурно-етичних особливостей східнослов'янського менталітету у психологічній практиці?

11. Чим можна пояснити експансіонізм західних концепцій і методів у іншому культурному середовищі і просторі іншої ментальності?

### **III. Завдання на застосування знань на практиці**

**Кейс 1.** Під час консультації клієнтка говорить, що почувається покинутою партнером і боїться залишитися «нікому не потрібною».

– Як знання про цінність любові та обов'язку у східнослов'янській культурі може вплинути на вибір психологічних інтервенцій?

**Кейс 2.** В роботі з клієнтом психолог намагається мотивувати його до досягнень і самореалізації за моделям індивідуального успіху, автономії, особистої вигоди. Клієнт реагує опором і недовірою.

– Як у цій ситуації врахувати культурні особливості східнослов'янської ментальності, щоб уникнути зайвого спротиву?

**Кейс 3.** До психолога звертається молода жінка, яка переживає сильний внутрішній конфлікт через те, що «не може бути такою доброю, як від неї очікують». Вона прагне особистісного вдосконалення, але не знає, як рухатися далі.

– Як можна прокоментувати цю ситуацію з позицій ЕЦПК?

# РОЗДІЛ 5. ЗІСТАВНИЙ АНАЛІЗ СХІДНО-СЛОВ'ЯНСЬКОГО ТА АНГЛО-АМЕРИКАНСЬКОГО ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНОГО ДИСКУРСУ

---

Розглянемо тепер реальні відмінності у консультативній діяльності американських та вітчизняних психологів-психотерапевтів в близькій парадигмі – екзистенційно-гуманістичного підходу. Матеріалом дослідження<sup>1</sup> слугували психотерапевтичні висловлювання психотерапевтів Ф. Є. Василюка, О. Ф. Бондаренка та А. Ф. Єрмошина а також відповідні наративи американських фахівців – К. Роджерса, та Дж. Бьюдженталя, представлені в текстах їх статей та книг та у протокольних відео- і звукозаписах психотерапевтичних сеансів, що відносяться як до індивідуальної, так і до групової форм роботи<sup>2</sup>.

---

<sup>1</sup> Ця частина дослідження виконана за підтримки індивідуального гранту INTAS №06-1000014-6211

<sup>2</sup> Відеозаписи: Existential-Humanistic Psychotherapy in Action: A Demonstration with J. F.T. Bugental, Ph.D: Психотерапія. Net, 2006; The Client-Centered Approach: Carl Rogers. The Milton H. Ericson Foundation, Inc., 1985; Психотерапія невротичного кохання (з О.Ф. Бондаренком). Міжуніверситетський центр консультативної психології, 1994; звукозаписи та відповідні стенограми психотерапевтичних сесій (робота з групою, ведучі – Ф.Є. Василюк, О.Ф. Бондаренко) із фондів Центру консультативної психології; стенограми терапевтичних сесій, уривки з них, а також

Опишемо основні відмінності психотерапевтичного дискурсу як на рівні фактичної структури та семантики, так і на рівні мовленнєвих інтенцій, виявлені методом контент- та інтен-аналізу.

### **5.1. Причетність як відмінність вітчизняної психотерапії**

Лексична категорія «Свій» (займенники «Я» і «Ви», «Ти») виявилася статистично значущою у висловлюваннях американських психологів (високі стовпчики на рисунку) і зовсім незначною у висловлюваннях вітчизняних, де переважав особовий займенник «Ми» (Рис. 1).

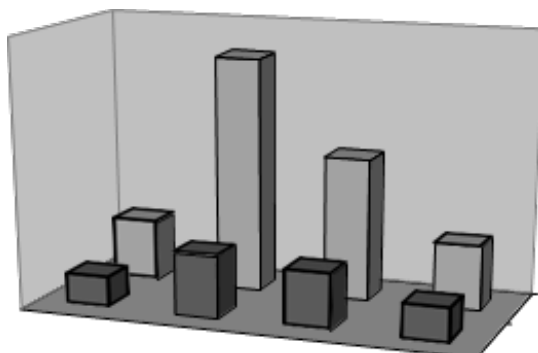
Високі стовпчики показують домінування займенників «Я» та «Ви» у зарубіжних психотерапевтів. Це виявляється насамперед у пом'якшених, що ідентифікують, вітчизняних конструкціях («нам із Вами», «у нас із Вами») й в уникненні підкресленого поділу на «я»

---

приклади діалогів терапевта з клієнтом, опубліковані у Bugental J.F.T. *The Art of the Psychotherapist*. – N. Y., London: Norton & Company, 1987; Bugental J.F.T. *Psychotherapy Isn't What You Think: Bringing the Psychotherapeutic Engagement into the Living Moment*. – Phoenix, Arizona: Zeig, Tucker & Co., Inc., 1999; Rogers C.R. *Client-Centered Therapy: Its Current Practice, Implications, and Theory*. – Boston: Houghton Mifflin Company, 1965; Психотерапія з Carl Rogers: Cases and Commentaries. – N. Y., London: Guildford Press, 1996; Бондаренко О.Ф. *Психологічна допомога: теорія та практика*. – М.: Інститут психотерапії, 2000.

Загальний масив даних становив понад 4000 реплік, зокрема складових протоколів 14 повних сесій американських психотерапевтів та 12 повних сесій вітчизняних психотерапевтів. Автор висловлює подяку Н.С.Кондратюк за допомогу у зборі та обробці даних.

і «ви». У американських психотерапевтів підкреслено простежується поділ на «я» та «ви». Наприклад<sup>1</sup>, «Мені б не хотілося, щоб ваш монолог перервався»; «I want you really feel free to make it the way you are»<sup>2</sup>; «Я пораджу нам з вами просто спокійно поговорити про все, що накопило.»; «And that brings the question that you and I need to confront...»<sup>3</sup>) і т. п.



**Рисунок 1.** Зміст лексичної категорії «Ти / Ви» у висловлюваннях американських та вітчизняних психологів.

Дані функціональні типи висловлювань, що відбивають вербальний простір відносин терапевта і клієнта, характеризують цей простір з погляду саме способів його семантичного структурування.

<sup>1</sup> Тут і далі у прикладах наводяться висловлювання українською – з реплік вітчизняних терапевтів, висловлювання англійською – з реплік американських терапевтів.

<sup>2</sup> «Я хочу, щоб ви дійсно відчували себе вільним, зробити це так, як ви вважаєте за потрібне» (тут і далі переклад авторів статті).

<sup>3</sup> «А тут порушується питання, яке нам з вами потрібно з'ясувати...».

Синтактико-морфологічний аналіз частотності висловлювань Карла Роджерса та його колег у групі зустрічі у листопаді 1986 року в Інституті загальної та педагогічної психології АПН СРСР (нині – Психологічний інститут РАО) показав таке. Найбільш поширеними граматичними конструкціями роджеріанської психотерапевта є: 1) *пропозиції з умовним способом* («I'd like», «I'd wish»<sup>1</sup>); 2) *придаткові уступні* («Although I don't know you well, I've got the impression that...»<sup>2</sup>); 3) *придаткові з протилежними співками* («Carl can work alone but I love us to work together»<sup>3</sup>); 4) *конструкції з подвійним запереченням* («Don't understand us as if we don't care about it»<sup>4</sup>); 5) *конструкції з афективною метафорою-порівнянням* («I see that you love your work so much even though the school looks like a madhouse sometimes»<sup>5</sup>).

Особливе місце займають висловлювання, що містять предикації, що відображають активацію *сенсорних, перцептивних та емотивних* процесів у тому числі з емпатичним виділенням: «I feel...», «I listen to you...», «I see...», «You feel...», «I realize...», «I've noticed...», «I've got the impression that...», «I like...»,

«It feels...», «You were confused...», «You felt embarrassed...»<sup>6</sup> і т.п. У цьому нерідко використовуються

---

<sup>1</sup> «Мені б хотілося», «Я хотів би».

<sup>2</sup> «Хоча я вас не дуже добре знаю, таке враження, що...».

<sup>3</sup> «Карл вмiє працювати один, але я обожнюю, коли ми працюємо разом».

<sup>4</sup> «Не зрозумійте нас так, що це нас не турбує».

<sup>5</sup> «Я бачу, ви так любите свою роботу, навіть якщо школа часом схожа на божевільню».

<sup>6</sup> «Я відчуваю...», «Я слухаю вас...», «Я бачу...», «Ви відчуваєте...», «Я усвідомлюю ...», «Я помітив ...», «У мене враження, що...», «Мені

метафори, порівняння, взагалі образний ряд, у якому задіяні зорові, слухові та персоніфіковані асоціації, і навіть *непрямі, тобто недирективні сугестивні* висловлювання. Вони або містять у собі ті чи інші пресуппозиції, або несуть відкрито виражені очікування, побажання та інше інструктивні спонукання, що, безумовно, надає їм цілком зрозумілий сугестивний потенціал.

Віртуозність побудови роджеріанського психотерапевтичного висловлювання полягає у використанні такого алгоритму: 1) предикація Я-суб'єктна («Я відчуваю...») + 2) предикація «Ти-суб'єктна» («Ви у сум'ятті») + 3) предикація, що стосується ситуації. При цьому перші дві обов'язково співвідносяться з афективно-сенсорно-перцептивними процесами, а третя містить у собі каузальність обставин (часу, образу дії), тобто ситуації. Подібна серія предикацій з'єднується або відповідними сполучниками (поступливими, супротивними, сполучними), неодмінно формуючи складносурядне або складнопідрядне речення, або, значно рідше, розділяється паузами, що позначають окремі пропозиції. Дискурс у цілому, тобто сукупність висловлювань, об'єднаних єдиною темою чи змістом, «засіюється» (термін М. Еріксона) сугестивними вкрапленнями на кшталт психотерапевтичних принципів, постулатів чи узагальнених очікувань, побажань, тобто навіювань, що індукують змінений стан свідомості.

Наведемо типові приклади. «I'd like to say: *everyone will acquire a lot both in cognitive and practical spheres. Something will join you*»; «I hope that *when the*

---

подобається...», «Відчувається...», «Ви були збентежені...», «Ви відчули незручність...».

*group's finished everyone will feel his potentials and resources raised. Everyone will become more confident...»; «Today I really felt the process going on»<sup>1</sup>... і т.д.*

Цілком очевидно, що подібне розсіювання навіювань, що індукують транс, нічим не відрізняється від психотехніки, прийнятої в когнітивно-поведінковому підході, наприклад, у *недирективному гіпнозі Мілтона Еріксона*.

На відміну від реплік американських терапевтів, у репліках вітчизняних фахівців, що відображають стосунки **я – ти**, відсутня афектація стосовно сесорно-перцептивних процесів з переважанням рефлексивних висловлювань в яких терапевт вербалізує власне переживання, викликане тим, що відбувається з клієнтом, (напр., «... я дуже радий, що ви вже зовсім легко говорите про свої почуття та відкрито їх висловлюєте»; «Для мене було великим відкриттям, Тимуре, що ви сьогодні поведіться зовсім не так, як у нашу першу зустріч... Я просто вражений змінами у поведінці»; «Як я вас розумію! І хотів би, щоб ви знали: я повністю поділяю ваші почуття»; «Я просто вражений вашою рішучістю, вашою готовністю піти на ризик та подолати захисні механізми ...»; «Мене дуже стурбував твій вислів» і т.д.)

Слід звернути увагу на те, що у вітчизняних психотерапевтичних висловлюваннях виражається не просто переживання, а **переживання-ставлення** до клієнта (*я радий за вас, я вражений змінами у вас, я вас*

---

<sup>1</sup> «Я хочу сказати: кожен багато чого придбає для себе як у пізнавальній, так і в практичній сферах. Вас щось пов'язуватиме»; «Я сподіваюся, що до завершення групи кожна людина відчує, що її можливості та сили зросли. Кожен стане впевненішим.»; «Сьогодні я насправді відчував, що відбувається процес».

розумію і т. д.) – живий чуттєвий відгук на те, що відбувається з ним. За словами Бубера «лікувати... може лише той, хто живе у зустрічі, і все ж таки відокремлений, оскільки перед психотерапевтом стоїть подвійне завдання – з одного боку, він аналізує клієнта – його особистісні особливості, психологічну проблему і т. д., а з іншого – він повинен «схопити приховану, латентну єдність стражденної душі», яка непідвладна раціональному аналізу і може відкритися лише в момент справжньої зустрічі Я і Ти. Висловлювання вітчизняних терапевтів, що розглядаються, очевидно, є проявом такого ставлення-взаємності психотерапевта по відношенню до клієнта, яке по суті відображає *спів-буття терапевта і клієнта, співучасть терапевта у переживаннях та життєвому світі клієнта загалом*. Оскільки подібні висловлювання було виявлено лише у вітчизняному матеріалі, можна припустити, що причетність терапевта через вербалізацію його переживання-ставлення до клієнта є характерною рисою вітчизняного психотерапевтичного нарративу як втілення душевної теплоти, властивої східнослов'янській культурі.

Замість резюме до сказаного вище наведемо висловлювання вітчизняного психолога, адресоване учасниці групи, у якому відображено позицію фахівця, яка зумовлює спів-буттєвий характер його діяльності: «Я хочу сказати, Майя: я дуже вдячний тобі, що я зміг побути з твоєю такою чистою, зворушливою душею, я просто дуже тобі вдячний... Тому що я теж потребую спілкування та й лікування...».

## **5.2. Екзистенційний зміст американського та східно-слов'янського психотерапевтичного дискурсу: свобода та сенс життя**

Ключові поняття, що відображають екзистенційний зміст висловлювань вітчизняних терапевтів, – *життя, сенс, цінність, справжність*. Основні екзистенційні поняття, з якими працюють американські терапевти, – *свобода, контроль (самоконтроль), відповідальність*. Якщо основна мета американського психолога – звільнити клієнта від зайвого самоконтролю і навчити його бути вільним і відповідальним, то у вітчизняній терапії основне завдання терапевта – допомогти клієнту відшукати справжню ціннісно-смислову основу його буття, головну інтегруючу основу його особистісного «Я»: (*«У тебе немає особистісної цінності, тому ти – як тріска: куди тебе жбурне, туди ти й летиш»*); *«Ви так рішуче стверджуєте, що не любите дітей, ніби хочете цим щось довести чи відстояти. Для вас те, що ви кажете, що не любите дітей – цінність?»*).

Концепт життя вітчизняної терапії виступає певним контекстом, у якому ведеться терапевтична робота – терапевт працює із клієнтом не у межах окремої особистісної проблеми, а у просторі його цілісного життєвого світу. Яскравим прикладом є відповідь терапевта на запитання клієнта: *«То чим же ви можете допомогти?»*, яка звучить так: *«Чим я можу допомогти? Я можу допомогти жити»*. Очевидно, даний характерний момент практичної діяльності вітчизняних фахівців впливає з вітчизняної загальнопсихологічної традиції розгляду людини в безпосередній пов'язаності

зі світом, в якому вона живе: людина розглядається як така, що знаходиться і діє всередині і разом з цим світом як його іманентна складова (Рубінштейн С. Л., Бахтін М. М., Василюк Ф. Є.). В англосаксонській філософсько-методологічній традиції стосунки зі світом бачаться переважно як суб'єкт-об'єктні, при цьому зовнішній по відношенню до суб'єкта світ сприймається ним як джерело несвободи та контролю (за допомогою інтеріоризації, що перетворюється на самоконтроль), від яких психотерапевт і допомагає звільнитися клієнту. Звідси й основний зміст терапевтичної роботи в американській практиці – вказати клієнту на вияви контролю в його діях та сприяти його послабленню («*You realize I really can't control this as much as I'm accustomed to control it, as much as I'd like to be able to control it...*»; «*I hear as you talk both in the words and in your whole way that you've really made a lot of effort to keep it under control*»<sup>1</sup>). Завдання американського терапевта у тому, щоб навчити клієнта бути вільним, тобто навчити його приймати відповідальність за власні дії, починаючи з самої терапевтичної взаємодії, тому у зверненні до клієнта свобода та відповідальність постулюються як ключові принципи психотерапевтичного процесу («*Dave, it sounds as though it's my therapy, not yours, or my life, not yours... We've reached a place in our work now in which that work will probably go best if you will take on more responsibility for telling me about the thoughts...*»; «*But*

---

<sup>1</sup> «Ви усвідомлюєте: «Я дійсно не можу це контролювати настільки, наскільки я звикла це контролювати, настільки, наскільки мені хотілося б бути в змозі це контролювати ...»; «Коли ви кажете, я чую у ваших словах і бачу у вашій манері поведінки, що ви справді доклали багато зусиль, щоб тримати це під контролем».

*it's how you feel about it – if you don't want to come twice a week – or if you want to come twice a week? – once a week? – It's up to you... I believe you are able to make your own decision»<sup>1</sup>).*

Проблема відповідальності – одна з основних проблем особистості в американському суспільстві, тому вона займає центральне місце в американській психологічній допомозі, де прийняття відповідальності клієнтом у терапевтичному процесі бачиться як запорука терапевтичного успіху. Поняття відповідальності не є центральним у вітчизняній терапії, можливо, не стільки через відсутність проблематики прийняття відповідальності в нашому суспільстві, скільки через те, що у вітчизняній методологічній традиції відповідальність виступає, насамперед, як відповідальність етична – як довіра до моральності власних почуттів, до свого почуття справедливості (Рубінштейн С. Л., Бахтін М. М.). Оскільки моральнісна оцінка дії є однією з функцій смислових утворень (Братусь Б. С.), то категорія відповідальності є, по суті, похідною від ціннісно-смислової, по суті, *етичної* організації особистості, яка з позицій етико-центрованого консультування і є основним об'єктом впливу практикуючого психолога.

---

<sup>1</sup> *«Дейв, це звучить так, ніби це моя терапія, а не ваша, чи моє життя, а не ваше ... Ми досягли тепер того місця в нашій роботі, де ця робота, очевидно, буде здійснюватися якнайкраще, якщо ви братимете більше відповідальності за те, що ви розповідаєте мені про свої думки ...»; «Але це залежить від того, як ви ставитеся до цього – чи не хочете ви приходити двічі на тиждень – чи хочете ви приходити двічі на тиждень? – один раз на тиждень? – Це залежить від вас... Я впевнений, що ви здатні ухвалити ваше власне рішення*

Таким чином, екзистенційне поле терапевтичної взаємодії у східно-слов'янській та американській психотерапевтичній практиці наповнене різним смисловим змістом: якщо в американській практиці терапевтичними цінностями та цілями процесу є *свобода* та прийняття *відповідальності* клієнтом, то у вітчизняному підході – предмет роботи фахівця – це ціннісно-смислові утворення клієнта, які актуалізуються у його вимірах життєвого світу, де центральним смислоутворюючим елементом терапевтичного процесу виступає «сенси життя». Східний слов'янин не настільки занурений у технократичний спосіб життя та у тотальність банківсько-економічного тоталітаризму як представники Західного протестантсько-католицького світу. Наших дітей все ще вчать чистописанню, розвиваючи тонку психомоторику, цей могутній засіб інтелектуального розвитку та профілактики РДУГ, на відміну від американських школярів, які вже тільки друкують свої тексти на комп'ютерах. Ми ще значно спонтанніші, тобто вільніші, у своїх почуттях, думках та вчинках, ніж радикально запрограмовані рекламою, абсолютною незахищеністю перед роботодавцем та жорсткими обмеженнями на медичну страховку рівнем доходів і штучним зниженням кваліфікованих лікарів і лікарів взагалі жителі тих же США. Неавтентична поведінка, відповідальність за яку екзистенціальні психологи покладають на своїх клієнтів, є похідною від абсолютно непереборних соціальних умов, над якими не владний пересічний громадянин. Американець не тому на роботі такий привітний, усміхнений і погоджується з умовами, згідно з якими « у нас офіційно 8-ми годинний робочий день, але ми очікуємо, що ви будете працювати скільки треба»,

що не може взяти на себе відповідальність за свою «неавтентичну» поведінку, а тому що знає: його можуть звільнити будь-якого дня у будь-який момент з таким поясненням, що жоден суд не допоможе, наприклад: «Джон, ти класний. На жаль, ми не можемо тобі платити стільки, скільки ти вартуєш. Мені буде не вистачити тебе». Адже у США немає профспілок, а район твого проживання, школа, в якій вчать твої діти, і все, що у тебе в кредиті висить над тобою дамокловим мечем. Саме цією граничною несвободою пояснюється намагання екзистенційно-гуманістичної парадигми повернути своєму клієнту хоча б у штучній, умовній ситуації психотерапевтичної відкритості почуття самоповаги, відкрити власні подавлені відчуття в їх екстатичному вираженні дозволеної «тут і зараз» свободи. Насправді ж зворотний бік зазначеної проблеми розкривається у тому, що тільки в тих же США, як відомо, ринок антидепресантів оцінювався в 22,13 млрд. доларів США в 2025 році і повинен досягти 30,89 млрд. доларів США до 2030 року. Що стосується дозволених наркотичних речовин, то ринок каннабісу сягнув 44,60 млрд. доларів США в 2025 році і зростатиме із середньорічним темпом зростання 18% до 102,10 млрд. до 2030 року. Мимоволі згадується повість «Вій» М.В.Гоголя, у якій 24-річний геній з неймовірною далекоглядністю показав, що втрата людством духовних ідеалів неодмінно призводить до сатанинських марень та погібелі. Горілка, вкрадений карась та магічні заклинання не рятують, коли переступання як таке, трансгресія, становить, за глибоким зауваженням С.С. Хоружого, фундаментальну антропологічну установку.

### 5.3. Метафоричність східно-слов'янського психотерапевтичного дискурсу

Особливу увагу привертає висока метафоричність мови вітчизняних терапевтів. Насамперед, ця метафоричність проявляється у високій частоті вживання вітчизняними терапевтами метафор «душа» і «серце» для позначення внутрішнього світу людини, що страждає. У вітчизняному психотерапевтичному дискурсі метафори «душа» та «серце» зустрічаються в основному в таких контекстах вживання: для позначення власне внутрішнього світу клієнта, його особистісного досвіду (скоріше чуттєвого, ніж раціонального) – у цьому випадку приблизними семантичними еквівалентами у висловлюваннях американських терапевтів можуть бути такі словосполучення як «inner experience», «inside of yourself»<sup>1</sup> та ін., а також для позначення справжності самовідчуття та розуміння, згоди із самим собою (приблизні семантичні еквіваленти у висловлюваннях американських терапевтів – «real self», «whole self»<sup>2</sup> та ін.).

Світ переживань клієнта описується у вітчизняному терапевтичному дискурсі за допомогою різноманітних поетичних метафор, що походять із комбінаторики вживання слів «душа» та «серце»: «...прислухайтесь до нього і підкаже серце...»; «...не знанням, головним, а мудрістю серця...»; «...щоб зняти наліт скам'янілих напластунів із вашої душі...»; «Це стосується і душі... викинути із себе чужорідне... це важко, але важливо...» тощо. Оскільки образи-міфологеми «душа» і «серце»

<sup>1</sup> «внутрішній досвід», «всередині себе».

<sup>2</sup> «справжнє «Я»; «цілісне «Я»

мають неповну, лише часткову сумісність («якщо душа у загальнонародній мові – і відчуває, і мислить, то любить, замріюється, тобто переважно відчуває, то серце любить, бажає, марить, воно більш сокровенне і емоційне» (див.Бондаренко, 2012 с. 332), то у висловлюваннях вітчизняних терапевтів вживання метафори «серце» часто зустрічається для позначення саме чуттєвого досвіду, на протигагу раціональному початку: *«Так, я знаю Інну. Я знаю про неї, знаю її, як би точніше це сказати, все-таки головою. А ви знаєте її серцем. Ви ж носили її під своїм серцем. Мені легше думати про Інну, а для вас природніше відчути її серцем. Прислухайтесь до нього і серце підкаже вам, як краще ви зможете допомогти вашій дитині...»*.

Душа, як відомо, не є предметом вивчення сучасної психологічної науки, хоча цей термін все відчутніше посідає своє місце у сучасних методологічних дискусіях, де робляться спроби повернути його у категоріальний апарат психологічної практики. Адже внутрішнє життя іншого<sup>1</sup>, а також власне духовне «Я» як предмет внутрішньої рефлексії, – предмет відносно автономний і ніби той, що спостерігається збоку (там же, с. 332). Запровадження категорії душі в терапевтичний дискурс вже на архетиповому символічному рівні є засобом спонування клієнта до рефлексії, спрямовуючи клієнта подивитися на особистий досвід ніби ззовні.

Сьогодні точаться дискусії про можливість моральної психології, про проблему саме душі у психології

---

<sup>1</sup> «Внутрішнє життя іншого я переживаю як душу, у собі живу в душі. Душа – це образ сукупності всього дійсно пережитого, всього готівкового в душі в часі, дух же – сукупність всіх значеннєвих значимостей, спрямованостей життя, актів зникнення з себе» (Бахтін).

(у тому числі в контексті дискусії про християнську психотерапію). Ми хочемо лише звернути увагу на те, що результати дослідження вітчизняного психотерапевтичного дискурсу свідчать про те, що метафори душі та серця є робочими категоріями у вітчизняній консультативній та психотерапевтичній практиці. Крім зазначеного, до речі, досить добре відомого і досліджуваного нині факту, хотілося б звернути увагу колег на відмінність у змісті англо-американського та вітчизняного дискурсу вже не в співвідносних межах екзистенційно-гуманістичної парадигми, а в контексті культуровідповідної оптики. З цією метою нижче наводяться результати контент-аналізу висловлювань вітчизняних та американських психотерапевтів у їх практичній роботі.

#### **5.4. Зіставний аналіз східно-слов'янської та англо-американської психотерапевтичних традицій на основі інтент-аналізу<sup>1</sup>**

З метою поглиблення розуміння психотехнічних принципів роботи у руслі саме вітчизняної та англо-американської психотерапевтичних традицій ми скористалися також методом інтент-аналізу. В якості матеріалу дослідження виступають стенограми психотерапевтичних сесій вітчизняних психотерапевтів О. Ф. Бондаренка (етико-центроване консультування), А. Ф. Єрмошина (психокаталіз) та американського психотерапевта Джеймса Бьюдженталя (James F.T. Bugental),

---

<sup>1</sup> Висловлюю подяку аспірантці Корольок Т.І. за надані матеріали.

що представляє екзистенційно-гуманістичний підхід у психотерапії. Реконструкція психотехнічних принципів здійснювалася за допомогою методики інтен-аналізу психотерапевтичного дискурсу О. І. Кирилової відповідно до таких етапів:

Виділення інтенційного змісту промови психологів О. Ф. Бондаренка, О. Ф. Єрмошина, Дж. Бьюдженталю (James F.T. Bugental) з урахуванням стенограм їх психотерапевтичних сесій.

1. Експертна оцінка інтенцій.
2. Побудова класифікації виділених інтенцій.
3. Виділення об'єктів спрямованості інтенцій.

4. Реконструкція ключових психотехнічних принципів роботи з етичними переживаннями в руслі вітчизняних методів (етичний персоналізм, психокаталіз) та зарубіжних (екзистенційно-гуманістичний підхід).

Результати дослідження. На першому етапі дослідження шляхом застосування методики інтен-аналізу психотерапевтичного дискурсу Є. І. Кирилової до стенограм психотерапевтичних сесій О.Ф. Бондаренка, О. Ф. Єрмошина, Дж. Бьюдженталю (всього 1600 висловлювань), у кожному з підходів були виділені мовні інтенції психотерапевтичної мови, які ми представили у вигляді словника мовних інтенцій. Цей словник, на наш погляд, красномовно відображає не феноменологічні, а ноуменальні, сутнісні сенси психотерапевтичного дискурсу.

**Словник мовних інтенцій в етикоцентрованому консультуванні О. Ф. Бондаренка:** 1) аналіз етичної системи; 2) рефлексія благословення; 3) піднесення; 4) вихід за межі наявної ситуації пацієнта; 5) виявлення хибних дій; 6) довіра; 7) ідентифікація референтної фігури; 8) конкретизація скарги; 9) метафоризація;

10) етична оцінка дії; 11) узагальнення; 12) обговорення наступної терапії; 13) орієнтування у стражданні; 14) персоналізація; 15) емоційна підтримка; 16) розуміння; 17) надання інформації; 18) подолання психологічного захисту; 19) прийняття; 20) опрацювання життєвих стратегій; 21) прояснення; 22) зняття напруги; 23) сокровенність особистого; 24) співпереживання; 25) причетність; 26) встановлення контакту; 27) уточнення; 28) етико-філософське осмислення; 29) етична оцінка ситуації.

Словник мовних інтенцій у психокаталізі О. Ф. Ермошина: 1) перевірка результатів; 2) вироблення нового стилю поведінки у проблемній ситуації; 3) виявлення енергетичної конституції; 4) детравматизація; 5) динамізація комплексу; 6) індукування заспокоєння; 7) запуск саморегуляції організму; 8) каталізуючий вплив; 9) концентрація уваги на відчутті; 10) моделювання нової поведінки; 11) знаходження нереалізованих переживань щодо їх «маси»; 12) оптимізація розподілу уваги щодо сфер життя; 13) усвідомлення того, що відчувається в образах; 14) оцінка впливу найденної структури; 15) подолання олекситимічності; 16) розформування хронічних емоційних напруг; 17) супровід знань у тілесність; 18) упорядкування; 19) посилення резистентності по відношенню до факторів ризику; 20) утилізація негативного досвіду життя; 21) уточнення; 22) формування нових психо-енергетичних контурів.

**Словник мовних інтенцій в екзистенційно-гуманістичному підході (James F.T. Bugental):** 1) актуалізація присутності; 2) відновлення внутрішнього почуття життя; 3) інструктування; 4) інтерпретація; 5) конфронтація; 6) мобілізація зобов'язань клієнта; 7) полегшення

доступу до внутрішніх переживань; 8) навчання; 9) схвалення; 10) визначення рівня внутрішнього усвідомлення; 11) звільнення; 12) передача відповідальності; 13) підтримка контакту; 14) підбиття підсумків; 15) підтвердження усвідомлення; 16) заохочення; 17) допомога в саморозкритті; 18) розуміння; 19) надання інформації; 20) проникнення у суб'єктивне; 21) прояснення прихованого сенсу; 22) переконання; 23) керівництво; 24) сприяння внутрішньому пошуку; 25) зниження спротиву; 26) структурування; 27) вимога; 28) встановлення терапевтичних відносин; 29) утримання безперервності; 30) фокусування на почуттях та переживаннях; 31) емпатія.

**Класифікація інтенцій.** З метою структурування інтенціональних характеристик мовлення, ґрунтуючись на базових положеннях досліджуваних нами психотерапевтичних підходів, виділені інтенції умовно розділили на категорії.

У **психокаталізі** класифікація інтенцій складається із трьох категорій:

1) уточнюючі, виражені лише на рівні основних двох питань «Що?» та «Де?»;

2) оціночні, що допомагають пацієнту суб'єктивно оцінити вихідну освіту;

3) терапевтичні, що полегшують пацієнту вирішити долю соматоструктури: зберегти чи заспокоїтися та очистити організм від залишків переживання, що деструктивно впливає на його стан.

В **етикоцентрованому консультуванні** класифікація складається з шести категорій:

1) інструментальні інтенції, згідно з методологією психотехнічної теорії, що відображають операційно-технічні моменти роботи з етичними переживаннями;

2) уточнюючі, що включають інтенції «орієнтування у стражданні» та «аналіз етичної системи», що відображають важливі моменти роботи психотерапевта. По-перше, це адекватне орієнтування в реальності, з якою він стикається, стикаючись з людським стражданням, і породжує важливі професійні питання, одне з яких звучить так: чи належить заявлена проблематика до переживань, пов'язаних із травмою стосунків? В інших випадках (мозкова, соматична проблематика, проблеми патології характеру чи порушення у різних складових нервової системи) не належать до предмета діяльності чистої психологічної допомоги. По-друге, це з'ясування основного рушійного етичного механізму поведінки пацієнта, і виходячи з цього – подальша побудова роботи з подолання страждання.

3) ціннісно-сміслові, що відображають роботу з ціннісно-сміисловою структурою особистості;

4) пояснювальні, що відображають вміння психотерапевта орієнтуватися в етичних аспектах буття, знання соціокультурної та релігійної системи, що стоїть за нею, з якою ідентифікує себе пацієнт;

5) подієві, що відображають вербалізацію переживання-відносини психотерапевта до пацієнта;

6) долаючі, що вказують на особливе завдання психотерапевта, пов'язане з актуалізацією ресурсів пацієнта, знаходженням початкової помилки в його колишній поведінці та прилучення до іншого (більш конструктивного) способу проживання життя.

Що стосується *американського фахівця*, то інтенції, виявлені в психотерапевтичному дискурсі Дж. Бьюдженталя, були умовно розділені на такі категорії:

1) уточнюючі, основна мета яких – визначити ступінь рівня зв'язку клієнта з його суб'єктивним (виявлення рівня присутності, внутрішнього усвідомлення, внутрішньої орієнтації);

2) діалогічні, створені задля встановлення терапевтичних відносин, підтримки безперервності контакту;

3) терапевтичні, спрямовані насамперед на відновлення клієнтом зв'язку з суб'єктивним.

**Об'єкти інтенцій.** Якщо врахувати, що «Я» є підставою та передумовою будь-якої проблеми (Е. Гуссерль), то виділення об'єктів спрямованості інтенцій згідно з рівнями функціонування «Я» найбільш повно відповідає задачі даного етапу дослідження. Методологічною основою для реалізації завдань цього етапу дослідження послужила схема рівнів функціонування «Я», представлена О. Ф. Бондаренком (Бондаренко, 2012).

Об'єктами інтенцій психотерапевта, який працює у руслі **етико-центрованого консультування**, виступають:

1) **фізичне «Я»** пацієнта, що передбачає роботу з такими одиницями: психофізіологічний стан, переживання – стан, відчуття. Наприклад: *Скажіть, будь ласка, а як ваш організм на неї реагує? Саме організм;* 2) **соціальне «Я»**, що включає ідеологію пацієнта (його «картину світу»), що складається з ідеологем («Я-образів»), соціальних установок та ін. Наприклад: *«Ви вчитесь чи працюєте?»*, *«Працюєте. Що ж Ви робите?»* та ін; 3) **персоналізоване «Я»**, представлене системою особистісних, і навіть етичних смислів як вищих рівнів суб'єктності особистості пацієнта. Наприклад: *Для кого ти живеш? Для кого на першому місці? На другому? Чи можна сказати, що ти живеш для своїх майбутніх дітей?*

Кількісний аналіз об'єктів інтенцій показав, що звернення до фізичного «Я» становить 30%, до соціального «Я» – 8%, до персоналізованого «Я» – 62% від загального обсягу всіх психотерапевтичних інтенцій.

Об'єктами інтенцій психотерапевта, який працює у руслі **психокаталізу**, виступає фізичне «Я» пацієнта, саме: соматизовані еквіваленти психічних переживань людини (зокрема й етичних), що виникають при збоях саморегуляції організму, які автор методу О. Ф. Єрмошин метафорично називає «речі у тілі». Зокрема, у сфері міжособистісних відносин етичні переживання можуть відчуватися як такі образи: «грудка образи в грудях», «куля роздратування у скронях», «туман занепокоєння в лобі», «кинджал зради в спині» та ін. При цьому об'єктами інтенцій на рівні фізичного «Я» виступають: 1) внутрішньотілесні відчуття; 1) відчуття цілісного тіла; 3) «пейзажні» відчуття.

Як об'єкт інтенційності психотерапевта в **екзистенційно-гуманістичному підході** виступає суб'єктивне як основне «місце застосування» зусиль психотерапевта. Світ суб'єктивного у трактуванні Дж. Бьюдженталя представлений найважливішими джерелами, ресурсами та орієнтирами всіх сутнісних змін життя клієнта (надії, смисли, цінності, тривоги, біль, розчарування та ін.).

**Психотехнічні принципи.** Іntenційний склад психотерапевтичних висловлювань А. Ф. Єрмошина дозволив реконструювати такі психотехнічні принципи роботи з етичними переживаннями, що виникають у ситуаціях міжособистісної взаємодії: 1. Принцип психокаталізу тілесних відчуттів, в основі якого – уявлення про свідомість – тіло, що реалізується як сукупність «психічних предметів» – «хороших» (радість, любов) або «поганих»

(кривда, розчарування). 2. Принцип «динаміки вираження» (на відміну від динаміки придушення, що використовується, наприклад, в терапії «кодуванням»), в основі якої – рух до реалізації емоційного заряду, що одного разу виділився. 3. Принцип «формування культури відпрацювання наслідків етичних переживань», заснований на вітчизняних традиціях ставлення до тілесних відчуттів, зокрема, врахування здатності до співчуття та самопожертви російської людини, внаслідок цього необхідність формування культури «збереження себе». 4. Принцип взаємодії, основу якого – пошук вирішення проблеми при об'єднанні зусиль.

Реконструйовані принципи вказують на випадки застосування цього методу в роботі з етичними переживаннями образи, провини, розчарування, зради та ін. – порушення рівноваги відчуттів у тілі внаслідок травматичного досвіду міжособистісних взаємин.

Іntenційна специфіка мови О .Ф. Бондаренка, що працює в руслі етико-центрованого консультування, показує, що основними психотехнічними принципами роботи в контексті цього підходу стають: 1. Розмежування сфер застосування психотерапії та її кордонів із соматичною медициною та психіатрією. 2. Принцип *події*, виражений у причетності психотерапевта до переживання та життєвого світу пацієнта загалом. 3. Принцип *особистісного начала*, втілений в апеляції до унікальності, цінності людини, її самостійності та вільних зусиль в осягненні та конструюванні світу. 4. Принцип *врахування соціокультурного контексту психологічної допомоги*, що, своєю чергою, передбачає знання ключових детермінант поведінки, зумовлених певними соціокультурними системами. 5. Принцип *етичної основи*

як засіб утвердження істинно людського у поведінці та діяльності.

Коло інтенцій у висловлюваннях Дж. Бьюдженталя вказує: провідним психотехнічним принципом у роботі з переживаннями стає принцип суб'єктності, що втілює такі основні методологічні основи екзистенційно-гуманістичного підходу: визнання автономії людини, її відповідальності, свободи, права жити більш справжнім життям, заснованого на вмінні встановлювати контакт зі своїм внутрішнім почуттям.

В отриманих даних інтен-аналізу вітчизняного та зарубіжного психотерапевтичного дискурсу насамперед привертає до себе увагу те, що об'єктом інтенцій вітчизняних психотерапевтів виступає і фізичне «Я» пацієнта. При цьому в сенсорно-когнітивній психотерапії фізичне «Я» – основний об'єкт впливів психотерапевта, в етичному персоналізмі – зі звернення до цього компонента починається психотерапевтичний процес. Це ще раз підтверджує тезу про те, що наші пацієнти звертаються до психотерапевта не з забаганки, а за «життєвими показаннями» в ситуації гострого страждання. У випадках, коли людина «згоряє» від накопичених роками невідпрацьованих емоційних переживань, які перетворюються на важкі «камені» образ, розчарувань, що згубно впливають на тілесному рівні, пацієнт потребує сенсорно-когнітивної психотерапії. В інших випадках, коли внаслідок травматичних стосунків у людини «болить душа», а «час не лікує» і звичайне співчуття вже не допомагає, стражденний потребує психотерапії, що працює з міжособистісною проблематикою, представленою власне методом етико-центрованого консультивання.

Іntenційна специфіка мовлення Дж. Бьюдженталя, що працює в руслі екзистенційно-гуманістичного підходу, демонструє зовсім іншу вихідну ситуацію психологічної допомоги: американські клієнти бажають повніше керувати своїм життям, позбутися зайвого самоконтролю, налагодити зв'язок з втраченим внутрішнім почуттям, навчитися жити більш усвідомлено, тобто «стати живим», звідси й друга назва методу «життєзмінна психотерапія», що передбачає укладання договору між психотерапевтом і клієнтом (звідси впливає інтенція мобілізації зобов'язань клієнта).

**Соціокультурні відмінності.** Одна з основних інтенцій у психотерапевтичному дискурсі Дж. Бьюдженталя – звільнення (від зайвого самоконтролю, обов'язку, впливу інших). Вітчизняний психотерапевтичний дискурс О. Ф. Бондаренка свідчить про інший погляд на надання психологічної допомоги – ресурси людини східно-слов'янської ментальності кореняться в надособистих цінностях, втілених в образах значущих Інших. «Для кого ти живеш?», – запитує вітчизняний психотерапевт і цим простим (на перший погляд) питанням схоплює основну сутність ментальності, втіленої у вітчизняній релігії, філософії, літературі, психології, що визначає людину, за влучним висловом М. М. Бахтіна, як «рівняння Я на іншого», що, на наш погляд, відображає одну з перших Христових заповідей, що закликає полюбити ближнього як самого себе. Причому, явно чи неявно, усвідомлено чи неусвідомлено, але пацієнт демонструє поведінку, в якій вбачається соціокультурна система, з якою він себе ідентифікує, і яка, своєю чергою, ґрунтується на традиціях православної релігійної системи.

Враховання соціокультурної ситуації надання психологічної допомоги стражденним у ситуаціях віктимізуючих міжособистісних стосунків, вказує на важливий момент роботи вітчизняного психотерапевта – сутнісне розуміння специфіки проблематики, з якою він має справу. Іntenції аналізу етичної системи, моральної оцінки дії, етико-філософського осмислення, етичної оцінки ситуації, виявлені у психотерапевтичному дискурсі О. Ф. Бондаренка вказують на зміст проблематики психологічної допомоги, з акцентом на моральність у своїй основі. Наприклад, якщо американський психотерапевт мету своєї роботи вбачає у звільненні клієнта від «тиранічного винен», то у вітчизняному психотерапевтичному дискурсі поняття обов'язку розуміється в контексті вітчизняної культури – як вища, мислима, божественна сутність людини.

У контексті сказаного вище, на наш погляд, необхідно звернути увагу на ще один аспект, виявлений нами при дослідженні вітчизняного філософсько-теологічного дискурсу першої третини ХІХ століття, яскраво представленого у матеріалах Київської духовної академії та Київського імператорського університету Св. Володимира. Це, зокрема, основні аксіологічні поняття «добро» і «зло» вітчизняних теологів та філософів (О. Новицький, П. С. Авсенєв, І. А. Борисов, М. І. Владиславлев, В. А. Снегірьов, Антоній Храповицький, І. А. Чистович, П. Д. Юркевич та ін.), які однозначно визначаються як критерії душевного здоров'я чи нездоров'я особистості. Якщо *добро*, що відповідає самій природі людини, має самотутнє достоїнство, зцілює душу, повертає їй цілісність і цінне саме по собі, то *зло* – це ненормальний зміст, беззаконня, гріх, брехня,

заперечення святості; аморальність, джерело страждань і всього неприємного, шкідливого, що йде проти багатозначного та цінного буття, синтез грішного, хибного та потворного; зло вносить дисгармонію і страждання в навколишнє середовище як предмет ненависті і ворожнечі, що руйнівню діє на душу і втілює темну і безрадісну для серця сторону світу. Тому, при вирішенні душевних труднощів, пов'язаних з етичними переживаннями, вітчизняні теологи та філософи однозначно закликають до вибору добра як психологічної норми людського життя. Подібну точку зору ми знаходимо в роботах представників французької школи психопатології (Т. Ribot, В. Morel), а також одного із засновників наукової психіатрії – англійського лікаря Джеймса Прічарда (James Prichard), який ще в 1834 році визначив психічне захворювання як «moral insanity» Т. Ribot, зокрема, зазначав: патологія моральнісного почуття супроводжується повною відсутністю чи глибоким збоченням альтруїстичних почуттів, нечутливістю до уявлення добра чи зла, абсолютним егоїзмом, відсутністю співчуття чи докорів після скоєння злочину. Видатний київський психіатр та психолог другої половини ХІХ – початку ХХ століття І.О. Сікорський прямо вказував: етичні переживання є критерієм здоров'я душі (Сікорський, 1909). Великий фізіолог і мислитель О. О. Ухтомський не просто висунув і обґрунтував ідею та явище доміанти, а й виділяв «домінанту на особу іншого» саме як «совісне сприйняття істини і життя» і розглядав її як фундамент культури, як ціннісний принцип, укорінений у багатовіковому людському досвіді та успадкований від покоління до покоління (Ухтомський, 2002). Підтвердження сказаного вище ми знаходимо

в дослідженнях Б. С. Братуся, який наголошує на необхідності співвіднесення поняття норми та моральнісного простору буття людини. Підсумуємо вищевикладене.

Отже, по-перше, об'єкти інтенцій психотерапевтичних висловлювань східно-слов'янського та американського психотерапевта відрізняються. У модальності «етикоцентроване консультування» це: **фізичне «Я» пацієнта**, що передбачає роботу з такими одиницями: *психофізіологічний стан-переживання – стан-відчуття*; **соціальне «Я»**: включає *ідеологію пацієнта (його «картину світу»)*, що складається з *ідеологем («Я-образів»)*, *соціальних установок* та *ін*; **екзистенційне «Я»**, представлено системою *особистісних моральнісних смислів* як вищих рівнів суб'єктності стражденного. Об'єктами інтенцій психотерапевта, який працює у руслі **психокаталізу**, виступає *фізичне «Я» пацієнта*, а саме: *соматизовані еквіваленти психічних переживань людини (зокрема й етичних)*. При цьому об'єктами інтенцій на рівні фізичного «Я» виступають: а) *внутрішньотілесні відчуття (90%)*; б) *відчуття цілісного тіла*; в) *«пейзажні» відчуття*. Як об'єкт інтенційності психотерапевта в **екзистенційно-гуманістичному підході** виступає *суб'єктивне Я клієнта (надії, цінності, тривоги, біль, розчарування тощо)*.

По-друге, побажання страждених, які, так чи інакше, також детермінують соціокультурний зміст психотерапевтичної роботи відрізняються такими моментами: вітчизняні пацієнти переважно звертаються по допомогу внаслідок міжособистісних стосунків, що віктимізують, в той час як американський психотерапевт часто має справу з проблемою особистісної несвободи клієнта або бажанням більш повного, повноцінного життя, яке,

своєю чергою, трактується на кшталт індивідуалізованої протестантської етики. Звідси й інша інтенціональність вітчизняних та американських психотерапевтів. Якщо в перших акцент робиться на проблемі добра і зла, зосереджуючись на етичних переживаннях, що передбачають у тому числі моральнісну оцінку того, що відбувається і моральнісне зусилля для подолання страждання, то в американського фахівця впливовий радикал припадає на гедоністичний посыл досягнення особистої свободи. У вітчизняній культурі свобода, кажучи словами О.О. Ухтомського, дається тільки там, де є дари Святого Духа (Ухтомський, 2002).

По-третє, проведений інтент-аналіз вітчизняного та зарубіжного психотерапевтичного дискурсу, демонструє необхідність звернення до вітчизняних традицій психологічної допомоги, як в аспекті безпосередньої психотерапевтичної роботи, так і у постановці питань, пов'язаних з проблемою діагнозу та уточненням психотехнічного предмету в роботі практикуючого психолога-психотерапевта з урахуванням антропологічної вивіреності такого явища як людина у рідній культурі.

### **5.5. Етичність – як спосіб представлення себе світу та психологічна норма життя**

Отже, етичність є тією ціннісною, екзистенційною і, вище, антропологічною сутністю людини, яку влучно узагальнив С.С.Хоружий: «непреступання непроступанного». Етичність – це здатність сповідувати й здійснювати вищий моральнісний закон: відмова від жертвопринесення іншої людини на угоду своїй користі.

Зрозуміло, що етичність існує на осі «Добро- Зло», так само, як у неї (етичності) є й вертикальний вимір, який сягає найвищої цінності, Абсолюта в цілепокладанні і здійсненні людської діяльності. Основні аксіологічні поняття «Добро» і «Зло» вітчизняні теологи та філософи (П. С. Авсенев, І. А. Борисов, М. І. Владиславлев, В. І. Несмілов, О. М. Новицький, І. М. Скворцов, В. А. Снегірьов, Антоній Храповицький, І. А. Чистович, П. Д. Юркевич та ін) однозначно визначають як критерії душевного здоров'я чи нездоров'я особистості. Якщо *добро*, що відповідає самій природі людини, має самобутнє достоїнство, зцілює душу, повертає їй цілісність і цінне саме по собі, то *зло* – це ненормальний зміст, беззаконня, гріх, брехня, заперечення святості; аморальність, джерело страждань і всього неприємного, шкідливого, що йде проти багатозначного та цінного буття, синтез грішного, хибного та потворного; зло вносить дисгармонію і страждання в навколишнє середовище як предмет ненависті і ворожнечі, що руйнівно діє на душу і втілює темну і безрадісну для серця сторону світу.

Пряма причина звернення наших пацієнтів саме до психолога, якщо вони не плутають його з лікарем – потреба у психологічній допомозі внаслідок віктимізуючих міжособистісних стосунків, тоді як американський психотерапевт часто має справу з проблемою особистісної несвободи клієнта чи бажанням повнішого, повноцінного життя, яке, своєю чергою, трактується на кшталт індивідуалізованої протестантської етики. Звідси й інша інтенціональність вітчизняних та американських психотерапевтів. Якщо в перших акцент робиться на проблемі

добра і зла, зосереджуючись на етичних переживаннях, що передбачають у тому числі моральнісну оцінку того, що відбувається і моральнісне зусилля у подоланні страждання, то в американського фахівця впливовий радикал припадає на гедоністичний посыл досягнення особистої свободи. Звідси й відмінності у причинах та приводах звернення по психологічну допомогу у країнах Заходу та в нас. Одним із наслідків вектора духовного існування високої вітчизняної культури виступає та обставина, що співчуття, співпереживання настільки органічно вплетені в її тканину – як у піднесених формах вияву (релігія, філософія, мистецтво), так і на рівні житейської свідомості, що у нас людина схильна навіть до психолога звертатися не стільки за співчуттям (вона має можливість задовольнити подібну потребу і в повсякденному спілкуванні), скільки саме за допомогою у справі подолання страждань внаслідок травмизації етичного самостояння.

Натомість у них переважають звернення з причини емоційного дискомфорту (іноді просто з забаганки), якщо це не свідоме уникнення психіатра. У нас, якщо це не свідоме чи, рідше, свідоме уникнення лікаря – за життєвими показаннями. Тому американізована схема процесу консультування чи психотерапії позначена так: *клієнт – запит – проблема – процес*. Вітчизняна традиція осмислена інакше: *страждений – скарга – діагноз – подолання страждання*. У наступному розділі розглянемо загальну ситуацію психологічної допомоги та професійні підходи до неї з позицій власне етикоцентрованого консультування.

## **Питання для самоконтролю**

### **I. Запитання на розуміння загального змісту розділу**

1. Розкрийте сутність феномену причетності у висловлюваннях вітчизняних психологів.

2. Розкрийте алгоритм особистісно орієнтованого роджеріанського вислвлювання.

3. Опишіть основні категорії інтенцій у етикоцентрова- ному консультуванні, психокаталізі та екзистенційногу маністичному підході.

4. Наведіть приклади об'єктів інтенцій (фізичне, соціальне, персоналізоване «Я») і поясніть, як вони впливають на цілі терапевтичної роботи.

5. Чим пояснюється метафоричність вітчизняного психотерапевтичного дискурсу?

6. Обґрунтуйте, чому врахування етичного виміру переживань є обов'язковою умовою професійної психологічної допомоги.

### **II. Питання на засвоєння деталей.**

1. Клієнтка: «Я не можу пробачити його зраду, але не хочу втрачати любов».

– Сформулюйте три терапевтичні питання з різних підходів (ЕЦПК, психокаталіз, екзистенційна терапія).

2. Визначте рівень «Я», на який спрямовані такі запитання консультанта:

– «Як ваше тіло реагує на цю думку?»

– «Що для вас означає цей вчинок?»

– «Хто для вас зараз головна людина у житті?»

3. Складіть власний приклад терапевтичного питання для кожного рівня «Я»:

- тілесного,
- соціального,
- екзистенційного.

## **II. Завдання на застосування знань**

1. Напишіть есе: «Етичність як спосіб самопредставлення людини світові».

2. Висловіть власне розуміння фрази: «Допомога – це не втручання, а співбуття».

3. Спробуйте сформулювати своє професійне кредо психолога-консультанта.

4. Поміркуйте над висловом О. О. Ухтомського:  
«Свобода дається лише там, де є дари Святого Духа».  
Як це пов'язано з психологічною допомогою?

5. Чи завжди психолог має зменшувати біль клієнта, якщо цей біль пов'язаний з совісними переживаннями? Як можна працювати з цим переживанням?

## **РОЗДІЛ 6.**

# **БАЗОВИЙ АЛГОРИТМ КОНСУЛЬТАТИВНОЇ РОБОТИ З ПОЗИЦІЙ ЕТИКОЦЕНТРОВАНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ**

---

### **6.1. Рівні пред'явлення особистісного «Я» на початкових етапах психологічної консультації**

Виходитимемо з фактичної реальності звернення людини по психологічну допомогу. Як свідчать наші дослідження, люди звертаються на психологічну консультацію в певному типі ситуацій: у ситуації віктимізації особистісного «Я». Якщо ситуація є речова подія всередині обставин, то психологічним наслідком цих обставин виступають власне психологічні події – переживання, пов'язані зі спробами змінити, подолати ситуацію, що виникла, або адаптуватися до неї. Початковий цілісний компонент, з яким психологу, що консультує, доводиться мати справу – психоемоційний стан людини, даний їй в переживанні. Психоемоційний стан – причина і водночас вихідна умова розгортання психічного буття – від самовідчуття психофізіологічного стану організму до дедалі вищих і значних відбитків вже особистісного буття. Для нас важливим

є те, що психофізіологічний стан, даний у переживаннях, представлений і виражається людиною за допомогою семантики та уявлень **образу**. Ми стверджуємо: початковим об'єктом докладання зусиль психолога стає трихотомія: **організм – стан – образ (образ – стан – організм)**.

Щоб вихідне переживання як переживання буття свого «я» могло розвернутися і трансформуватися у власні особистісні прояви, необхідні соціальні напрямляючі, з яких у першому наближенні осмислюється і виражається переживання. Це – норми, соціальні установки, типові каузальні атрибуції та ціннісно-сміслові орієнтації, які пред'являються людиною як соціальним індивідом. Іншими словами, сукупність ідеологем, явлених у вигляді послідовності чи навіть системи конструктів. На цьому рівні функціонування індивідуальної свідомості психолог має справу із соціальним індивідом, що пред'являє свою картину світу (систему ідеологем), заломлену через призму власної особистісної типології. Це трихотомія: **ідеологема – конструкт – акцентуація (акцентуація – конструкт – ідеологема)**.

Нарешті, власне особистісний екзистенційний рівень «Я» передбачає пред'явлення неповторних персоналізованих смислів і відносин, які й становлять ідеогенез цієї особистості в її спробах і стратегіях осмислення світу і себе в ньому. Переживання буття свого «Я» як буття, рівновеликого буття світу, утворює квінтесенцію смислів «Я», а здатність втілити ці смисли в життя і є суб'єктність як така.

Зайвим було б підкреслювати при цьому, що найвищі прояви суб'єктності за своєю суттю є насамперед етичним виміром особистісного буття з тієї простої

причини, що самі по собі гностичні чи естетичні цінності не можуть визначати соціальну спрямованість людських вчинків. На цьому, найвищому, рівні особистісного «я» психолог має справу з трихотомією: **ставлення-смисл – задум/ідея (ідея/задум – ставлення)**.

Отже, в якості онтологічної причини прояву переживання стану виступає сукупність причин, що ведуть до події, тобто до зміни status quo якоїсь реальності, чи то психосоціальної, і тоді це – ситуація, чи ментальної, і тоді це – **етичний дисонанс**. Якщо ситуація є реальною подією, даною в обставинах, то переживання є ментальною подією, даною в етичному дисонансі, що тягне за собою зміну особистісної позиції, що найчастіше виявляється у втраті суб'єктності (позиція «жертви»). Власне, з цих двох можливих пресупозицій і виникає нагальна необхідність психологічної допомоги – починаючи з відновлення душевної рівноваги, продовжуючи відновленням особистісної гідності (подолання особистісної позиції «жертви») і аж до розвитку та вдосконалення етичного ядра особистісного «Я». Ці три процеси в етичному персоналізмі охоплюють весь процес відновлення суб'єктності «Я».

До психолога звертається людина, яка страждає. Страждання проявляється у скаргах, які виступають зовнішньою, зверненою назовні формою страждання. У свою чергу, скарги можуть мати два принципово спрямовані вектори: **скарги на стан** та **скарги на стосунки**. Легко бачити, що навіть якщо ці скарги поєднуються, вони включають два з розглянутих вище рівня проявів «Я». Третій рівень, рівень суб'єктності «Я», виникає лише у процесі та результаті попередньої консультативної та психотерапевтичної роботи.

Перше і основне завдання психолога при зверненні до нього того, хто страждає – завдання орієнтовне: встановити хоча б у першому наближенні **причини страждання**, що виявляються в скаргах, їх етіологію – психогенну, органічну, біохімічну або змішану.

У всіх випадках, крім суто психогенних причин, психолог не може виступати головним **актором** психотерапії, обмежуючись спочатку консультаційною (напрямок до відповідного фахівця), а потім, якщо виникне потреба, консультативною та тренінговою допомогою. Остання може бути корисною у ситуаціях необхідності забезпечити емоційне відреагування, перенавчання тощо.

## **6.2. Діагностика проблемних стосунків**

Розглянемо тепер психологічну специфіку стосунків, враховуючи те, що прийняття вірного рішення щодо своєї, а тим більше поведінки інших утруднено, як правило, неможливістю врахувати все різноманіття чинників, що діють на людину в тій чи іншій ситуації. Крім того, справжнє судження про поведінкові стратегії може спотворюватися забобонами, стереотипами чи неусвідомлюваними переконаннями як учасника ситуації, так і того, хто намагається її проаналізувати. Тим часом, практика психологічного консультування і психотерапії мало не щодня і у величезній кількості пред'являє психологам, психіатрам, соціальним працівникам – усім фахівцям допомагаючих професій заплутані ситуації міжособистісної взаємодії, в яких, як правило, присутня страждаюча сторона, а то й обидві. Розібратися

якщо не об'єктивно, то хоча б більш-менш зважено в клубку страждань і протиріч, не впадаючи в метафоричність опису або пошуки можливих колізій виключно в особливостях характерології учасників взаємодії дуже непросто. А прогноз поведінки – власної, іншої людини, – це ще й завдання на апроксимацію безлічі показників, що стосуються і структури особистості, і структури ситуації з урахуванням найімовірніших поведінкових стратегій аналізованих сторін. На жаль, і експериментальні дослідження, і життєві реалії підтверджують положення про те, що люди діють, виходячи, перш за все, з квазіпотреб, що зумовлюють доступну і звичну їм логіку ситуацій, за якою хід міркувань і вчинків, націлених на отримання своєї уявної вигоди і збереження свого позірною особистого благополуччя призводить до упущення істинних перспектив і можливостей у перевизначенні ситуацій, так само як і до втрати повноти та багатства життя.

**Основні міркування та припущення.** Реальна поведінка є похідною, що виникає в результаті поєднання, як правило, двох рядів даних, пов'язаних зі структурою ситуації (Ss) і структурою особистості (Sp). Ss і Sp включають компоненти, існування яких підпорядковується закону розвитку, тобто диференціації структур, що утворюють ці компоненти. Але для простоти викладу доцільніше розглядати одночасну (синхронну) взаємодію Ss і Sp. Всю сукупність ситуацій, у яких діє людина, будемо називати психосоціальним простором. Потенційно психосоціальний простір містить у собі сукупність усіх можливих подій, які можуть вплинути на особистість. При цьому особистість потенційно містить у собі сукупність усієї її психологічної енергії, здатної впливати

на ту чи іншу ймовірність подій, що трансформують психосоціальний простір.

Можна припустити, що існує лише три основні стратегії людських взаємин: дарування (донорство,) партнерство (обмін) і паразитизм (експлуатація). Дарування – це найсприятливіший, найвищий різновид стосунків, за якому особа безоплатно надає іншій особі цінне для себе чи Іншого. Партнерство – це чесний і взаємовідповідальний тип міжособистісних стосунків, у якому суб'єкти життя обмінюються цінностями згідно з прийнятим або неявним договором. Паразитизм (експлуатація) – найпоширеніший тип стосунків, у яких одна зі сторін у явній (відкрите насильство) або прихованій формі (обман) використовує іншу у власних інтересах. Паразитувати можна як за допомогою ситуації (створюючи шляхом розміщення в психологічному просторі пропонувані валентності квазіпотреб і використовуючи сили й вектори ситуації), так і за допомогою структурних компонентів особистості: тропізмів і засобів, насамперед. Експлуатовані можуть або змиритися, підносячи себе в фальшивий спосіб («Я нещаслива, зате я здатна так сильно любити»), або обманювати чи мстити, відстоюючи або знижуючи свій етичний статус («Ой, ти такий? Ось я тобі...»), намагаючись таким чином відновити баланс вкладу та прибутку (Бондаренко, 2012; Bondarenko, 2022, 2024, 2017). Або зібратися з силами і спробувати вийти з нездорових відносин, відновивши свій етичний статус і звільнившись від психологічної залежності.

З метою експериментального обґрунтування запропонованої методики нами було складено перелік основних детермінантних понять, що визначають поведінку індивіда в конкретній ситуації міжособистісної

взаємодії, пов'язавши їх із термінологічним тезаурусом К. Левіна. Всього їх було 98: включаючи цінності (валентність) любові, статусу, дружби, способу життя тощо, екзистенціали свободи, творчості, самопожертви тощо; тропізми (базисні потяги, потреби, бажання, цілі), знаряддя, інструменти, пов'язані з когнітивними, практичними та іншими функціональними системами особистості, а також вектори, бар'єри та результуючі локомоції, що забезпечують поведінку людини, яка наближає її до себе, відводить від себе, рухає вперед, штовхає назад і т. д. Крім того, вихідна матриця описів пережитої ситуації включала параметри напруги, сили, потенціалу, виражені в ступені інтенсивності почуттів у даній ситуації. Піддослідним – клієнтам і пацієнтам – пропонувалося заповнювати початкові шкали вимірювань, які містили згадані 98 параметрів, розділених на 10 рубрик, що описують важливі для учасників психологічної роботи ситуації міжособистісної взаємодії: цінності, перспективи, значимість, спрямованість, потяги, перешкоди, самосприйняття, масштаб особистого внеску (витрат), почуттів, а також параметр оцінки співвідношення вкладів і пожертвувань найбільш значущих екзистенціалів, тобто аксіологічних вимірів особистісного існування. При цьому зазначені параметри були розділені на групи: 1) цінності (набуті та очікувані, дефіцитарні); 2) задіяні потяги; 3) пожертвування та внески.

Вихідним масивом даних, таким чином, стала матриця, в якій кількість стовпців становила 98 (шкал), а кількість рядків, що визначається кількістю випробовуваних, становила 172. Матриця, отримана в результаті оцінки випробовуваними запропонованих їм шкал, була піддана факторному аналізу методом головних

компонент з метою виявлення основних тенденцій орієнтації випробовуваних у ситуації взаємодії, яка їх цікавить.

Факторизація масиву даних методом головних компонент дозволила об'єднати тісно пов'язані ознаки в більш загальні, місткі характеристики, що, у свою чергу, дозволило зорієнтуватися в основних стратегіях оцінки ситуації суб'єктами свого проживання. Після розрахунку кореляційної матриці, процедури виділення та ротації факторів, порівняльного аналізу виділених факторів (які ми тут опускаємо для стислості викладу) привели нас до головного результату: виділення найбільш діагностично значущих шкал побудованої методики. В результаті ми отримали наступний стимульний матеріал, далі – «Методика діагностики внеску сторін у розвиток взаємин» (див. Додаток 1). У п'яти параметрах методики закладено майже сотня конкретних ознак стосункової ситуації, що склалася в парі. Порядок переведення отриманих значень в ранги здійснювався за допомогою рангової кореляцією Спірмена. В результаті перший ранг був приписаний позитивним характеристикам стосунків, другий – нейтрально забарвленим, а третій – негативно (див. Додаток 1 та Додаток 2).

Отже, перший ранг (1), що відображається в ключі, означає позитивний полюс (добро) у відносинах. Середній рейтинг (2) означає нейтральний, рівний внесок (або втрату) для даного суб'єкта або для кожного з них. Низький ранг (3) вказує на низький ступінь задоволеності стосунками, високий ступінь їх вартості, що стосунки викликають негативні почуття, не дають відчуття повноти життя, а також те, що жертви в них перевищують отримане.

Таким чином, у підсумку ми отримуємо наступну класифікацію стосунків (в їх крайніх проявах):

1) безпроблемні, коли обидві сторони живуть з відчуттям благополуччя, низьких витрат, високої повноти життя, у радісних почуттях і з відчуттям, що отримані блага перевищують жертви;

2) нещасливі стосунки (взаємини залежності або паразитизму), коли одна сторона живе з відчуттям біди, великої вартості, низького ступеня повноти життя, в засмучених почуттях і з розумінням того, що жертви перевищують користь, а інша сторона паразитує на них (стосунки експлуатації);

3) різні типи компенсаторних (партнерських) взаємин, в яких між сторонами відбувається своєрідний обмін внесками і жертвами за кожним із п'яти параметрів, що дозволяє їм балансувати ціною відмови від деяких цінностей заради виграшу.

В принципі, можливий також четвертий базовий варіант відносин, у якому витрати і добробут, а також жертви кожної сторони рівні в їх нижчих рядах. Очевидно, що це крайній випадок мазохістських стосунків. Практика, однак, показує, що найчастіше практикуючий психолог має справу зі стосунками, описаними в параграфах 2 і 3. Неважко підрахувати, що можлива кількість комбінацій, тобто поєднань можливих рангів у підсумковій матриці перевищує кілька десятків, що створює широкий простір для діяльності практичного психолога. Проте, врешті-решт, мова все ж іде про переважаючий базовий тип взаємин. При цьому вагомість і значущість кожного з п'яти основних параметрів надзвичайно важливі для розуміння сутності психологічних проблем суб'єкта цих стосунків, який звернувся по психологічну

допомогу. Так, наприклад, при в цілому рівному внеску сторін у відносини і навіть при перевазі матеріальної складової в діях однієї зі сторін інша сторона може відчувати себе нещасною і оцінювати відносини як нерівні, якщо за параметром «Екзистенційні жертви» вона віддає більше, ніж отримує. Якщо, наприклад, мова йде про рівний внесок сторін у стосунки та однакову вигоду від стосунків, але за четвертим пунктом («переживання, відчуття») пацієнт, який звернувся за допомогою, скаржиться на поганий стан, то велика ймовірність того, що ми маємо справу з емоційним розладом, який є психологізованим, а насправді дистимією чи іншими розладами, можливо недіагностованими різновидами зниженого настрою чи особистісними акцентуаціями.

У кожному конкретному випадку досить легко передбачити динаміку розвитку стосунків, виходячи з початкового балансу породжуваних ними видатків і вигод. Безпроблемні відносини, на нашу думку, не обмежені часом, за винятком смертельних випадків, від яких ніхто і ніщо не застрахований. Залежні стосунки можуть тривати до тих пір, поки «донор», свідомо чи мимоволі, продовжує жертвувати собою, щоб зберегти їх. Компенсаторні стосунки, як правило, тривають до того моменту, коли з тих чи інших причин пожертви однієї зі сторін не перевищують вигоди, отримані у стосунках. Як правило, такий стан речей створює ситуацію загрози, що є приводом для звернення до психолога. Чи не найважливішою особливістю застосування побудованої методики є її рефлексивний характер. Це означає, що вихідний стимульний матеріал (анкета) може бути заповнений не тільки обома взаємодіючими

сторонами, але й однією особою, а саме тією, яка звернулася по психологічну допомогу. Саме його (її) уявлення про поведінку іншої сторони з урахуванням можливої дії механізмів проекції та каузальної атрибуції відкриває подальші перспективи використання запропонованого інструменту діагностики.

### **6.3. Структурування консультативної ситуації та її орієнтувальний прогноз**

Зважаючи на вищевикладене, опишемо тепер принципову схему консультативної роботи в запропонованій модальності. Насамперед необхідно встановити контакт із стражденим. Встановлення контакту – неодмінна умова вирішення головного професійно значимого завдання **першого етапу роботи**: первинного орієнтування у скаргах і загальній психосоціальній ситуації стражденого. Тут після найзагальніших питань, що стосуються прояснення психологічного та соціального статусу пацієнта (вік, освіта, сімейний стан, анамнез життя тощо) психолог ставить приблизно такі принципово важливі питання.

**1. Як вам здається, що вас турбує?** – питання на образ ситуації та подання скарги.

**2. Через що у вас болить душа?** – питання на уточнення причини страждань, що розуміється і пред'являється.

**3. Як довго це з вами?** – питання на орієнтування у ситуації страждання.

**ПРИКЛАД З ПРАКТИКИ**

**Психолог** (після уточнення психологічного та соціального статусу страждаючого та питань, що стосуються анамнезу життя):

Як вам здається, що вас турбує?

**Стражденна:** Я не знаю, як мені жити після зради чоловіка. Я взагалі жити не хочу.

**Пс.** Тут дуже важливо, життєво важливо зрозуміти, через що у вас болить душа – через зраду, через загрозу розпаду сім'ї, через відчуття втрати довіри...

**Стржд.** Через нестерпне приниження! Він мене, любов мою, довіру мою просто розтоптав! (Плаче)

**Пс.** Коли це все сталося? Як довго це з вами?

**Стржд.** Я щось таке відчувала вже деякий час, а позавчора ця жінка зателефонувала мені та попросила його відпустити...

Отже, **перший етап – підготовчий**, вступний. Він призначений для первинного орієнтування у скаргах та загальній психосоціальній ситуації страждаючого, для встановлення належного рівня довіри, для підготовки пацієнта до ситуації особистісної та відносної діагностики.

Звичайна формула для завершення першого етапу роботи:

«Так, ну що ж. Давайте тепер попрацюємо з діагностичними програмами. Вам допоможе мій асистент. Це приблизно як здавання аналізів, тільки не лабораторних, а психологічних. І ось коли такі психологічні аналізи будуть здані, я зможу поєднати ваші суб'єктивні скарги з об'єктивованими показниками, що відображають нинішні ваші стани і стійкі риси особистості.

Тоді можна буде відокремити наносне від сутнісного, і я зможу вас проконсультувати не просто формою, формально, а сутнісно. Хід роботи, її логіка зрозуміла?»

**Другий етап роботи – діагностичний.** Важливо, щоб цей етап здійснював колега – асистент, ко-терапевт, тобто інший психолог, функція якого – зняття можливого переносу, зайвої прив'язки до фігури консультанта та забезпечення відстороненого зворотного зв'язку у психологічній діагностиці – ситуації, стану та особистості пацієнта.

Загальне призначення особистісної та міжособистісної діагностики – об'єктивувати стани, особистісні особливості та стратегії міжособистісних відносин у конкретній травматичній ситуації. Йдеться саме про експрес-діагностику.

Діагностичні методики, що застосовуються тут, включають широко відомий у швидкій діагностиці інструментарій: проєктивні тести (метод колірних виборів М. Люшера, психографічний тест О. В. Лібіна), а також окремі шкали з особистісного опитувальника Р. Кетелла, зокрема, шкалу, що відображає фактор «В», ЗМІЛ у редакції Ф. Б. Березіна або Л. М. Собчик, або скорочений варіант останнього, відомий як методика «Мінімум». Особливої значущості ми надаємо розробленому нами **опитувальнику оцінки та прогнозування психологічного розвитку ситуацій** міжособистісної взаємодії, яка призначена для ідентифікації фігури «жертви» та наявності самого акту «жертвопринесення», що хоча розуміється символічно, але аж ніяк не менш травматичного за своєю суттю. (Див. Додаток 1).

Запропонований інструментарій дозволяє зорієнтуватися в емоційному стані, інтелектуальному статусі та особистісних особливостях страждаючого, що дозволяє побудувати адекватну даній ситуації та особистості стратегію консультативної роботи.

### **Типові результати другого етапу роботи.**

Спираючись на результати діагностики, психолог завершує орієнтовно-діагностичний етап роботи клінічно орієнтованою бесідою, в ході якої обговорюються отримані дані, уточнюється ставлення до них і визначається власне предмет психологічної роботи або інші напрями і завдання в ситуації, що склалася.

Найбільш ймовірні варіанти розгортання подій після етапу експрес-діагностики такі.

1. Скарги і причина звернення по психологічну допомогу адекватні даній травматичній ситуації, психоемоційний стан стражденного (загальний стрес, тривожність, знижений настрій, фрустрація, ангедонія тощо) та особистісна акцентуація не перевищують меж, що вимагають термінового чи неодмінного лікарського втручання, основне травматичне переживання відноситься до психогенії, індукованої травмою міжособистісних відносин.

2. Скарги та причина звернення по психологічну допомогу не когерентні. Наприклад, скарга звучить як звинувачення чоловіка в зраді, але ступінь особистісної акцентуації, рівень шкали за фактором «В» в тесті Кетелла, особистісний профіль в цілому за тестом «Міні-мульт» і нездатність виконати психографічний тест, так само як і клінічно орієнтована бесіда змушують припустити, що йдеться про стосункову маячню.

3. Скарги та причина звернення по психологічну допомогу адекватні ситуації. Однак у процесі діагностики та клінічно орієнтованої бесіди з'ясовується, що йдеться не стільки про саму людину, яка звернулася по допомогу, скільки про те, з приводу чого вона звернулася, оскільки саме та, інша, створила конкретну травматичну ситуацію, і очевидно, що ні психоемоційний стан того, хто звернувся по допомогу, ні його інтелектуальний рівень, ні ступінь особистісної акцентуації не спотворюють представлену картину. Тож мова має йти насамперед про роботу саме з тією іншою людиною, з приводу якої й звернулися до психолога.

Як стає очевидно з вищевикладеного, безпосередня ситуація докладання зусиль саме психолога-консультанта – це перший з можливих результатів. У другому випадку виникає необхідність спрямування стражденного до психіатра (або в необхідних випадках – до лікарів інших спеціальностей), що також вимагає необхідної в таких випадках кваліфікації та компетенцій, інакше можна травмувати людину чи, ще гірше, сприяти її інвалідизації. У третьому з типових наслідків необхідні зусилля для вибудовування ситуації психологічної допомоги, оскільки вона лише позначена, але не виявлена.

Тож в якості готового для консультативної роботи вже з першої зустрічі може розглядатися лише перший тип ситуацій. Тому ми вживаємо термін «принциповий алгоритм», що передбачає варіації професійної поведінки в залежності від специфіки консультативної ситуації. Буває так, що на першій зустрічі клієнт/пацієнт взагалі весь час може проплакати або проговорити свій біль, і просто не вистачить часу для психологічної роботи, оскільки він весь витратить на емоційне

відреагування або на захисти. Тільки коли є або буде створена можливість для власне психологічної, зокрема консультативної, роботи можна застосовувати розроблений нами Протокол.

Саме для такого, за прямим призначенням, типу консультативних ситуацій і розроблено нами Протокол консультативної роботи в модальності етико-цетрованого консультування.

Нижче наводиться власне **Протокол** з поясненнями.

#### **6.4. Базисні стратегії подолання позиції жертви та Протокол консультативної роботи у модальності ЕЦПК**

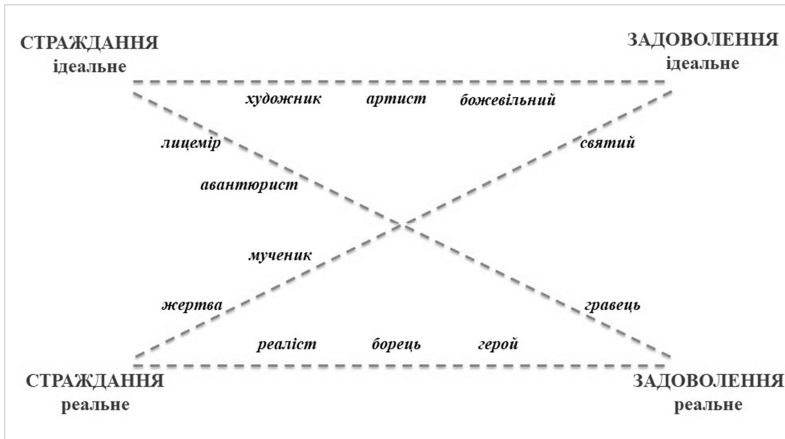
Але перш ніж навести Протокол вважаємо за необхідне запросити читача до деяких міркувань, пов'язаних з принциповим завданням психологічного консультування – завданням сприяти девіктимізації клієнта/пацієнта. Тут доречно згадати одне з багатьох контроверсійних суджень З. Фрейда. На його думку, саме принципи задоволення та реальності визначають психічні зусилля для балансування поміж негайним зняттям напруги та віддетермінованим задоволенням потреби. Але це спрощене пояснення реальної поведінки після робіт К. Юнга, Л. Сонді, Е. Кречмера та ін. не витримує критики. По-перше, наявні порушення відразу в декількох моментах: а) порушення формальної логіки, оскільки задоволення і реальність не є антонімами, це підміна понять; б) по-друге, легко бачити, що у цій примітивізованій схемі міститься логічна помилка, яка називається

«хибна дилема», адже далеко не завжди у людини є тільки два варіанти поведінки, хіба в крайній ситуації. І тут ми вбачаємо в) ще одне порушення – закону виключеного третього. Зрозуміло, що Фрейд користувався тут не логікою, а довільним бажанням представити один можливий контрверсійний механізм, якому довільно приписується статус універсального. Між тим, простий логічний аналіз некоректно вживаних тут термінів, що маскують більш складні механізми поведінки дорослої людини, дозволяє досить легко, без алогічного свавілля, придивитися уважніше до співвідношення феноменів та понять, що диктують логіку поведінки віктимізованого «Я» у складних міжособистісних стосунках.

І справді, давайте просто виправимо порушення формальної логіки. Візьмемо перший механізм, названий Фрейдом принципом задоволення. Тоді протилежним механізмом буде який? Правильно, страждання. Перша вісь, таким чином, є вісь «задоволення – страждання». Розмірковуємо далі. Яким є наступний вектор прояву вісі «задоволення – страждання», виходячи з тієї самої ідеї Фрейда, тільки без порушень правил формальної логіки? Вірно, реальним чи, навпаки, ідеальним, тобто ілюзорним. Спробуємо проілюструвати тепер головні стратегії поведінки людини, що намагається, з'ясувавши істинну сутність пастки «Авель-Каїн», вибратися з неї (див.схему «Типологія особистісних позицій та стратегій поведінки з подолання віктимної позиції»).

Легко бачити, що особистісне «Я» потрапляє у матрицю координат та векторів поведінки, які зумовлюються перетином основоположних смислових координат.

ТИПОЛОГІЯ ОСОБИСТІСНИХ ПОЗИЦІЙ СТРАЖДЕННОГО



Якщо це реальне страждання і реальна боротьба за підвищення свого етичного статусу, тоді головні етапи стратегії девіктимізації такі: реальне страждання й неприйняття позиції жертви – борець – герой (радість перемоги, реальне задоволення). Стратегія виходу з позиції жертви передбачає, що людина приймає рішення не здаватись і не поступатися, докладає реальних зусиль, стає борцем і перемагає, чи гине у боротьбі (Герой). Компенсаторно-символічні зусилля, тобто вектор ідеалізації, коли суб'єкт діяльності стає на шлях мученика, праведника і підноситься до святості (Святий). Власне це шлях невротизації, оскільки стратегія девіктимізації реалізується через ідеалістичні ментальні новоутворення. У деяких в дію можуть вступати ігрові (рольові) зусилля, коли суб'єкт діяльності може поставитися до реальності як до «запропонованих обставин» і, щоб вижити, приймає на себе певну роль і надягає маску (актор). А далі стратегія розвивається

за вектором: гравець (реальне задоволення) актор – гравець – Лицемір (надумане й демонстративне, ідеалізоване страждання). Зрештою, четверта стратегія деві-ктимізації – естетичні зусилля, коли суб'єкт діяльності трансформує свою стратегію подолання в текст (художній, документальний, візуальний, музичний), височіючи до рефлексивно-експресивної позиції (Художник), коли страждання й задоволення переживаються між полюсами ідеальності, за чим легко простежується, до речі, допоміжна роль арт-терапії.

Як свідчить досвід нашої роботи, даний алгоритм дозволяє значною мірою впорядкувати, структурувати і зробити ефективною роботу психолога, що консультує, особливо з нашими співвітчизниками, які не звикли до довгих і регулярних відвідувань психологів, у яких психотерапія не покликана підмінити собою життя, сумнівну заслугу чого легко можна приписати психоаналізу, а також якщо врахувати той факт, що досить сумнівний у своїх вихідних установках антипсихіатричний рух не встиг підірвати довіру і до наших психологів настільки ж значною мірою, як він підірвав довіру до гранично комерціалізованих західних або вестернізованих спеціалістів. Таким чином, саме культуровідповідне психологічне консультування та психотерапія видаються нам магістральним шляхом розвитку вітчизняних традицій психологічної допомоги у практиці психологічного консультування. Отже, **Протокол** (психотехнічний алгоритм) має такий вигляд:

1. Прохання до клієнта перекласти скарги на конкретне запитання-побажання від першої особи, що передбачає відповідь «так-ні».

2. Уточнити, хто реально може допомогти досягти бажаного та основні ціннісні смисли стражденного (заради кого).

3. Знайти початкову помилку в колишній поведінці, що призвела до психологічного капкану «Авель – Каїн».

4. Уточнити, чиє невірне благословення на помилкову дію (або відсутність чийогось справжнього благословення призвело) до трагічного результату у взаєминах.

5. Обговорити, через які конкретні невірні дії склалася ця (конкретна) несприятлива ситуація.

6. Проаналізувати можливі альтернативи розвитку ситуації, використовуючи шкалу етичних цінностей на осі обговорюваних Абсолютів добра – зла.

7. Ідентифікувати референтну для стражденного Фігуру – носія абсолютної цінності Добра – стосовно цієї ситуації.

8. Попросити благословення на відповідальний вчинок (зміни особистісної позиції, стратегії поведінки) у образі референтної постаті.

9. Узгодити лікувальні (психотерапевтичні) заходи стратегії поведінки з образом референтної фігури.

10. Отримати благословення на прийняте рішення та спосіб дій.

11. Обговорити найбільш прийнятну стратегію та тактику психотерапії, у тому числі й доцільність поєднаної психофармакотерапії із залученням лікаря (невролога, психіатра чи клініциста іншої спеціальності – найчастіше ендокринолога чи гастроентеролога) або інших фахівців допомагаючих професій.

Тут треба внести певні уточнення. По-перше, цей Протокол може реалізуватися впродовж не однієї, а кількох

консультативних сесій. По-друге, пункти 7 і 8 Протоколу знаменують етап трансцендування у процесі психологічного консультування, тобто вихід за межі буденної свідомості завдяки, звичайно ж, застосуванню зміненого стану свідомості з елементами керованої уяви та уявлень пам'яті.

## **Питання для самоконтролю**

### **І. Питання на розуміння основного змісту розділу**

1. Опишіть логіку трихотомії «організм – стан – образ». Як вона визначає напрям початкової роботи психолога?

2. Дайте визначення понять «ідеологема», «конструкт», «акцентуація» та поясніть, як вони виражають соціальний рівень «Я».

3. Визначте сутність екзистенційного рівня «Я» і поясніть, чому його прояви мають етичну природу.

4. Опишіть, як втрата суб'єктності пов'язана з позицією «жертви» і якими шляхами у ЕЦПК відбувається її подолання.

5. Поясніть, чому перший етап консультації розглядається як орієнтовний, і які питання психолог ставить для виявлення джерела страждання.

6. Наведіть три типи ситуацій, що можуть бути визначені після експрес діагностики, та поясніть, у якому випадку психолог може залишатися провідним консультантом.

7. Охарактеризуйте специфіку трьох типів міжособистісних стосунків: у моделі дарування, партнерство, паразитизм.

8. Розкрийте психологічний смисл терміну «благословення» в контексті консультативної ситуації в ЕЦПК.

9. Поясніть призначення методики оцінки і прогнозування психологічного розвитку ситуацій міжособистісної взаємодії. Які її ключові параметри та інтерпретаційні можливості?

10. Який суттєві відмінності має формула «стражданий – скарга – діагноз – позбавлення страждання» у порівнянні з формулою «клієнт – запит – проблема – процес»?

## **II. Практичні завдання**

### *1. Навчальна ситуація з курсу ЕЦПК № 1*

До вас на прийом звернулася жінка 26 років, Катерина. Вона розповіла, що впродовж двох років живе з молодим чоловіком у «громадянському шлюбі». Працює «івент-менеджером» у приватній фірмі. Організовує дні народження, весільні події, ювілеї тощо. «Громадянський чоловік» працює у службі доставок одного з великих будівельних магазинів. Останнім часом стала помічати, що їхні стосунки ускладнилися. Вони живуть в арендованій квартирі у передмісті Києва. Її батьки мешкають у районному центрі Вінницької області, а мама її обранця (розлучена) живе в однокімнатній квартирі в Києві. На ваше питання, які стосунки у пацієнтки з матір'ю Дмитра (так звать її обранця), вона сказала – «не дуже». Його мати працює на швейній фабриці, «людина не дуже цікава». Дмитро у неї єдиний син. І от він останнім часом все частіше лишається ночувати у матері, пояснюючи це тим, що через пізні замовлення йому важко повертатися додому. На її скарги відповідає, що вона просто капризує і не розуміє складнощів життя.

Діагностика показала: за PHQ-9 рівень депресивності 12; за тестом Mini-mult переважає шкала 7 та незначний пік на шкалі 2. Пік профілю достовірний.

Питання до вас як до психолога:

1. Про що вам потрібно ще дізнатися у пацієнтки для загального орієнтування у ситуації?
2. Який тест ще вам необхідно застосувати?
3. Ваші подальші дії в залежності від його результатів.

### *2. Навчальна ситуація з курсу ЕЦПК №2*

На прийом прийшла жінка 32 років. Учителька. Скаржиться на те, що не може влаштувати сімейне життя. Кілька разів сходилася з молодими людьми, але через кілька місяців стосунки переривалися. Пацієнтка переживає за те, що життя проходить, у неї немає сім'ї, батьки натякають на те, що вже давно треба було б народити дитину. Останнім часом вона познайомилася с Віталієм, який справив на неї позитивне враження, вони почали жити разом, але виявилось, що створення сім'ї не входить до його планів, він оформив усі документи і збирається їхати у Польщу працювати на будівництві. Вона у розпачі і не знає, що їй робити. Її подружки давно вже заміжні, у деяких по двоє дітей.

Діагностика показала: за PHQ-9 рівень депресивності 14; за тестом Mini-mult переважає шкала 2 та незначний пік на шкалі 8. Пік профілю достовірний.

Питання до психолога:

1. Про що вам потрібно ще дізнатися у пацієнтки для загального орієнтування у ситуації?

2. Які ваші подальші дії, якщо методика оцінки і прогнозування стосунків показала: за параметром «Матеріальний внесок» у неї високі ранги, а за параметром «Екзистенціальні жертви» – максимальні. Водночас у пережитих почуттях – сум, тривога, страх. На пропозицію психолога прийти разом з Віталієм на прийом клієнтка відмовилася категорично, аргументуючи це тим, що він ні за що не погодиться, та ще й буде глузувати з неї.

### *3. Навчальна ситуація з курсу ЕЦПК №3*

На прийом звернувся молодий чоловік, 36 років, неодружений. Він розповів, що рік тому закохався в жінку, 29 років, розлучену, з дівчинкою 6 років. Оксана дуже сподобалася йому. За його словами, він уперше зустрів жінку, енергія якої «допомагала йому жити». Вона весела, кмітлива, у неї дуже затишна домівка, є смак. Вона фінансово незалежна, оскільки отримує непогані аліменти від колишнього чоловіка та й має свій власний бізнес: у неї є торгівельна точка, вона торгує одягом. Все було добре, аж поки Андрій не захворів на ковід. І тут виявилось, що Оксана не тільки не відвідала його в лікарні, а взагалі зателефонувала і сказала, що їде з подружкою до Єгипта. А доньку залишить у мами (батько помер кілька років тому), оскільки зараз канікули, і вона з подружкою хоче відпочити.

Потім він виписався з лікарні, Оксана, звісно, повернулася з Єгипту, і він став помічати, що в їхніх стосунках щось змінилося. Зокрема, виявилось, що Оксана любить вино. Вона багато часу проводить з подружками. Андрію стало здаватися, що його гроші для неї важливіше, ніж його бажання. Ніби все й добре, але...вирішив звернутися до психолога по секрету від неї.

Діагностика показала: за РНQ-9 рівень депресивності 15; за тестом Міні-mult переважає шкала 2, виражені піки на шкалі 7 і 8. Пік профілю достовірний.

Питання до вас як до психолога:

1. Про що вам потрібно ще дізнатися у пацієнта для загального орієнтування у ситуації?

2. Яку діагностику ви б ще додали до орієнтування в особистості клієнта?

3. Методика оцінки і прогнозування стосунків показала:

За параметром «психосоціальні цінності» ранги у нього 3, у неї 2; за параметром «матеріальний внесок» у нього 3, у неї 1; за параметром «смилові надбання» у нього 2, у неї 1, за параметром «почуття» у нього 3, у неї 2, а за екзистенційними жертвами у нього 3, а у неї 1.

4. Опишіть ваші професійні дії.

#### *4. Навчальна ситуація з курсу ЕЦПК №4*

Лариса, 27 років, бухгалтер, одружена, одна дитина, хлопчик, 4 роки. Батьки її живуть у Житомирі. Вона з чоловіком, Валерієм, живе у Києві в його однокімнатній квартирі. Батьки Валерія у розлученні. Де батько, не відомо. Мати віддала квартиру синові та поїхала до старшої доньки до Чернігова.

Текст стражденної:

«Я не знаю що мені робити. Мій чоловік, філолог за освітою, рік тому залишив учительствувати, оскільки мало платили та зайнявся пошуками більш високооплачуваної роботи. Але роботи не знайшов. Дійшло

до того, що наймається з малолітками, студентами, тримати прапори, транспаранти на мітингах та під магазинами, коли рекламна компанія. Ночами до чотирьох ранку сидить за комп'ютером. Говорить, шукає роботу. Потім до обіду не може прокинутися. Я змушена була раніше з декрету вийти. До мене на підприємстві ставляться добре, але мені важко. Він навіть не знаходить часу забрати сина з дитячого садка. Садок, до речі, теж коштує грошей. Зі мною як із дружиною практично не спить... Може, у нього хтось завівся? Що робити? »

Діагностика показала: за РНQ-9 рівень депресивності 12; за тестом Mini-mult переважає шкала 7 та значний пік на шкалі 2. Пік профілю достовірний.

Питання до вас як до психолога:

1. Про що вам потрібно ще дізнатися у пацієнтки для загального орієнтування у ситуації?

2. Методика оцінки і прогнозування стосунків показала: за всіма параметрами, крім II та V, ранги рівні, по 2 з кожного боку. За II та V у клієнтки дорівнюють 3, а у її чоловіка, згідно її оцінок 1.

3. Які тести ще доцільно застосувати?

4. Ваші подальші дії як психолога.

5. *Навчальна ситуація з курсу ЕЦПК №5*

На прийом звернулася молода жінка, Тетяна, 29 років, за освітою психолог. Скарги на матір. Вона розповіла, що її мати, як вона пам'ятає з раннього дитинства, завжди зловживала спиртним, часто змінювала партнерів. Свого батька пацієнтка не знає. При цьому матір часто била Тетяну, замикала одну

в кімнаті і суворо забороняла їй намагатися вийти звідти. Навіть колись сказала: «Я тебе вб'ю, якщо будеш стукати у двері». Сама Тетяна давно не працює. Пояснює це тим що у неї немає сил, Зараз вона живе на утриманні матері, яка працює бухгалтером. Тетяна скаржиться на безпричинні напади страху і насильницькі образи, як з'являються кожного дня, настільки страшні, що вона боїться втратити контроль над собою. Їй уявляється, що хтось, невидимий, без рук і ніг, збирається мучити її, вона відчуває напади жаху, що продовжуються годинами. З матір'ю майже не спілкується. Її запит полягає у тому, щоб проводити з нею психоаналіз для того, щоб позбавитися від емоційних травм, які, на її думку, спричинені поведінкою матері. Пацієнтка сказала, що вона два раз лікувалася у лікарнях, перелічила цілу низку препаратів, які вона приймала, але які їй не допомогли( серед них антидепресанти, антипсихотики, транквілізатори).

Опишіть послідовність ваших професійних дій.

*6. Навчальна ситуація з курсу ЕЦПК №6*

На психологічну консультацію звернулося подружжя. Дружині 38 років, чоловікові 43. Живуть у шлюбі 10 років, синові 8 років. Ольга і Анатолій. Тетяна розповіла, що останнім часом їхні стосунки значно погіршилися. Вони часто сваряться. Щоб не травмувати сина, відвезли його до батьків. Добре, що вони ( це її батьки) живуть неподалік. Чоловік розповів, що він втратив роботу, його батько помер, а мати живе з його сестрою, і вони не дуже цікавляться його життям. Та й він не хоче їх турбувати. Тим більше, що вони живуть за 600 км. Під час консультації між чоловіком і дружиною

неодноразово спалахували суперечки, що стосувалися деталей описуваних ними подій, стосунків з батьками дружини та домашніх обов'язків. Зокрема, тема, яка викликала суперечку, стосувалася ставлення до сина. Чоловік зауважив, що саме він відвозить хлопчика до школи й забирає його додому. Натомість дружина обурилася й повідомила, що це він не дозволяє їй користуватися автомобілем, а збирає сина до школи й годує його сніданком саме вона. Уже на першому етапі консультації з'ясувалося, що власної оселі у них немає. Вони винаймають однокімнатну квартиру, оскільки будинок, у якому у них оплачено пайове будівництво, ще не зданий в експлуатацію. Під час роздільної бесіди на питання психолога, чи хоче (він, вона) зберегти шлюб, чоловік відповів ствердно, а жінка сказала, що вона не знає.

1. Діагностика показала: за РНҚ-9 рівень депресивності у неї 18 у нього 12; за тестом Mini-mult у Ольги переважають шкали 4 та 8, а у Анатолія значний пік на шкалі 6. Пік профілей достовірний.

2. Методика оцінки і прогнозування стосунків показала приблизно рівні ранги за всіма її параметрами, що свідчить про партнерський характер стосунків, але вся поведінка Ольги показувала, що їхні стосунки для неї вкрай обтяжливі.

3. Ваші професійні дії.

### *7. Навчальна ситуація з курсу ЕЦПК №7*

Ігор, 30 років, звернувся до психолога з таким запитом: «Кілька місяців тому познайомився з дівчиною, все було добре, але коли вона дізналася, що у мене контузія, і я іноді можу несподівано бути роздратованим,

погано сплю, кричу вночі, вона стала віддалятися від мене, а потім і зовсім перестала спілкуватися. А я дуже скучаю за нею, вона мені сподобалася, і тепер не знаю, як мені бути. Почав випивати, хоча рвніше такого майже не було. Вона і мамі моїй сподобалася, але навіть поміняла номер телефону і з'їхала з квартири, яку винаймала. Допоможіть мені повернути її, бо інакше я не хочу жити».

Опишіть послідовність ваших професійних дій.

## ЗАКЛЮЧЕННЯ

---

Працюючи над цим навчальним посібником, автор прагнув не лише систематизувати теоретичні положення, що стосуються етикоцентрованого психологічного консультування, а й окреслити можливу перспективу розвитку культуровідповідних моделей психологічної допомоги. В основі запропонованого підходу лежить переконання, що психологічне консультування не може існувати поза культурним і ціннісним контекстом, у межах якого формується розуміння людини, її страждання та способи надання допомоги.

У посібнику зроблено спробу представити етикоцентроване психологічне консультування як цілісну теоретико-методологічну та практичну модель психологічної допомоги. Її підґрунтям виступає соціокультурна феноменологія людського досвіду, що спирається на ціннісно-смыслову аксіологію та антропологію східного (візантійського) християнства. Така перспектива дозволяє по-новому осмислити природу людського страждання, професійну відповідальність психолога та саму сутність консультативної взаємодії.

Однією з центральних ідей роботи є необхідність формування культуровідповідного дискурсу психологічного консультування. У цьому контексті консультативна практика розглядається не лише як сукупність психотехнік або методів впливу на психічні стани, а як простір поєднання наукового знання, антропологічної рефлексії та аксіологічного виміру людських взаємин. Відповідно, метою психологічної допомоги постає не лише подолання симптомів страждання, а й осмислення його

соціокультурних і клінічних витоків та відновлення людяності у взаєминах як фундаментальної умови психічного благополуччя.

Важливим результатом викладеного матеріалу є уточнення меж професійної компетентності психолога. Така компетентність передбачає здатність фахівця орієнтуватися у співвідношенні універсального та індигенного у психологічному консультиванні й психотерапії, усвідомлювати ціннісно-смыслову природу міжособистісних стосунків, а також враховувати соціокультурний контекст людей, які звертаються по психологічну допомогу. Водночас практична діяльність психолога потребує вміння диференціювати соціокультурні, особистісні, нейропсихологічні та соматичні детермінації поведінки людини у конкретній життєвій ситуації. У цьому зв'язку важливо пам'ятати, що кожна культура пропонує власну систему категоризації міжособистісних взаємин, через яку універсальні принципи психологічної допомоги входять у живу тканину терапевтичної взаємодії.

У посібнику на основі емпірично зібраного матеріалу також показано, що лише частина звернень до практикуючого психолога належить до сфери власне психологічного консультивання. У багатьох випадках необхідною є міждисциплінарна взаємодія або переспрямування клієнта до фахівців інших галузей. Така позиція дозволяє розглядати психолога як учасника ширшого професійного діалогу, відповідального за психологічний вимір людського страждання, але відкритого до співпраці з медичними, правовими та соціальними інституціями.

Особливу увагу приділено аналізу психогенних станів, пов'язаних із травматичними міжособистісними стосунками та переживанням віктимізації. У таких випадках

центральною симптомною вузлом часто виступає руйнування етичного статусу особистості, що супроводжується втратою почуття гідності, смисловою дезорієнтацією та емоційною нестабільністю. Саме тому психологічна робота в подібних ситуаціях має бути спрямована не стільки на безпосередню корекцію емоційних реакцій, скільки на аналіз соціокультурного і клінічного підґрунтя цих переживань. Відповідно, психологічна допомога розглядається як процес відновлення суб'єктності та смислової цілісності особистості, що передбачає підвищення етичного статусу її особистісного «Я» з урахуванням усього спектру детермінацій травматичного досвіду. При цьому підкреслюються, що саме це коло проблем формує особливо важливий і специфічний для психолога, що практикує, спектр застосування його професійних зусиль.

Окремий аспект дослідження стосується аналізу наукових, ідеологічних та релігійних передумов різних психотерапевтичних підходів. Показано, що жодна психотерапевтична концепція не є культурно нейтральною, оскільки кожна з них спирається на певну антропологію людини та систему цінностей. У цьому контексті обґрунтовується актуальність тенденції індигенізації психологічної практики – світового наукового напрямку, спрямованого на створення культуровідповідних моделей психологічної допомоги та критичне переосмислення некритичного запозичення терапевтичних методів, які нерідко подаються як універсальні. Особливе місце у викладі посідає антропологічна та аксіологічна традиція східного християнства, що формує ціннісне підґрунтя етикоцентрованого консультування. У межах цієї традиції людина розглядається передусім як моральнісна

істота, здатна до причетності, відповідальності та совісного ставлення до іншого. Її психоемоційне благополуччя безпосередньо пов'язане з етичним статусом особистості та розвитком совісті. Такий підхід дозволяє розглядати психологічну допомогу як процес відновлення людяності у взаєминах.

Зіставний аналіз англо-американського та вітчизняного психотерапевтичного дискурсу виявляє відмінності у ціннісно-сміслових акцентах психологічної допомоги. Якщо англо-американська традиція здебільшого орієнтується на індивідуалістичні цілі функціональності та самореалізації, то індигенний підхід наголошує на смисловості, причетності та моральній взаємності у міжособистісних стосунках. Усвідомлення цих відмінностей створює підґрунтя для формування культурно чутливих і водночас автентичних моделей психологічної допомоги.

Центральним концептом посібника виступає етичність (совісність) як ядро психологічно здорової особистості та важливий ресурс подолання віктимної позиції. Саме етичність забезпечує здатність людини зберігати гідність у взаєминах, розрізняти моральні межі взаємодії та протистояти ситуаціям приниження або самозапечення. В етикоцентрованій модальності психологічна допомога спрямована на відновлення цього моральнісного ядра та формування позиції суб'єктності.

Практична значущість посібника полягає у детальному описі структури психологічного сеттингу та логіки консультативного процесу. Представлено модель первинної консультації з аналізом рівнів представленості особистісного «Я» клієнта, що дозволяє точніше диференціювати співвідношення між запитом, скаргами

та глибинною проблематикою клієнта або пацієнта. Окрему цінність становить методика діагностики стану та перспектив розвитку проблемних стосунків у парі, яка розширює можливості психологічного прогнозування і планування консультативної допомоги. Суттєвим практичним елементом є також запропонований протокол консультативної роботи в етикоцентрованій модальності, що визначає послідовність професійних дій, окреслює діагностичні та інтервенційні завдання і надає консультативному процесу необхідної методичної визначеності. Завдяки цьому посібник покликаний частково заповнити існуючу прогалину у практичній роботі з представниками культурного простору східного слов'янства та з клієнтами, для яких питання гідності, моральної ідентичності й неприйнятності жертвопринесення у взаєминах мають принципове значення.

Таким чином, етикоцентроване психологічне консультування у межах цієї роботи постає як експліцитно культуровідповідна модель психологічної допомоги, спрямована на відновлення гідності, смислової цілісності та здатності особистості до етичної взаємодії. Саме тому етикоцентроване психологічне консультування розглядається у цій роботі як спроба повернути вітчизняній психологічній практиці її антропологічний та культурний вимір. Якщо ця перспектива сприятиме подальшому розвитку професійної рефлексії психологів, що працюють на перетині науки, культури і клінічної практики, головне завдання посібника буде виконано.

## ЛІТЕРАТУРА

---

- Бондаренко, О. Ф. (2006). Суб'єктність як етичний вимір: у пошуках вітчизняної традиції у психотерапії. У *Людина. Суб'єкт. Вчинок* (с. 52-69). Либідь.
- Бондаренко О.Ф. (2012). *Мова. Культура.Психотерапія*. К.:Кафедра. (рос.мовою).
- Бондаренко, О. Ф. (2026). Культура як тло спілкування. У *Соціокультурна компетентність: наукова та практична проблема професійної підготовки фахівців соціономічних професій* (с. 14-16). Видавничий центр КНЛУ.
- Бондаренко, О. Ф., Кучеровська, Н., & Федько, С. Л. (2024, 23 квітня). Професійна підготовка психологів в Україні: стратегічні завдання. У В. Г. Панка (Ред.), *Матеріали всеукраїнського круглого столу* (с. 13-16). УНМЦ практичної психології і соціальної роботи.
- Бондаренко, О. Ф., & Петкова, Т. О. (2024а). *100 бесід з психологом* (Т. 1). Книга Гельветика.
- Бондаренко, О. Ф., & Петкова, Т. О. (2024b). *100 бесід з психологом* (Т. 2). Книга Гельветика.
- Бюдженталь, Дж. (1998). *Наука бути живим: діалоги між терапевтом і пацієнтами в гуманістичній терапії* (А. Б. Фенько, пер.). Незалежна фірма «Класс». (рос.мовою).
- Бюдженталь, Дж. (2001). *Мистецтво психотерапевта* (М. Р. Миронова, пер.). Питер (рос.мовою).
- Карпенко, З. С. (2018). *Аксіологічна психологія особистості*. Івано-Франківськ.

- Завгородня, О. В. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія* (Том 33 (72) № 5), 15-19. WEIRD-проблема в сучасній психології (2022).
- Москалець, В. П. (2011). Духовні горизонти особистості: потенціал вершинної аналітики. *Психологія і суспільство*, (1), 73-84.
- Сикорский, И. А. (1909). *Начатки психологии*. Типография Кульженко (рос.мовою)
- Слово о законе и благодати митрополита Иллариона (2000) (А. Белицкая, пер.). Вехи. <https://www.vehinet.net/oldrussian/slovo.html>
- Стеценко, В. М., & Галуйко, Р. М. (2016). Взаємозв'язок українського персоналізму та феноменологічної філософії релігії у концепції людини О. Кульчицького. *Історія релігій в Україні*, (2-3), 90-101. <http://jnas.nbuv.gov.ua/article/UJRN-0001095373>
- Тимченко, В. М. (2018). *Можливості гару в суспільстві обміну*. Логос.
- Ухтомський, А. А. (2002). *Домінанта*. Питер.(рос.мовою).
- Франко, І. Я. (1969). *Сотворення світу*. Оріяна. <http://surl.li/eimwq>
- Шикула, Ю. М. (2006). Особистість в персоналістичній філософії. *Науковий вісник Ужгородської української богословської академії*, (3), 169-181.
- Жирар, Р. (2010). *Насильство і священне*. Нове літературне обозрение (рос.мовою).
- Allwood, С. М. (2011). On the foundation of the indigenous psychologies. *Social Epistemology*, 25(1), 3-14. <https://doi.org/10.1080/02691728.2010.534564>
- Andreasen, N. (2007). DSM and the death of phenomenology in America: An example of unintended consequences. *Schizophrenia Bulletin*, 33(1), 108-112.

- APA (2017) Ethical Principles of Psychologists and Code of Conduct.
- Apter, M. J. (1982). *The experience of motivation: The theory of psychological reversals*. Academic Press.
- Bondarenko, A. (1999). My Encounter with Carl Rogers: A Retrospective View from the Ukraine//Journal of Humanistic Psychology. Vol.39. Issue 1.
- Bondarenko A.F. Psikhologicheskaya pomosch: teoriya i praktika (2007) K.: Osvita Ukrainy. (рос. мовою).
- Bondarenko, A. (2022). Science, ideology and practice in post-Soviet psychology: An attempt of introspection. *EC Psychology and Psychiatry*, 11(3), 75-81.
- Bondarenko, A., Kucherovska, N., & Fedko, S. (2021). Theological origins of the Kiev psychological school. *EC Psychology and Psychiatry*, 10(3), 24-28.
- Bondarenko, A., Kucherovska, N., & Fedko, S. (2024). Status and problems of counseling psychology in the modern world and Ukraine. *Psychological Counseling and Psychotherapy*, 21, 29-36.
- Bondarenko, A., & Radetska, A. (2024). Consultative paradigms and methods of modern psychological practice in Ukraine. *Psychological Counseling and Psychotherapy*, 22, 6-14.
- Bondarenko, A. F., & Fedko, S. L. (2017). Socio-cultural competence of a present-day counselor: Current prospects and future challenges. *Psycholinguistics. Series: Psychology*, 21(1), 23-40.
- DeMause (1982). *Foundations of Psychohistory*. N. Y: Creative Roots.
- Hofstede, G. (2011). Dimensionalizing cultures: The Hofstede model in context. *Online Readings*

- in Psychology and Culture*, 2(1), Article 8. <https://doi.org/10.9707/2307-0919.1014>
- Huntington S. (1996). *The Clash of Civilizations and the Remaking of World Order*. Simon & Schuster.
- Kim, U., Yang, K.-S., & Hwang, K.-K. (Eds.). (2010). *Indigenous and cultural psychology: Understanding people in context*. Springer.
- Marsella A.J. (1998). Toward a “global-community psychology”//*American Psychologist*, 53 (12), 1282-1291.
- Pe-Pua, R., & Protacio-Marcelino, E. (2000). Sikolohiyang Pilipino (Filipino psychology): A legacy of Virgilio G. Enriquez. *Asian Journal of Social Psychology*, 3, 49-71.
- Russell, J. A. (1991). Culture and the categorization of emotions. *Psychological Bulletin*, 110(3).
- Scruton R. (2014). *The Soul of the World*. Princeton University Press.

# ДОДАТКИ

## Додаток 1 МЕТОДИКА ОЦІНКИ І ПРОГНОЗУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО РОЗВИТКУ СИТУАЦІЙ МІЖСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ

### БЛАНК МЕТОДИКИ

#### Сторона А.

**Інструкція.** Для орієнтування в обговорюваній ситуації та прогнозу варіантів її розвитку оцініть, будь ласка, у балах наведені нижче характеристики відносин, **виходячи з її розуміння Вами.**

#### I У цих стосунках Додаток 1.

мені не вистачає:

Благополуччя	0	1	2	3
Відчуття дружньої підтримки	0	1	2	3
Підвищення власного статусу	0	1	2	3
Нових перспектив в житті	0	1	2	3
Отримання нової інформації	0	1	2	3
Зміцнення здоров'я	0	1	2	3

Сума:

#### II У дані стосунки я вношу:

Власні компетенції	0	1	2	3
Матеріальні блага	0	1	2	3
Зв'язки	0	1	2	3
Особистий час і увагу	0	1	2	3
Допомогу, послуги	0	1	2	3

Сума:

**III У цих стосунках я отримую:**

Трансформація життя (свого/чужого)	0	1	2	3
Задоволеність спілкуванням	0	1	2	3
Таємниця особистого	0	1	2	3
Можливість відчувати себе справжнім/-ньою чоловіком/жінкою	0	1	2	3
Відчуття надійності	0	1	2	3
Сума:				

**IV У цих стосунках я відчуваю:**

Печаль	-3	-2	-1	0	1	2	3	радість
Біль	-3	-2	-1	0	1	2	3	задоволення
Недовіра	-3	-2	-1	0	1	2	3	довіра
Занепокоєння	-3	-2	-1	0	1	2	3	спокій
Байдужість	-3	-2	-1	0	1	2	3	зацікавленість
Страх	-3	-2	-1	0	1	2	3	безстрашність
Сума:								

**V У цих стосунках:**

Я віддаляюсь від самого себе	-3	-2	-1	0	1	2	3	Я наближаюсь до самого себе
Пожертвуване перевищує набуте	-3	-2	-1	0	1	2	3	Отримане перевищує пожертвуване
Сума:								

Сторона Б.

**Інструкція.** Для орієнтування в обговорюваній ситуації та прогнозу варіантів її розвитку оцініть, будь ласка, у балах наведені нижче характеристики відносин, **виходячи з її розуміння Вашим партнером.**

<b>I У цих стосунках мені не вистачає:</b>				
Благополуччя	0	1	2	3
Відчуття дружньої підтримки	0	1	2	3
Підвищення власного статусу	0	1	2	3
Нових перспектив в житті	0	1	2	3
Отримання нової інформації	0	1	2	3
Зміцнення здоров'я	0	1	2	3
Сума:				
<b>II У дані стосунки я вношу:</b>				
Власні компетенції	0	1	2	3
Матеріальні блага	0	1	2	3
Зв'язки	0	1	2	3
Особистий час і увагу	0	1	2	3
Допомогу, послуги	0	1	2	3
Сума:				
<b>III У цих стосунках я отримую:</b>				
Трансформація життя (свого/чужого)	0	1	2	3
Задоволеність спілкуванням	0	1	2	3
Таємниця особистого	0	1	2	3
Можливість відчувати себе справжнім/-ньою чоловіком/жінкою	0	1	2	3
Відчуття надійності	0	1	2	3
Сума:				

**IV У цих стосунках я відчуваю:**

Печаль	-3	-2	-1	0	1	2	3	радість
Біль	-3	-2	-1	0	1	2	3	задоволення
Недовіра	-3	-2	-1	0	1	2	3	довіра
Занепокоєння	-3	-2	-1	0	1	2	3	спокій
Байдужість	-3	-2	-1	0	1	2	3	зацікавленість
Страх	-3	-2	-1	0	1	2	3	безстрашність
Сума:								

**V У цих стосунках:**

Я віддаляюсь від самого себе	-3	-2	-1	0	1	2	3	Я наближаюсь до самого себе
Пожертвуване переви- щує набуте	-3	-2	-1	0	1	2	3	Отримане переви- щує пожитковане
Сума:								

### КЛЮЧ ДО ОБРОБКИ РЕЗУЛЬТАТІВ

Сума балів		РАНГ		Сторона А	Сторона Б
0-6	висока ступінь благополуччя	1	<b>I ПСИХОСОЦІАЛЬНІ ЦІННОСТІ</b>		
7-14	середня ступінь благополуччя	2			
15-18	низька ступінь благополуччя	3			
0 – 5	низький ступінь витратності	1	<b>II МАТЕРІАЛЬНИЙ ВНЕСОК</b>		
6-0	середній ступінь витратності	2			
11-15	високий ступінь витратності	3			
11-15	високий рівень повноти життя	1	<b>III СМИСЛОВІ НАБУТТЯ</b>		
6-10	середній рівень повноти життя	2			
0-5	низький рівень повноти життя	3			
18-6	Радує	1	<b>IV ПОЧУТТЯ, ЩО ПЕРЕЖИВАЮТЬСЯ</b>		
(-5) – 5	нейтральні	2			
-6 – (-18)	засмучують	3			
6-3	отримані блага перевищують жертви	1	<b>V ЕКЗИСТЕНЦІЙНІ ЖЕРТВИ ЧИ НАДБАННЯ</b>		
2-(-2)	жертви рівновеликі	2			
-3 – (-6)	жертви перевищують благо	3			

## Інтерпретація результатів

Своєрідність методики оцінки та прогнозування психологічного розвитку ситуацій міжособистісної взаємодії полягає в тому, що вона може застосовуватися як обома партнерами, якщо вони обидва прийшли на консультацію, так і в роботі з одним із членів діади. Якщо бланки методики заповнює пара, інструкція має вигляд, як зазначено вище (Додаток 1, бланк методики). У випадках, коли на консультацію приходять один із партнерів, психолог працює із образом ситуації, тобто стражденний заповнює бланк методики і за себе, і за свого партнера. Тоді інструкція для бланка **Б** набуває наступного вигляду: «Для об'єктивації обговорюваної ситуації та прогнозу варіантів її розвитку оцініть, будь ласка, у балах наведені нижче характеристики відносин, **виходячи з її розуміння Вашим партнером.**

У кінцевій матриці здобутків та жертвувань (див. ключ) по кожному з п'яти вимірюваних параметрів відносин («психосоціальні цінності», «матеріальний внесок», «смилові набуття», «почуття, що переживаються», «екзистенційні жертви») методика передбачає **три ранги**, величина яких дає можливість зорієнтуватися в мірі задоволеності, витратності, повноти, приємності та обтяжливості стосунків.

Таким чином, в результаті ми отримуємо наступну класифікацію стосунків (у крайніх їх проявах): 1) **безпроблемні**, коли обидві сторони живуть з відчуттям добробуту, низької витратності, високої повноти життя, у радісних почуттях та з відчуттям, що отримані блага перевищують жертви; 2) **нещасні** (стосунки залежності або паразитизму), коли одна сторона живе з відчуттям неблагополуччя, високої міри затратності, низької міри

повноти життя, у засмучених почуттях та з розумінням, що жертвування перевищують блага, тоді як інша сторона паразитує на них (стосунки експлуатації); 3) різні види **компенсаторних (партнерських) стосунків**, у яких між сторонами відбувається своєрідний обмін вкладами та жертвуваннями за кожним із п'яти параметрів, що дозволяє їм балансувати ціною відмови від одних цінностей заради набуття інших.

Взагалі можливий і четвертий базисний варіант відносин, у якому витрати і добробут, як і жертви кожної зі сторін рівновеликі у найнижчих рангах. Очевидно, що це крайній випадок стосунків мазохістів. Практика, проте, показує, що найчастіше практикуючий психолог має справу зі стосунками, описаними у пунктах **2 і 3**. Неважко підрахувати, що потенційна кількість поєднань, тобто комбінацій можливих рангів у остаточній матриці перевищує кілька десятків, що створює широкий простір для діяльності психолога. Однак, у результаті, йдеться все ж таки про переважаючий базисний тип взаємовідносин. При цьому вага, значимість кожного з п'яти основних параметрів є надзвичайно важливими для розуміння сутності психологічної проблематики суб'єкта цих відносин, що звернувся за психологічною допомогою. Так, наприклад, при загальному рівному вкладі сторін у стосунки і навіть при переважанні матеріальної складової у діях однієї зі сторін, інша сторона може почуватися нещасною, а відносини оцінювати як нерівноцінні, якщо за параметром «Екзистенційні жертви» вона віддає більше, ніж отримує. Якщо ж, наприклад, йдеться про рівний внесок сторін у взаємовідносини і про рівновелике благо від відносин, але по четвертому пункту («переживання, почуття») пацієнт,

який звернувся по допомогу, скаржитися на поганий стан, велика ймовірність того, що ми маємо справу з емоційним розладом, який психологізується, у той час, як насправді можлива дистимія, депресія чи інші розлади (у тому числі гострий стрес, порушення адаптації, реактивний стан, не кажучи вже про процесуальне захворювання, не діагностоване раніше), або з тим чи іншим різновидом особистісної акцентуації.

У кожному конкретному випадку досить легко можна спрогнозувати динаміку розвитку стосунків, відштовхуючись від вихідного балансу витрат і благ, що породжуються ними. Безпроблемні стосунки, на наш погляд, не обмежені у часі за винятком фатальних випадковостей, від яких не застрахований ніхто. Стосунки залежності можуть тривати доти, доки «донор» свідомо чи мимоволі продовжуватиме жертвувати собою задля їхньої підтримки. Компенсаторні стосунки мають тенденцію продовжуватися до моменту, коли через ті чи інші причини, пожертвування однієї зі сторін не перевищуватимуть отримані у стосунках блага. Як правило, такий стан справ створює ситуацію загрози, яка є приводом для звернення до психолога. Повторюся: чи не найважливішою особливістю застосування методики, є її рефлексивний характер. Це означає, що вихідний стимульний матеріал (опитувальний лист) можуть заповнювати не тільки обидві сторони, що взаємодіють, а й одна людина, саме той, хто звернувся по психологічну допомогу. Саме його (її) уявлення про поведінку іншої сторони з урахуванням можливої дії механізмів проєкції та каузальної атрибуції і відкриває подальші перспективи запропонованого діагностичного інструменту.

## Додаток 2.

### ПРИКЛАДИ АНАЛІЗУ РЕЗУЛЬТАТІВ ДІАГНОСТИЧНОЇ МЕТОДИКИ

Розглянемо приклади реальних результатів діагностики міжособистісних відносин із позицій етичного персоналізму.

#### Приклад 1.

Сума балів		РАНГ		Сторона А	Сторона Б
0-7	висока ступінь благополуччя	1	<b>I ПСИХОСОЦІАЛЬНІ ЦІННОСТІ</b>	2	1
8-15	середня ступінь благополуччя	2			
16-21	низька ступінь благополуччя	3			
0-5	низький ступінь витратності	1	<b>II МАТЕРІАЛЬНИЙ ВНЕСОК</b>	2	1
6-10	середній ступінь витратності	2			
11-15	високий ступінь витратності	3			
11-15	високий рівень повноти життя	1	<b>III СМИСЛОВІ НАДБАННЯ</b>	2	1
6-10	середній рівень повноти життя	2			
0-5	низький рівень повноти життя	3			
18-6	радує	1	<b>IV ПОЧУТТЯ, ЩО ПЕРЕЖИВАЮТЬСЯ</b>	2	1
(-5)-5	нейтральні	2			
-6-(-18)	засмучують	3			
6-3	отримані блага перевищують жертви	1	<b>V ЕКЗИСТЕНЦІЙНІ ЖЕРТВИ ЧИ НАДБАННЯ</b>	3	1
2-(-2)	жертви рівновеликі	2			
-3-(-6)	жертви перевищують благо	3			

Заповнений бланк методики належить 27-річній пацієнтці, яка звернулася на консультацію з приводу чоловічих і жіночих відносин, що розладналися. Як видно з остаточного рангового балу по кожному з 5 параметрів, що вимірюються, в даному випадку в наявності приклад нещасних відносин, в яких пацієнтка (сторона А) більше жертвує собою, ніж її партнер (сторона Б). Іншими словами, фактично партнер приносить її в жертву. Саме відчуття дискомфорту, неблагополуччя, нещасливості у стосунках поза конкретними приводами та конфліктною ситуацією привело жінку на консультацію. Характерно, що партнер відмовився від подібних «дурниць». Осмислення своєї віктимної позиції та аналіз сформованої ситуації згідно з Протоколом консультативної роботи (див. розділ 5), забезпечив необхідне емоційне відреагування та рефлексію, потрібну для подолання психологічної пастки «Каїн – Авель».

Приклад 2.

Сума балів		РАНГ		Сторона А	Сторона Б
0-7	висока ступінь благополуччя	1	<b>I ПСИХОСОЦІАЛЬНІ ЦІННОСТІ</b>	1	2
8-15	середня ступінь благополуччя	2			
16-21	низька ступінь благополуччя	3			
0-5	низький ступінь витратності	1	<b>II МАТЕРІАЛЬНИЙ ВНЕСОК</b>	2	2
6-10	середній ступінь витратності	2			
11-15	високий ступінь витратності	3			
11-15	високий рівень повноти життя	1	<b>III СМИСЛОВІ НАДБАННЯ</b>	2	2
6-10	середній рівень повноти життя	2			
0-5	низький рівень повноти життя	3			
18- 6	радує	1	<b>IV ПОЧУТТЯ, ЩО ПЕРЕЖИВАЮТЬСЯ</b>	2	2
(-5)-5	нейтральні	2			
-6(-18)	засмучують	3			
6-3	отримані блага перевищують жертви	1	<b>V ЕКЗИСТЕНЦІЙНІ ЖЕРТВИ</b>	2	1
2(-2)	жертви рівновеликі	2			
-3(-6)	жертви перевищують благо	3			

Даний бланк методики належить 30-річній пацієнтці (на бланку – сторона А), яка звернулася на консультацію з основною скаргою, яка полягала в тому, що вона почувається невпевнено у відносинах, що склалися у неї з чоловіком, з яким вона планувала створити сім'ю. Як видно з отриманих результатів, насправді стосунки з чоловіком мають партнерський характер. У цій ситуації справа в кінцевому підсумку виявилася в тому, що у пацієнтки загострився дистимічний розлад, який спотворював сприйняття ситуації, що сприяла виникненню почуття невпевненості та занепокоєння. Наступні консультації, у тому числі із залученням партнера, уточненням основного діагнозу та призначенням поєднаної психофармакотерапії дозволили пацієнтці відновити душевну рівновагу та гармонізувати стосунки.



*Навчальне видання*

**БОНДАРЕНКО** Олександр Федорович

# **ЕТИКОЦЕНТРОВАНЕ ПСИХОЛОГІЧНЕ КОНСУЛЬТУВАННЯ**

## **Індигенний підхід**

Навчальний посібник

Підписано до друку 25.03.2026 р. Формат 60x84/16.  
Папір офсетний. Гарнітура Arsenal. Цифровий друк.  
Ум. друк. арк. 9,88. Наклад 50. Замовлення № 26-035.  
Віддруковано з готового оригінал-макета.

-----  
Видавничий центр КНЛУ  
Свідоцтво: серія ДК 1596 від 08.12.2003 р.