

Каліщук С. М.

*доктор психологічних наук, професор,
професор кафедри психології особистості та соціальних практик
Київського столичного університету імені Бориса Грінченка*

Цюман Т. П.

*кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри психології особистості та соціальних практик
Київського столичного університету імені Бориса Грінченка*

МЕТОДОЛОГІЧНІ КОНСТРУКТИ КОМПАРАТИВІСТИЧНОЇ МОДЕЛІ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНОЇ ДОПОМОГИ СІМ'Ї

METHODOLOGICAL CONSTRUCTS OF THE COMPARATIVE MODEL OF PSYCHOTHERAPEUTIC ASSISTANCE TO THE FAMILY

У статті обґрунтовано необхідність компаративістичної, системно-порівняльної інтеграції множини науково доведених і практично перевірених підходів до надання психотерапевтичної допомоги у сімейній терапії. Простідовано зв'язок психотерапевтичних концепцій та їх методів на рівні теоретичних обґрунтувань, запозичень, наукових ідей, зокрема між індивідуальною психологією та трансактним аналізом; логотерапією та екзистенційним аналізом; психодрамою і гештальт-терапією; психосинтезом і гештальт-терапією; гуманістичною та екзистенційною психологією; екзистенційною та трансперсональною психологією; бодинамікою і трансперсональною психологією; нейролінгвістичним програмуванням і системною сімейною терапією; гештальт-терапією і системною сімейною терапією. Розкрито питання створення ментальних карт психологічних терапевтичних систем. Констатовано актуальність міжпарадигмального зближення психологічних психотерапевтичних систем на відміну від попереднього полярного і змагального періоду їх зародження. Окреслено компаративістичний ракурс аналізу багатовимірної площини психотерапевтичної допомоги у сімейній терапії із обґрунтуванням семи методологічних підходів: психотехнічного; онтологічного; системного; транстеоретичного екзистенційно-системного; структурного; спектрального; біографічно-екзистенційного. Розкрито ключові дихотомічні конструкти, що визначають кожен із методологічних підходів та описують елементи аналізу в процесі надання психологічної допомоги сім'ї. До таких конструктів віднесено: захист – хотіння; свідоме – несвідоме; межі – контекст; виклики – реалістичність; динаміка – складність; простір – час. Доведено, що компаративістична методологія вносить предметно-зорієнтовані обриси у сімейну психотерапію і ґносеологічно охоплює принципово різні рівні внутрішнього світу клієнта/клієнтів, що у результаті створює безліч спеціальних (парадигмальних) відбитків запиту клієнтів у психологів різних шкіл.

Ключові слова: компаративістика, психотерапевтичні парадигми, міжпарадигмальність, методологічні підходи, дихотомічні конструкти, фрагменти компаративістичної мозаїки, допомога сім'ї.

The article substantiates the necessity of a comparative, systematic and comparative methodology for integrating a set of scientifically proven and practically tested approaches to the provision of psychotherapeutic care in family therapy. The author traces the connection between psychotherapeutic concepts and their methods at the level of theoretical substantiation, borrowing ideas, in particular between individual psychology and transactional analysis; logotherapy and existential analysis; psychodrama and Gestalt therapy; psychosynthesis and Gestalt therapy; humanistic and existential psychology; existential and transpersonal psychology; body dynamics and transpersonal psychology; neuro-linguistic programming and systemic family therapy; Gestalt therapy and systemic family therapy. The issue of creating mental maps of psychological therapeutic systems is revealed. The relevance of the inter-paradigmatic convergence of psychological psychotherapeutic systems in contrast to the previous polar and competitive period of their origin is stated. The comparative perspective of the analysis of the multidimensional plane of psychotherapeutic care in family therapy is outlined with the substantiation of seven methodological approaches: psychotechnical; ontological; systemic; transtheoretical existential-systemic; structural; spectral; biographical-existential. The key dichotomous constructs that define each of the methodological approaches and describe the elements of analysis in the process of providing psychological assistance to a family are revealed. These constructs include the following: protection – desire; conscious – unconscious; boundaries – context; challenges – realism; dynamics – complexity; space – time. It is proved that the comparative methodology introduces specific-oriented outlines into family psychotherapy and epistemologically covers fundamentally different levels of the client's inner world, which as a result creates many special (paradigmatic) imprints of clients' requests from psychologists of different schools.

Key words: comparativism, psychotherapeutic paradigms, inter-paradigmaticity, methodological approaches, dichotomous constructs, fragments of the comparative mosaic, family assistance.

Постановка проблеми. Психологічна наука і практика за майже 150 років функціонування пройшла шлях від хаотичного дослідження фрактальних структур психічного до інтеграції множини науково обґрунтованих і практично перевірених підходів із загальною для всіх метою – побудова ціліс-

ного знання про психічну діяльність людини та про її стосунки і взаємодії із собою, іншими людьми і світом. Відомо, що кожна навіть переконливо доведена, але лінійна теорія з виокремленим переліком досліджуваних ознак, по-перше, буде завжди недостатньою для опису складної системи, до якої

належить людина або родина. По-друге, ніколи не виявить характеристик і механізмів послідовного зростання таких складних систем. Відтак, лінійна теорія не у силах враховувати всі грані складного феномену психічного не тільки в його найбільш системних проявах, зокрема, таких як свідомість, несвідоме, змінені стани, сомато-психічні співвіднесення, інтенційність, генеза і динаміка психічного. Але і у предметно об'єктивованих проявах психічної діяльності: стосунки, мотивація та поведінка, динаміка родинного життя.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. На початку 20 століття окремі психічні ознаки із ангажованим правом першості у їх виявленні визначалися авторами як відмінні і, навіть, межові, наприклад у класичному психоаналізі (несвідоме, підсвідоме, психологічні механізми захисту), у біхевіоральній психології (стимул-реакція, оперантна поведінка) та гуманістичному напрямку (внутрішній потенціал, самоприйняття). У подальших доробках психологів обмеження знімалися, межі все більш і більш зближувалися. Відбувався еклектичний пошук можливості поєднання окремих парадигм у загальну систему психологічного знання і вмінь, що апріорно містить необмежені ресурси надавати психологічну допомогу людині/родині. На сьогодні, на рівні теоретичних обґрунтувань, запозичень ідей, і, частіше, на рівні прикладних методів простежується зв'язок концепцій та методів, зокрема:

1. Індивідуальної психології та трансактного аналізу – ідея цілеспрямованості життя і соціального інтересу перегукується із аналізом «життєвих сценаріїв». Спільним є орієнтація на міжособистісні стосунки, на важливість раннього дитинства у формуванні «життєвого сценарію», на аналізі поведінки як цілеспрямованої та соціально зумовленої.

2. Логотерапії та екзистенційного аналізу – екзистенційний аналіз розвиває логотерапію, доповнюючи її глибшими психологічними та феноменологічними аспектами особистого досвіду. Спільним є пошук смислу як центрального мотиву людського буття, зосередженість на внутрішній свободі людини та відповідальності.

3. Психодрами і гештальт-терапії – використання рольової гри, експериментування та тілесна експресія для інтеграції особистісного досвіду. Спільним є робота в «тут-і-тепер», активне залучення клієнта в дію, вираз і усвідомлення емоцій.

4. Психосинтезу і гештальт-терапії – інтеграція частин «Я», розвиток усвідомленості та саморефлексії. Спільне – акцент на інтегруванні особистості та сприйняття парціальних внутрішніх частин як її варіативності.

5. Гуманістичної та екзистенційної психології – філософський аналіз життя, примус скінченності, самотність, відповідальність, смисл. Спільне – фокусування на особистості, на унікальності та свободі вибору, віра у здатність людини до зростання та самореалізації.

6. Екзистенційної та трансперсональної психології – глибинні теми буття. Спільне – інтерес до

глибинного існування, духовності, смислу, вихід за межі «Его».

7. Бодинаміки і трансперсональної психології – тіло як провідник досвіду, інтеграція тілесного і духовного. Спільне – залучення тіла як ключа до несвідомого та як шлях трансформації.

8. Нейролінгвістичного програмування і системної сімейної терапії – зміна поведінки через вплив на структуру сприйняття, мислення і мовлення. Спільне – робота з комунікаційними патернами поведінки та системними взаємозв'язками.

9. Гештальт-терапії і системної сімейної терапії – аналіз динаміки взаємодії, контакту, ролей у сімейній системі. Спільне – орієнтація на «контакт» і на взаємодію у реальному часі, усвідомлення ролей у системі.

Проте, слід підкреслити, що наявна конвергенція психологічних терапевтичних систем відбувається, здебільшого, за відсутності площини, на координатних осях якої можна було б здійснити предметний порівняльний аналіз їх одиниць аналізу, механізмів дії, операційних технік та зон застосовування. Саме такий підхід відкриває перспективу об'єктивувати у порівняльному аналізі необхідність і достатність їх використання у роботі з сімейними утрудненнями та конкретними запитами.

Мета статті полягає в обґрунтуванні компаративістичної моделі «психотерапевтичного поля» надання допомоги сім'ї із виокремленням методологічних підходів і зумовлених ними дихотомічних конструктів опису елементів контакту в сімейній терапії.

Виклад основного матеріалу. Питання створення ментальних карт психологічних терапевтичних систем має свою історію, воно піднімалося і ґрунтовно розглядалося, наприклад, у роботах J.K. Zeig і W.M. Munion та J. Prochazka і J. Norcross [6]. J.K. Zeig і W.M. Munion запропонували зануритися у значущість і різноманітність психотерапевтичних підходів через досвід 81-го визнаного психотерапевта, кожен з яких є представником певної психотерапевтичної школи, зокрема – психодинамічної, гуманістичної і експерієнтальної, поведінкової, філософської, еклектичної і інтегративної, системної і сімейної, групової і гіпнотерапії [6]. Залучені фахівці окреслили власний професійний погляд на природу і практику психотерапії, на взаємозв'язок між психотерапевтичною теорією та особистістю психотерапевта, а також на можливість поєднання різних підходів. J.K. Zeig і W.M. Munion здійснили аналіз отриманих уявлень психотерапевтів використовуючи чотирикрокову схему найбільш узагальненого формату, а саме – визначення поняття «психотерапія», стисла характеристика методу, критичні зауваження: переваги та недоліки підходу. Підводячи підсумки, автори детально порівнюють представлені фахівцями «одиниці аналізу» певного методу, які відповідають тій чи іншій теорії та на практиці дають можливість увійти у світ клієнта. Крім того, J.K. Zeig і W.M. Munion доречно наголошують на тому, що «неприборкане зростання кількості напря-

мів психотерапії не може не викликати здорового скептицизму... Перед психологами стоїть завдання: запропонувати метаперспективу особистості та терапевтичного втручання, яка включала б у себе все, що ми на сьогоднішній день знаємо, і сприяла б зростанню й розвитку нашої професії» [6].

Не менш відомою є спроба вибудувати J. Prochazka і J. Norcross загального простору 16-ти провідних систем психотерапії із уведенням восьми ознак аналізу, а саме: теорія особистості, теорія психопатології, терапевтичні процеси, терапевтичний зміст, терапевтичні стосунки, практичні аспекти терапії, ефективність терапії, критика терапії [5]. J. Prochazka і J. Norcross слушно зазначають, що ефективні результати психологічної практики різних психологічних шкіл свідчать про наявність схожих уніфікованих рис, про їх конвергенцію, яка й приводить до терапевтичного успіху, незалежно від використаних психотерапевтичних методів. Підкреслюючи ефективність стрімкого розвитку множинних психологічних підходів, J. Prochazka і J. Norcross, парадоксально наголошують, що «психотерапія зазнала нищівного удару від власного блискучого розвитку, її стабільності загрожує надмірно багатий вибір психологічних методів» [5]. Водночас, автори приходять до висновку, що «жодна система психотерапії і жодна теорія не є достатньо повною, щоб відповідати складності пацієнта» [5].

Отже, в умовах видатного розвитку психологічної науки і практики психологами тривалий час констатується актуальність міжпарадигмального зближення психологічних психотерапевтичних систем на відміну від попереднього полярного і змагального періоду їх зародження. Актуалізований підхід, по-перше, має бути компаративистичним, порівняльно-інтегративним із знаходженням для кожної концепції ключової ознаки, що обґрунтовує предметну сферу її застосування, зокрема, у сімейній терапії, та реалізації загальної мети надання психологічної допомоги родині. По-друге, має передбачати вибудовування спільного підґрунтя для строкатого переліку різних наукових шкіл і напрямів, теорій і парадигм. А саме – створення тла, яке функціонує, наприклад, за закономірностями «теорії поля» К. Левіна [4], зокрема з метою визначення та застосування фахівцем оптимальної, ефективної та екологічної психотерапевтичної схеми і стратегії психологічної допомоги конкретній людині (родині).

Відтак, з метою підвищення ефективності психологічної допомоги, зокрема родині, тенденція до більшої конвергенції психологічних систем відбиває «дорослий період» розвитку психологічних як науки і практики та спрямована нівелювати відстані й «непереборні» межі ранніх шкіл. Це означає запровадження відкритої інтегративної творчості і транстеоретичного діалогу. Слід підкреслити, що традиційна одномірна антропологія кожної із психотерапевтичних систем має власну методологічну значущість. Проте, засвоєння, опрацювання та використання у практичній роботі без перебільшення безцінних досягнень кожної з них, викликає

невпевненість як у студентів-психологів, так часто і у викладачів. А потім, що природньо, і у випускників-психологів, які шукають у безмежному просторі психологічних шкіл острівця-порятунку від «нормативної» професійної невпевненості «новачка» у вигляді простого і «найефективнішого» прикладного інструменту.

Відомо, що однією із причин тривалості диференціації знання у психологічній науці і практиці є труднощі у співвіднесенні теоретичних принципів та прикладних методів різних психологічних спрямувань. Спробою переосмислення теоретичних моделей надання психотерапевтичної допомоги клієнтам може бути ідея компаративістики методів роботи у сімейній терапії. Компаративістика означає здійснення порівняльно-інтеграційного аналізу психотерапевтичних підходів до опрацювання клієнтських запитів у царині сімейних систем: між подружніх та сексуальних стосунків, міжрольових проблем, дитячо-батьківських та міжпоколінних узгоджень тощо.

Однак, слід враховувати, що компаративістичний ракурс аналізу створює багатовимірну площину, яка стає можливою за умови її базування на комплексній методологічній основі із врахуванням, зокрема, таких підходів:

- 1) психотехнічного;
- 2) онтологічного;
- 3) системного;
- 4) транстеоретичного екзистенційно-системного;
- 5) структурного;
- 6) спектрального;
- 7) біографічно-екзистенційного.

Кожен із підходів вносить у порівняльно-інтегративну площину ключовий дихотомічний конструкт, який визначає ключовий фрагмент компаративістичної мозаїки «психотерапевтичного поля» надання допомоги сім'ї. Тому зробимо акцент на «фрагментах-конструктах», що зумовлюються означеними методологічними принципами (рис. 1).

Визначимо вектор опису конструктів «від внутрішнього до зовнішнього» відповідно до логіки латентної акумулятивної інтенції, що викликає переживання неблагополуччя і актуалізує у клієнта/клієнтів необхідність звертання до психолога. Саме тому почнемо із центральних конструктів, а саме, з тих, що відкривають доступ до стрижневої складової психотерапевтичного процесу.

Біографічно-екзистенційний підхід – це метод реструктуризації особистості в її життєвій історії. Біографія є викладом життя і розумінням історії персонального життя. Тим, що визначає буття і є формою екзистенції. Призводить біографічно-екзистенційний підхід до пошуку відповідей на питання: «Як життя клієнтів може розгортатися?», «Як воно вплітається у царину системи їх діяльності?», «Як людина обходиться із своїм життям?», «Які потреби і способи їх задоволення/не задоволення створює потік персонального життя?», «Які рішення приймаються/не приймаються у відповідь на події життя?»



Рис. 1. Дихотомічні конструкти компаративістичного аналізу психотерапевтичної площини

Через переживання безпеки/небезпеки (захисту/незахищеності), а також того, що цікавить (бажання/хотіння) спрямовується актуальне становлення особистості і створюється персональний життєвий проєкт, який у родині помножується на партнерську пару та реалізацію потреб дітей і батьків похилого віку.

Спектральний підхід визначає принцип теоретико-методичної додатковості щодо очікуваного психотерапевтичного результату. Ключовим дихотомічним конструктом є «свідоме-несвідоме», врахування обох полюсів якого розкриває вагомі аспекти походження наявної у клієнтів зумовленості «перцептивно-моторного» ракурсу сприймати реальний світ та формувати на цій засаді своє ставлення й «співвіднесення зі світом». Головним чинником такої детермінованості є зафіксовані емоційні програми, що мають вузький діапазон та високу інтенсивність, відрізняються масштабом впливу не тільки на загальний психологічний стан людини, але й на пізнання нею нової інформації, на обрання способів комунікації, на сприйняття і переживання утруднень та прийняття рішень.

Структурний підхід полягає у визначенні ізоморфізму, взаємодії та координації понять вихідних парадигмальних систем у компаративістичній площині. «Межі» і «контекст» можна розглядати як конструкти, що забезпечують аналіз особистості у системних зв'язках, в яких унікальний елемент має/не має персональні межі у будь якому контексті взаємодії із соціальним оточенням або у співвіднесенні із світом. Переживання «співвіднесення Я зі світом» інтенційно спрямовано на знаходження того смислу, що на даний момент зумовлює якість та вміст екзистенції людини і викликає самодетермінацію, самодистанціювання, рефлексивні процеси, внутрішній діалог та, як наслідок, динаміку архітекτονіки смислових полів свідомості [1].

Транстеоретичний екзистенційно-системний підхід є множинною системою забезпечення процесу смислової динаміки свідомості особистості

через прийняття і проживання викликів життя з метою досягнення автентичних установок, свободи й відповідальності щодо власної екзистенції та світу. Знаходження персональної відповіді на життєві виклики (невизначеності, складності, різноманітності, вибору, резигнації) виступає спонтанною, визначально притаманною активністю, що посилює людину, робить її експансивною і, водночас, спрямовує на ускладнення і розвиток. Виклики/запити світу розглядаються як умови і канали розповсюдження напруги, що вмикають процеси «співвіднесення Я зі світом», «самовіднесення» та активного переборення «опору середовища» через відкриття смислів. Саме тому побудова оновленої реалістичної картини світу є головним завданням і означає усвідомлення клієнтами власної специфіки інтрапсихічного (самовіднесення), інтерпсихічного і екзистенційного ракурсів «співвіднесення Я і світу» у ситуації, що переживається як неблагополучна [1].

Системний підхід уможливорює врахування нелінійності розвитку складних систем, до яких належать людина і родина. Іntenційний рух/динаміка системи до нарощування її складності зумовлюється розпадом первинних об'єднувальних локалізованих процесів, які забезпечували підтримання вихідної структури за певними законами. Можливість створювати вільні зв'язки у системі проявляє, водночас, і ресурс для реорганізації смислової архітекτονіки, і середовище для реалізації цього ресурсу. Завершення та зміна/оновлення зав'язків/емоційних налаштувань зменшує шанс повернутися до первісної звичної та захисної форми стабільності системи. Саме так відбувається перехід на новий рівень функціонування особистості через досягнення клієнтом найбільш прийнятного емоційного рівня. Поводження родини залежить від того, якими емоційними зв'язками поєднані між собою члени родини. А динамічна складність системи означає існування потенційно великої кількості зв'язків між її елементами в силу того, що кожен елемент може перебувати у декількох різноманітних станах («завжди любила

і зараз люблю чоловіка, але не можу витримувати його знецінення мене»).

Онтологічний підхід дозволяє побудувати загальну площину для зображення консультативного процесу, що забезпечує самопізнання і саморозкриття клієнтів та створення можливостей для автентичного реагування на персональну життєву ситуацію. Можливість окреслення клієнтом способу і здатності відображати (уявляти, переживати, розуміти) світ розкривається у конструктах «простір» і «час». Зауважимо, що простір завжди є тим, що створено за участю всіх контурів свідомості людини (сенсорно-перцептивного, мнемічного, уяви, мисленнєвого, афективного, рефлексії) [1]. А тому, простір – це здатність структурувати, впорядковувати і співвідносити враження із життєвого поля людини. А. Ленгле наголошує, що свідомість – виконує дії розрізнення, в яких простір є суб'єктивною диференціацією між внутрішнім і зовнішнім [3]. Час, як зауважує А. Ленгле, означає наявність відповідного випадку або можливості. А тому час є потенційністю людини. Тому саме постійні зміни обставин, подій, випадків і переживана завдяки цьому нестабільності дозволяє людині проживати час. Відтак у конкретних обставинах через реалізацію можливостей людині вдається «вхопити» потік часу й активно установити себе в ньому у спосіб наповнення часу. Саме потенційні можливості людини у проживанні певних обставин роблять час наповненим. Отже, екзистенціальний час пов'язаний із трьома фактами, а саме: «чогось вже ніколи не буде», «щось нам ще належить», «чогось немає зараз».

Психотехніка роботи з психікою – це рух від меншого до більшого, який має траєкторію від конкретного випадку («ознаки реалістичності») до узагальненої цілісної дії, а саме – віднаходження регуляційних смислових зв'язків між елементами «картини світу», в якому активується переживання «Я-Можу/не Можу-Бути-Тут» [2]. Процеси змін і одиниці аналізу психотехнічного підходу спрямо-

вані на об'єктивацію ознак реалістичного співвіднесення людини із світом на тлі тих обставин і подій, пережиття яких приводить клієнта до психолога. Пере-життя – це психологічна дійсність людини, яка є джерелом й, водночас, механізмом динаміки смислів, їх еволюціонування, інволюціонування, плінності, реактивності, почуттєвості. Процес змін окреслює вектори і специфіку динаміки тілесних, емоційних, когнітивних патернів клієнтів. Одиниці аналізу як важелі впливу забезпечують можливість входження у світ клієнта та визначають фокус уваги та логіку вирішення запиту. Відповідно до багатовимірної методологічної площини одиницями аналізу можуть слугувати означені дихотомічні конструкти: захист – хотіння; свідоме – несвідоме; межі – контекст; виклики – реалістичність; динаміка – складність; простір – час.

Висновки. Відтак методологічні конструкти-фрагменти компаративістичної мозаїки «психотерапевтичного поля» надання допомоги сім'ї вибудовують базовий каркас аналізу сімейних запитів клієнтів. Міжпарадигмальна методологія вносить предметно-зорієнтовані обриси у сімейну психотерапію і визначає, по-перше, застосовану теоретичну призму і особистісні пріоритети психолога. По-друге, гносеологічно охоплює принципово різні рівні внутрішнього світу клієнта, що у результаті створює безліч спеціальних (парадигмальних) відбитків запиту клієнтів у психологів різних шкіл. Подальший інтерес полягає у побудові панорамного бачення психотерапевтичної допомоги сім'ям через проведення порівняльно-інтегративного аналізу парадигмальних методів, із виокремленням номотетичного й ідеографічного планів методів сімейної терапії та механізмів генези і функціонування образу світу («життєвого світу», «життєвого простору», «світу для мене») як багатовимірного смислового тла, унікально зображеної дійсності людини в контексті засвоєного нею історично-культурного досвіду, особистісної історії та перспектив майбутнього [1].

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Каліщук С.М. Генеза смислової архітектури свідомості майбутніх психологів-консультантів. Львів: Сполом. 498 с.
2. Каліщук С.М. Ресурсна матриця психологів-консультантів у подіях війни. Київ: МайстерКниг, 2023. 120 с.
3. Längle A. The existential fundamental motivations structuring the motivational process. Nova Science Publishers. Vene, 2011. 41–56.
4. Lewin K. Field Theory in Social Science. Harper & Brothers; First Edition. 1951. 374 p.
5. Prochazka J., Norcross J. Psychotherapy System. A Transtheoretical Analysis. New York: Oxford University Press. 2018.
6. What is Psychotherapy?: Contemporary Perspectives Hardcover / by Jeffrey K. Zeig, W. Michael Munion. Jossey-Bass Inc., U.S., 1990. 448 p.