

8. Кроль Л. Образы и метафоры в интегративной гипнотерапии. – СПб: Класс, 1999. – 144 с.
9. Мария-Луиза фон Франц. Психология сказки. Толкование волшебных сказок. Психологический смысл мотива искупления в волшебной сказке. / Пер. с англ. Р. Березовской, К. Бутырина. – СПб.: Б.С.К., 1998. – 360 с.
10. Ожегов С. И. Словарь русского языка. – М., 1989. Т. 4.
11. Соколов Д. Сказки и сказкотерапия. – М.: Класс, 2000. – 148 с.
12. Юнг К. Г. Архетип и символ. – СПб.: Ленато, АСТ, 1991. – 304 с.
13. Яценко Т.С., Біла О.Г. Психокорекційна сутність методу АСПН // Практична психологія і соціальна робота. – 2001. – № 9. – С. 47 – 50.
14. Яценко Т.С., Іваненко Б.Б., Солодухов В. Психологічна сутність захисних механізмів локалізації та генералізації у контексті глибинної психології // Психологія. Зб. наук. праць. – К.: КПУ ім. Драгоманова. – 2003. – Вип. 21. С. 15 – 23.
15. Яценко Т.С., Іваненко Б.Б., Солодухов В.Л. Метафора: психологічні аспекти дослідження / Актуальні проблеми психології. Зб. наук праць. ч. 12. – К.: Інститут психології ім. Костюка АПН України, 2004. – Т. 1 – С. 144 – 147.

**Резюме:** стаття розкриває психодіагностичні і психокорекційні можливості сказки як способу оптимізації личностних якостей суб'єкта. **Ключові слова:** психодіагностика, психокорекція, архетип, несвідоме, свідоме, сказка.

**Резюме:** стаття розкриває психодіагностичні і психокорекційні можливості казки як засоби оптимізації особистісних якостей суб'єкта. **Ключові слова:** психодіагностика, психокорекція, архетип, несвідоме, свідоме, казка.

© 2012

Л. О. Вороновська (м. Черкаси)

## ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ МЕТОДІВ ПІЗНАННЯ ПСИХІКИ У ПРОЦЕСІ АСПН

**Постановка проблеми.** Актуальність роботи обумовлена тим, що нині практична психологія потребує впровадження методів, зорієнтованих на глибинне пізнання психіки, що ставить перед психологами високі вимоги до їхнього професіоналізму. За цих умов звучується сфера професійного впливу психолога, відбувається обмеження її свідомими аспектами, не володіння інструментарієм процесуальної психодіагностики, відсутність особистісної психокорекції, нерозуміння взаємозв'язків між свідомою й несвідомою сферами суб'єкта, нерозуміння впливу цих взаємозв'язків на характер психологічних захистів. Завдяки методу активного соціально-психологічного навчання (АСПН), розробленому академіком НАПН України Т. С. Яценко, що має глибинне спрямування забезпечується цілісне пізнання психіки суб'єкта в єдності її свідомих та несвідомих виявів, зокрема дослідження переживань, які впливають на структурування системних характеристик психіки. Саме окресленим аспектам присвячено дану статтю, в основу якої покладено психодинамічну теорію, що розвиває Т. С. Яценко, та метод активного соціально-психологічного навчання як форму глибинно-психологічної групової корекції [3].

Таким чином, соціальна значущість проблеми та брак її дослідження в психолого-педагогічній літературі зумовили детальне дослідження та узагальнення літератури.

**Виклад основного матеріалу.** Повздовжній (цілісний) аналіз поведінкового матеріалу в групі АСПН відкриває можливість пізнання несвідомої сфери психіки суб'єкта. Важливо й те, що в АСПН постійно відбувається винахід "своїх" групових вправ і прийомів у ситуації "тут і тепер", а також оволодіння базовими для АСПН методиками, такими як рольова гра, невербальна взаємодія, психодраматичні прийоми, психомалюнок.

Психодіагностика в АСПН має процесуальний характер і не передбачає використання наслідків формалізовано-тестового обстеження учасників до початку занять. Вона відповідає вимогам багаторівневості та порційності. Завдяки такій психодіагностиці груповий процес набуває з часом керованого характеру й цілеспрямованості, зорієнтованої на забезпечення індивідуально-неповторного психокорекційного результату для кожного з учасників навчання [1].

Психодіагностичні прогнози в групі АСПН зумовлюються пізнанням неусвідомлюваної логіки поведінки, а не вербальним вираженням змісту проблеми; психодіагностика в групі АСПН має багаторівневий, повздовжній характер і здійснюється в процесі психокорекційної взаємодії психолога з учасниками навчання.

У формуванні навичок пізнання несвідомої сфери психіки суб'єкту необхідна допомога, яку можуть забезпечити активні методи соціально-психологічного навчання: групова дискусія, психогімнастичні вправи, рольова гра, психодрама, аналіз тематичних психомалюнків та ін. Характерна особливість зазначених методів полягає в можливості забезпечувати рефлексивні знання щодо індивідуальної неповторності особистісної проблеми суб'єкта, її глибинно-психологічних передумов. Вони зорієнтовані на пізнання психологічних

закономірностей в умовах стосунків, які спонтанно виникають («тут і тепер»), на розуміння закономірностей цих стосунків та діагностику внутрішніх причин конкретної поведінки суб'єкта. Процес активного соціально-психологічного навчання здатний розширювати самосвідомість, змінювати характер потреб, впливати на вибір цінностей, формувати ставлення до соціальних норм. Він дозволяє нівелювати деформації особистості, об'єктивувати неконтрольовані настановлення, які деструктивно впливають на характер і зміст спілкування і, таким чином, відкрити перспективу відродження пластичності психічної організації суб'єкта [5].

Групова дискусія є провідним методом активного соціально-психологічного навчання. Це пояснюється абсолютизацією тенденцій спонтанності й невимушеності поведінки. В результаті створюється можливість вивчати базові психологічні захисти, логіку несвідомого й характер внутрішньої програмованості поведінки. В основу методу спонтанної дискусії покладено безпосередню, нерегламентовану вербальну інтеракцію (взаємодію) між членами групи АСПН, завдяки чому навчання наповнюється неповторним змістовним матеріалом, який піддається осмисленню.

Тематика дискусії заздалегідь не планується, а визначається ситуацією у групі. Специфіка використання даної методики в АСПН виявляється в одночасному забезпеченні керівником спонтанності поведінки у групі, інтеграції стосунків між її членами та глибинно-психологічного аналізу отриманого матеріалу [2].

Завдання керівника групи полягає у тому, щоб каталізувати продуктивну активність учасників навчання, акцентувати їх увагу на матеріалі, що має психокорекційне значення.

Таким чином, спонтанна безпосередня дискусія в групі АСПН є керованим процесом, у якому розв'язуються завдання групової динаміки та психокорекції членів групи.

Велику роль у роботі групи АСПН відіграє психомалюнок. Особливим здобутком є розроблена методика цілісного аналізу малюнків у комплексі виконаних тем.

Безсумнівно, психомалюнок істотно відрізняється від малюнка загалом, зокрема художнього. Останній не виконується з прямою метою вираження психологічного змісту згідно з указаною темою. Психологічний зміст художнього малюнка не є центральним у його інтерпретації - він є лише супровідним феноменом художнього смислу, заради якого він і виконувався. Художні полотна створюються з натхнення, невимушено, а психомалюнок зумовлюється спочатку формальною спонкою (темами), які "не створюються" (як художнє полотно), а виконуються в короткий час згідно з інструкцією. Вона ж намагається зблизити психомалюнок із малюнком загалом у плані спонтанності та невимушеності в процесі малювання [4].

Нині існує багато описів психомалюнківих методик та їхніх тестових інтерпретацій. Автори зосереджують увагу на тому, що малюнки втілюють багатоманітність "сигналів", які використовуються психологом для побудови діалога. Не можна не погодитися з тезою, що графічні методи не варто застосовувати ізольовано від інших методів. Важливо й те, що акцентується увага на відсутності єдності поглядів на інтерпретацію результатів психографічного дослідження. Розроблений метод, на відміну від інших тренінгових підходів, ставить за мету пізнання глибинно-особистісних передумов труднощів спілкування суб'єкта. Інші тренінгові методи "орієнтовані на пізнання соціально-перцептивних характеристик, тобто того, що лежить на поверхні", без особливого проникнення в несвідоме. Можливо, саме тому в таких тренінгах психомалюнок майже не використовується, або ж йому не надається такої вагомості, як у групах АСПН. В групах АСПН пропонувалося виконувати малюнок "Я і група" або "Я в групі". Такі малюнки цінні для діагностики емоційного фону в колективі та індивідуальних переживань суб'єкта, для розуміння групової динаміки та її змістових характеристик. Така малювальна продукція учасників АСПН особливо допомагає керівникові-початківцю у формуванні своєї професійної майстерності, відкриваючи можливість опанування глибинних групових процесів, що проходять певні стадії. Психомалюнок об'єктивує приховані у вербальній продукції особливості прояву динаміки індивідуальних і групових змін [8].

Якщо групова динаміка проявляється в повсякденних малюнках учасників АСПН (на період її роботи), то для вивчення динаміки змін індивідуально-особистісних характеристик суб'єкта цього виявляється замало. Й це зрозуміло, адже в полі зору потрібно тримати не лише динамічність характеристик суб'єкта, а й їхню інваріантність, що зумовлюється стереотипністю поведінки.

Проте, особливий психокорекційний ефект забезпечує методика цілісного аналізу комплексу тематичних малюнків, через які вдається проникати в глибинні аспекти психіки, пов'язані з об'єктивуванням внутрішніх суперечностей суб'єкта. Це знаходить вираження в логіці несвідомого - когнітивній передумові "психологічних захистів". Завдяки цілісному аналізу комплексу тематичних малюнків ми можемо виявити логіку несвідомого. А вона, як показує наш досвід, підкорена інфантильним інтересам "Я", в кожному конкретному випадку є неповторною. Якщо звернутися до тестової інтерпретації, то вона обмежується "мозаїчним" тлумаченням змісту малюнка й зовсім неспроможна констатувати логічну організацію несвідомого [5].

Аналіз малюнків ми будемо, спираючися на феноменологічний підхід, який передбачає врахування розуміння малюнка самим автором. Тому вміння аналізувати малюнки межує з мистецтвом, яким потрібно оволодівати в самій практиці. Інтуїція дослідника розвивається в процесі багаторічної праці, в результаті чого виробляється здатність до бачення й прогнозування психіки в несвідомих її проявах, об'єктивованих малюнком.

Феноменологічний підхід до розуміння малюнка поєднується з психоаналітичним, який незмінно має справу з неповторним поведінковим матеріалом пацієнта, і це виводить на каузальні аспекти симптомів.

Під час аналізу вербальна (словесна) й невербальна (малюнкova) продукції набувають рівноправності. Аналіз малюнків за окремими темами та ще в різні дні роботи в групі спонукає апелювати до тих чи інших елементів малюнків [7].

За допомогою інтерпретації малюнків, яка передбачає інтелектуалізацію зображень самим автором, є змога прослідкувати взаємозв'язки між його свідомим і несвідомим. Процедурні аспекти такого дослідження будуються лише на матеріалі "тут і тепер", проте ці горизонталі визначаються активністю несвідомих аспектів психіки, що заявляють про себе по вертикалі. Діагностико-корекційна процедура полягає в зосередженні уваги на системних характеристиках несвідомого, які спрямовують особистісні прояви людини, що виражаються в тенденціях поведінки.

Хоча методика цілісного аналізу комплексу психомалюнків і зародилася в царині групової психокорекції, вона має сильний психодіагностичний ефект, який починає конкурувати з груповим психокорекційним. За глибиною, цілісністю й системністю психодіагностичних висновків дуже часто навіть перевершує груповий ефект. Особливо це проявляється в роботі з людьми потайними, неконтактними, сором'язливими, які відчувають непереборні труднощі у вербалізації думок і почуттів та в рефлексивній активності загалом. У процесі цілісного аналізу комплексу тематичних психомалюнків психологи наближаються до психоаналізу в його базових концептуальних параметрах завдяки тим результатам, які неминуче продукувались такою роботою [9].

Теми малюнків добираються зазвичай у двох напрямках: або пізнання групових феноменів і динаміки групи, або висвітлення почуттів членів групи, історії їхнього життя та характеру ставлення до минулого. Окрім описаних, є багато інших методичних прийомів, наприклад:

- а) малювання на вільну тему;
- б) розмовне малювання: члени групи працюють із обраними ними партнерами парами, в кожній з них один аркуш паперу, пари спілкуються за допомогою образів, ліній, фарб;
- в) спільне малювання: кілька осіб або вся група малюють на одному аркуші, наприклад, групу, її розвиток, настрій, атмосферу та ін.;
- г) додаткове малювання: малюнок передається по колу, один починає малювати, другий продовжує, третій доповнює і т. ін.

Рольова гра відрізняється від психодрами соціальним спрямуванням сюжету. В групі АСПН ця методика має специфічну особливість – вона розгортається в дії, без попередніх сюжетних відпрацювань. Мінімізація інформації про те, що робити, дає змогу учасникам гри набувати творчої самодіяльності, керівництво якою відбувається за допомогою внутрішніх програм їхньої психіки.

Рольова гра в АСПН розгортається в дії без попередніх конкретних настанов стосовно її сюжету.

Мінімізація інформації про те, «що робити», дає змогу учасникам гри діяти творчо у відповідності з внутрішніми програмами їхньої психіки. Важливе значення для психодіагностики має те, як саме в умовах повної свободи суб'єкт структурує рольову ситуацію. Використання методу розігрування рольових ситуацій дозволяє спостерігати членам групи не лише в міжособистісних стосунках, а й у процесі виконання певної соціальної ролі. Матеріал про поведінку суб'єкта в рольовій грі є надійною основою перевірки гіпотез стосовно його особистісної проблеми. Важливе значення в групі АСПН мають методи невербальної взаємодії. Адже саме невербальна поведінка чи не найбільше здатна цілісно виражати психологічний зміст як свідомого, так і несвідомого. Основними функціями невербальних технік є зближення членів групи, взаємопізнання, експлікація таких аспектів психіки людини, які важко вербалізувати. В АСПН використовуються такі різновиди невербальної техніки, як психомалюнок і психогімнастика [5].

Спільним для рольової гри та психодрами є наявність спонтанності, безпосередності й мимовільності дій учасників. Визначення сюжету як рольової гри, так і психодрами є мінімальним. У процесі психодрами кожний член групи з метою загострення проблеми або внесення корективів у спрямованість взаємодії може принагідно подати репліку за іншого. Під час рольової гри в центрі уваги — міжособистісна проблема, психодрами — особистісна. У рольовій грі провідним є професійний чи соціальний аспект, у психодрамі - глибинно особистісний. Психодрама сприяє також розвитку інтуїції й творчих здібностей розумінні внутрішнього світу іншої людини.

Методика топологічного моделювання використовується у контексті групової роботи та передбачає спонтанне відтворення взаємин між близькими людьми (у сім'ї, між партнерами) протагоніста. Протагоністу пропонують обрати з членів групи "сім'ю" та розмістити їх так, щоб фізична дистанція між ними відповідала ступеню їх емоційної близькості. Протагоніст сам вибудовує модель стосунків, у ході чого забороняються будь-які репліки. Учасники, які беруть участь у моделюванні, виступають "глиною", вони є статичні, що зміщує акцент саме на моделювання без задіяння вербальних проявів, ініціативи у рухах поза "ліпленням" протагоніста. За допомогою топологічного моделювання є можливість прослідкувати динаміку стосунків між близькими людьми та бачити позиції, які займають їх члени одне до одного [4].

Порівняно новими методами роботи, які використовуються в АСПН, є робота з предметною моделлю (іграшками), тістом, камінням та неавторськими малюнками.

Метод роботи з предметною моделлю сприяє пізнанню об'єктних відношень особистості, які нерідко зумовлюють викривлення соціально-перцептивної реальності. Така робота дає протагоністові змогу відстежити вимушене повторення драматичних (стереотипних) ситуацій і почуттів, що стабільно переживаються (проте не усвідомлюються) суб'єктом. Цей прийом сприяє також виявленню глибинних детермінант поведінки, породжених едіповою ситуацією, взаємодією з первинними лібідними об'єктами. Він виразно засвідчує, що поряд із варіативністю особистісного досвіду та специфічністю особистісної проблематики спостерігається стереотипність механізмів захисних тенденцій психіки.

Відмічено, що людині важко проговорити, легше змодельовати за допомогою каміння або іграшки. При цьому менше спрацьовуватимуть захисти, а завдяки механізму проекції, всі актуальні переживання будуть представлені.

Тісто - безпечний пластичний матеріал для роботи. Пластичність матеріалу дозволяє вносити численні зміни в роботу, і, відповідно, поправляти емоційне самопочуття. Ліплення дає дивовижну можливість моделювати світ і своє уявлення про нього. У результаті ліплення з тіста з'являється продукт (фігура, картина), який дає численні можливості у виборі подальших технік роботи. Це постановка тестових вистав, реконструкція образу, моделювання [9].

Ліплення може бути індивідуальним та колективним, може використовуватися в діаді «дорослий-дитина», «дорослий-дорослий», може застосовуватися з малюванням, різними додатковими матеріалами. Тісто сприяє прагненню до більш вільного самовираження. Особливим у ліпленні є те, що можна комбінувати ознаки, переносити характеристики одного предмета на інші, тим самим працювати з несвідомим змістовним матеріалом. Тісто можна фарбувати, робити об'ємні або плоскі фігури (мандала), плоскі з додаванням різних матеріалів (тестова композиція).

Учасникам пропонується з солоного тіста виліпити будь-які образи, що виникають у них і знайти собі місце на загальному аркуші ватману. Основні етапи роботи:

1. Вільна активність.
2. Процес творчої роботи.
3. Дистанціювання.
4. Вербалізація почуттів та емоцій.

Слова, символи поживляють яскраві враження і реальні відчуття, здатні запустити природні механізми саморегуляції. Емоційний компонент неодмінно викликає відповідь моторного компонента, а також зміну ходу і характеру думок учасників. Тому, створюючи образ з тіста, можна відчувати задоволення, що відіб'ється на результаті, і настануть зміни в міміці, жестах, ставлення до себе та інших. Особливо корисно в руслі терапії брати позитивні теми. Робота з виразним матеріалом і з безоціночною реакцією дозволяє висловити широкий спектр емоцій, що само по собі вже цілюще.

Невербальні методи – ефективний засіб оптимізації соціально-перцептивної сфери особистості, оскільки увага в них спрямована на «мову тіла», а також на характеристики психіки, які можна розглядати у просторі та часі. До засобів невербальної взаємодії належать міміка й жести, рухи тіла, дистанція, пауза. Невербальні прийоми застосовуються для стимулювання взаємодії, зближення членів групи, взаємо пізнання, експлікацію аспектів психіки, які важко вербалізувати [1].

Застосування методів активного соціально-психологічного навчання дозволяє формувати соціально-перцептивний інтелект, який відіграє таку ж вагому роль у службовому зростанні, як і фахові знання, уміння та навички.

Отже, метод АСПН, завдяки своїй глибиннопсихологічній орієнтації та психоаналітичній спроможності окремих методик, розширює можливості психокорекції, переборюючи обмеження соціотренінгу лише соціально-перцептивним рівнем. АСПН ґрунтуються на єдності всіх методичних прийомів, що каталізують процес розширення самосвідомості суб'єкта.

Психокорекційний процес у групі АСПН має свою суттєву специфіку, яка виражається в цілісності та єдності всіх методичних прийомів, в пізнанні цілісних проявів психіки учасників навчання своєю емоційною, когнітивною та біхевіоральною сферами. Оскільки АСПН орієнтується на глибинні аспекти психіки людини, її несвідомі прояви, особливої цінності набуває спонтанність і невимушеність поведінки, коли різними методами пізнається внутрішня детермінованість учинків. Психокорекція у процесі АСПН орієнтується на пізнання індивідуальної неповторності несвідомого кожного учасника навчання через використання різних методів пізнання психіки. Психокорекція в АСПН є багаторівневою й базується на механізмах позитивної дезінтеграції та вторинної інтеграції на більш високому рівні психічного розвитку.

### Література:

1. Гринсон Р. Р. Практика и техника психоанализа. – Новочеркасск.: Агенство САГУНА, 1994. – 339 с.
2. Калина Н. Ф. Основы психоанализа. – М.: Рефл-бук, 2001. – 352 с. – Библ.: 340-345 с.
3. Психотерапевтическая энциклопедия / Под ред. Б. Д. Карвасарского – СПб.: Питер, 1998. – 752 с.
4. Фрейд З. Психоаналитические этюды. – Мн.: ООО „Попурри“, 1997. – 606 с.
5. Яценко Т. С. Активна соціально-психологічна підготовка вчителя до спілкування з учнями. - К.: Освіта, 1993
6. Яценко Т.С. Від тестового до психоаналітичного розуміння психомалюнка // Педагогіка і психологія. 1995. № 2.
7. Яценко Т. С. Основи глибинної психокорекції: феноменологія, теорія і практика – К.: Вища школа, 2006. – 382 с.
8. Яценко Т. С. Психологічні основи групової психокорекції. Навч. посібник. – К.: Либідь, 1996. -264 с.
9. Яценко Т. С. Теорія і практика групової психокорекції: активне соціально-психологічне навчання: [навчальний посібник]. – К.: Вища шк., 2004. – 679 с.

**Резюме:** В даній статті висвітлені методи пізнання психіки у процесі АСПН. Обґрунтовано доцільність використання методів на різних етапах роботи групи, що пов'язано з процесами інтеграції та дезінтеграції. **Ключові слова:** АСПН, психокорекція, психодинамічна теорія, захисні механізми, психогімнастичні вправи, психодрама, психомалюнок, рольова гра, психогімнастика, групові дискусії, інтеграція, дезінтеграція.

**Резюме:** В данной статье раскрыты методы познания психики в процессе АСПО. Обосновано целесообразность использования методов на разных этапах работы группы, что связано с процессами интеграции и дезинтеграции. **Ключевые слова:** АСПО, психокоррекция, психодинамическая теория, защитные механизмы, психогимнастические упражнения, психодрама, психорисунок, ролевая игра, психогимнастика, групповая дискуссия, интеграция, дезинтеграция.

© 2012

Т. В.Горобець, О. В.Нечипоренко (м. Черкаси)

### ПРОЯВИ СУБ'ЄКТИВНОЇ ІНТЕГРАЦІЇ ПСИХІКИ ОСОБИСТОСТІ У ПРОЦЕСІ ГРУПОВОЇ ПСИХОКОРЕКЦІЇ ЗА МЕТОДОМ АСПН

**Постановка проблеми.** Сучасний розвиток практичної психології потребує відповідної теорії та конкретного інструментарію, спрямованого на глибинно-психологічне пізнання психіки особистості в її індивідуальній неповторності. Важливу роль тут відіграє глибинно-психологічна корекція, яка здійснюється у відповідності з психодинамічною теорією, що активно розвивається під керівництвом академіка НАПН України Т. С. Яценко. Саме завдяки методу активного соціально-психологічного навчання (АСПН) можливе виявлення індивідуально неповторних проявів суб'єктивної інтегрованості психіки та розуміння глибинно-психологічних детермінант особистісної проблематики суб'єкта.

**Метою статті** є розкриття проявів суб'єктивної інтеграції психіки особистості у процесі психокорекції.

В основу статті покладено положення гуманістичного підходу, що реалізується у психокорекційних програмах, зокрема в положеннях: про необхідність цілісного пізнання психіки в єдності свідомого та несвідомого проявів; функціональні особливості несвідомого проявляються поза статтю, простором, часом; активність несвідомої сфери та її вияв у символічних, метафоричних та архетипних формах. Провідною ідеєю вважається процес взаємодії та синтезу теоретичних і практичних знань, як результат групової психокорекції за методом АСПН.

**Виклад основного матеріалу.** Суб'єктивна інтеграція парадоксальним чином в поведінці проявляється у об'єктивній дезінтеграції. Суб'єктивна інтегрованість психіки – це одна із провідних функцій психологічних захистів, тому у багатьох роботах вказується на таку її функцію, як інтеграція психіки. Взяти хоч би процес ідентифікації: шляхом інтроспектування відбувається привласнення, асиміляція суб'єктом окремих рис, які виступають заміщенням первинних лібідних об'єктів (за логікою несвідомого: «я разом із батьком чи матір'ю через єдність певних рис характеру»). Наприклад: спілкування психолога із жінкою по імені К. розпочалось з першої фрази: «Я людей люблю і повернута до них любов'ю, а вони мене не люблять». Наведемо приклад фрагменту консультації: на запитання психолога, коли вона почала це відчувати, жінка відповіла, що десь в п'ятому класі. «А що трапилося в п'ятому класі?» - «У мене померла мати, це була єдина людина, яка мене любила. Запам'яталось також, що я прийшла в клас із очікуванням, що мене підтримають, цього не сталося».