

психологические проблемы будущих психологов и современные способы их преодоления. Осуществлен анализ научных работ по вопросам эмоциональных и поведенческих проблем у студентов-психологов и их влияния на дальнейшую профессиональную деятельность. Выявлены основные тенденции психологических проблем у студентов-психологов: 1) Тревожность (зависимое поведение, доминанта дисфункционального копинга капитуляции) 2) Дезинтеграция (субдепрессивные состояния, копинг избегание); 3) гневливо-импульсивные тенденции (нарциссические проявления, копинг гиперкомпенсации). В противоположность дисфункциональным выявлено три вида экзистенциальных функциональных копингов: жизнестойкость, интеграция, творческая свобода. Изучены и интегрированы в единую систему психологической помощи современные подходы в психотерапии, такие как схема-терапия Дж.Янга, системная семейная терапия субличностей Р.Шварца, концепция «Драматического треугольника» С.Карпмана, концепция «темной стороны внутреннего ребенка» С.Волински и терапия привязанности Дж.Боулби. Предложено диагностично-коррекционную программу для работы с будущими психологами в рамках профориентации и профилактики синдрома профессионального выгорания.

Ключевые слова: психологические проблемы, будущие психологи, студенты, синдром профессионального выгорания, профориентация, интегральный подход, супервизия, экзистенциальный копинг.

Demyanenko B.T., Kachur L.Y. Psychological problems of future psychologists (special, medical) and modern ways of treating. The article deals with psychological problems of future psychologists and modern ways of treating. It presents analysis of scientific works on the emotional and behavioral problems of students-psychologists and their influence on further professional activity. It shows the main tendencies of psychological problems among students-psychologists: 1) Anxiety (dependent behavior, dominant of capitulation dysfunctional copying) 2) Disintegration (subdepressive states, avoidance coping); 3) angry-impulsive tendencies (narcissistic manifestations, hypercompensation coping). In contrast to dysfunctional, we reveal three kinds of existential functional coping: vitality, integration, creative freedom. we studied and integrated into a single system of psychological assistance some of modern approaches in psychotherapy, such as schema therapy of Jeffrey E. Young, systemic family therapy of subpersonalities of R.Shwartz, Karpman drama triangle concept, S.Volinsky "dark side of inner child" and attachment theory of J.Boulby. Was proposed the diagnostic and corrective program to work with future psychologists in the career guidance and prevention of the syndrome of professional burnout.

Keywords: future psychologists, students, psychological problems, supervision, integral approach, syndrome of professional burnout, career guidance, existential coping.

Стаття надійшла до редакції 11.05.2017 р.

Статтю прийнято до друку 12.05.2017 р.

Рецензент: д. психол. н., проф. Руденко Л. М.

УДК 615.851/4

Дем'яненко Б.Т.

ТЕОРІЇ ПСИХОТЕРАПІЇ ТА ПРАКТИКА ПСИХОКОРЕКЦІЙНОЇ ТА ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНОЇ ДОПОМОГИ

В статті розглядається теоретичні аспекти формування теорій психотерапії та їх вплив на практику психокорекційної та психотерапевтичної допомоги. Теорії психотерапії аналізуються з позицій основних психотерапевтичних напрямів: психодинамічного, когнітивно-поведінкового, екзистенційно-гуманістичного та трансперсонального. Відмічається, що сучасні теорії психотерапії характеризуються холістичним підходом до особистості та тенденціями до інтеграції різних варіантів психотерапій. Тут розглядається авторська модель інтегрального підходу, яка отримала назву екзистенційно-когнітивно-аналітичної психотерапії. Також пропонуються етапи психотерапевтичного процесу, як прояви основних принципів інтегральної терапії.

Ключові слова: теорії психотерапії, психокорекційна та психотерапевтична допомога, інтегральний підхід, екзистенційно-когнітивно-аналітична психотерапія, етапи психотерапії.

У фундаментальному посібнику американських психотерапевтів С.Патерсона та Е.Уоткінса «Теорія психотерапії» зазначено, що психотерапевти настільки занурені в практику, що розвитку теорій привертало мало уваги, тим не менше, в кожній практиці або підході психотерапії є відповідні положення [7, с. 19]. Однак теорія – це спроба організувати та узагальнити знання та знайти відповідь на питання «Чому?», теорія організовує, пояснює та викладає форми законів чи принципів, факти чи знання в будь-якій області або її частині [7, с. 16].

Кожна теорія психотерапії має зв'язок із теорією особистості, в якій є аспект розуміння природи людини. Г. Олпорт в 1962 р. описав три погляди на природу людини.

Перший погляд розглядає людей, як реактивні істоти. Особистості розглядаються, як біологічні організми, які реагують на подразники зовнішнього середовища. Така позиція характерна для поведінкової психотерапії.

Друге уявлення про природу людини – це образ реактивної істоти в глибині. Ця істота керується вродженими потягами, мотивами та потребами. Такий підхід характерний для психоаналізу.

Третій погляд розглядає людину, як проактивну особистість, яка знаходиться в процесі становлення. Люди розуміються свідомими, тобто тими, які мають мету. Такий підхід характерний для екзистенційно-гуманістичного напрямку психотерапії [7, с. 484].

П. Тілліх робить аналогічний висновок, розглядаючи природу людини [8, с. 323-328]. Однак він розглядає особистість в двох аспектах:

1) Екзистенційна природа особистості, яка пов'язана із відчуженням людини від себе, від соціального та духовного світу. Таке бачення аналогічне першим двом видам природи людини за Г.Олпортом.

2) Сутнісна природа людини, яка в загалі аналогічна проактивній позиції за Г.Олпортом.

Такий погляд на природу людини дає змогу більш об'єктивно оцінювати емоційні та екзистенційні проблеми, які виникають в процесі психотерапії та дозволяє виділяти етапи психотерапевтичної допомоги.

Першою теорією психотерапії, яка була одночасно і теорією особистості, був психоаналіз З.Фрейда, який виник із практики психотерапії істеричних станів.

Так, в ортодоксальному психоаналізі динаміка особистості визначається особливостями розподілу та використання енергії з боку «Ід», «Его», та «Суперего». З. Фрейд вважав, що «Ід» володіє всією початковою енергією та використовує її для здійснення бажань та виконання принципу задоволення. Таке виконання бажань відбувається через «первинний процес». Дія «Ід» що сприяє задоволенню інстинктивних потреб, має назву «катексіс».

Теоретики психоаналізу (З. Фрейд, К. Абрахам, Ш. Ференці) вважали, що «Его» розвивається з «Ід» і основними шляхами розвитку особистості є ідентифікація та зміщення. Таким чином формується вторинний процес, тобто здатність до об'єктивної оцінки реальності та соціальної взаємодії. Одночасно, «Его» формує механізми психологічного захисту («антикатексіс»). Завдяки ідентифікації формується також «Суперего» (система моральних принципів, успадкована від батьків). «Суперего» має два аспекти: сумління та «я-ідеал».

Психоаналітична теорія неврозів має наступний вигляд: в ранньому дитинстві «Его» піддається фрустрації агресивних та лібідіозних імпульсів, що призводить до «репресії» цих імпульсів та хворобливих переживань. Репресія пов'язана з тривогою. Актуальний психологічний конфлікт супроводжується емоційною напругою. В нормі «Его» реально оцінює ситуацію та використовує зрілі механізми психологічного захисту: сублімацію, компенсацію та раціоналізацію. Якщо «Его» не здатне подолати ситуацію у конструктивний спосіб, вмикаються примітивні механізми захисту та регресія. Внаслідок залучення регресивного захисту актуалізується інфантильний конфлікт. Невдача репресії та інших механізмів захисту штовхають агресивну та лібідіозну енергію на шлях патологічної трансформації, в спосіб згущення або зміщення (як у сновидіннях).

Таким чином формується компенсаторне утворення, де крім механізму захисту присутня непродуктивні копінг-стратегії, а також образи об'єктів (фантазії). Компромісні утворення є основою формування симптомів та синдромів, негативних комплексів, особливостей характеру та тіньових особистостей.

Згідно з психоаналітичною теорією З.Фрейда при неврозі та інших непсихотичних станах людина не може насолоджуватись життям, повноцінно любити або працювати. Тому задачами психоаналізу є: 1) вивільнення здорових потягів, 2) укріплення заснованого на реальності функціонування Его, 3) зміна вмісту Суперего, аби воно представляло скоріше гуманні, чим звинувачувальні моральні стандарти [4, с. 28-29].

Подальший розвиток психоаналізу відбувся у психодинамічному напрямку, що носить назву

«теорія об'єктних відносин» (М. Клейн, Д. Віннікот, М. Малер, В. Фейерберн). М. Клейн передбачала, що «Суперего» з'являється у своїй примітивній формі в перші місяці життя дитини, коли в неї формується комплекс «мати-дитина». М. Клейн вважала, що існує два фундаментальних процеси, що складають основу раннього розвитку дитини. Перший – параноїдно-шизоїдний стан, так як дитина розщеплює («шизоїдне») груди на хорошу та погану із за страху («параноїдне»). Другий – депресивний стан, коли після розщеплення та «руйнування» матері у фантазіях, дитина в стані депресивної мрійливості уявляє собі цілісну мати, яка поєднує у собі хороші та погані якості.

Томас Огден описав ще один процес, що передує двом описаним вище процесам і назвав його «аутистично-сенсорним». Він вважає, що тактильні відчуття на поверхні шкіри слугують сенсорною основою формування первинної «я-концепції» та відносин із внутрішніми об'єктами.

Видатний американський психолог Г.С. Салліван виділив поняття динамізму – конкретні зразки поведінки, що характеризують людину протягом всього її життя – приблизно те саме, що особливості або характерні риси.

«Я» система, за Салліваном, первинна «я-концепція», розвивається у віці 12-18 місяців, коли дитина починає розуміти, які вчинки збільшують рівень тривоги, а які – знижують.

М. Балінт створив концепцію «первинної любові» або «первинних об'єктних відносин». Він розробив власну теорію формування характерів, яку визначив як «окнофілія» та «філобатизм». Окнофілі за своїми характеристиками наближені до депресивної позиції М. Клейн, інтроєктивно притягуючи об'єкт до себе. Філобати – параноїдно-шизоїдна позиція, вони агресивно і проективно захищаються від об'єкта.

Первинні механізми психологічного захисту в теорії об'єктних відносин формуються між первиною «я концепцією» та внутрішніми об'єктами, серед них найбільш важливими є такі перехресні ідентифікації як проективна ідентифікація та проективна інтроєкція. В психотерапії об'єктних відносин регресія займає центральне місце. Модель взаємодії між клієнтом та психотерапевтом мають бути скопійовані з відносин мати-дитина. Ціль психотерапії об'єктних відносин модифікація патологічних структур таких як «хибне Я» та створення умов для формування «істинного Я» [4, с. 29-30].

Психоаналітичний напрямок за останні роки був значно модернізованим. Однак, є теми, які є актуальними у всіх напрямках психоаналізу.

Фокусом уваги сучасних психоаналітиків є патерни повторення емоційних та поведінкових проблем, які розглядаються в: «концепціях центрального конфлікту» (Малан, 1976), «циклічні не адаптивні патерни» (Генрі, Шахт і Страпп, 1986), «центральна подія» (Томкінс, 1986), «Особистісні схеми» (Хоровіц, 1988), «центральна тема конфліктних відносин» (Люборські, Крістоф, 1998). Особливу увагу заслуговує концепція Вайса і Семсона (1986), яка носить назву «гіпотези вищої психічної діяльності». Підход Вайса і Семсона є інтеграцією психоаналізу та когнітивної психотерапії [5, с. 195-196]. Вони вважають, що в пацієнтів внаслідок отриманих в дитинстві емоційних травм формуються несвідомі патогенні переконання, які відповідно впливають на їх відносини в житті та в терапії. Якщо терапевт «пройшов тест» і не підтвердив ці очікування, то в такому випадку пацієнт може відмовитись від неадаптивних переконань [5, с. 195-196].

Теорія потягів З.Фрейда отримала подальший розвиток, в якості альтернативи ортодоксальному погляду основоположників психоаналізу, у вигляді концепції афектів (Ізард, 1971; Томкінс, 1991; Плутчик, 1980) [5, с. 147-150]. Вони виділили поняття первинних та вторинних емоцій. Первинні емоції – це моментальний відгук на події, які трапляються, а вторинні – це засіб опанування, наприклад гнів – це вторинна емоція на тривогу або страх, як первинні емоційні реакції [6, с. 116]. Плутчик вважає, що механізми психологічного захисту є похідними від емоцій, а емоції – це базові засоби адаптації. Він звернув увагу, що механізми захисту характеризуються протилежністю (біполярністю), в тій мірі, як полярні ті емоції, які лежать в їх основі (страх-гнів, радість – смуток, прийняття – відраза, очікування – здивування).

В сучасній психотерапії (в різних її напрямках) використовується теорія прихильностей Дж. Боулбі. Виявилось, що прихильність є одним із основних мотивів людської поведінки, це пошук та підтримка контактів із значимими людьми, це базова людська потреба, яка притаманна людині, як духовній та соціальній істоті на протязі всього життя. Дж. Боулбі та його співробітники виділяють дві

основні форми прихильності:

- 1) Надійна або безпечна, яка підтримує автономію та впевненість в собі.
- 2) Ненадійна або небезпечна, яка є основою багатьох емоційних порушень та конфліктних станів [6, с. 109-114].

У витоків розвитку когнітивно-поведінкової та гуманістичної психотерапії стояв А.Адлер .

А.Адлер надавав свідомим аспектам поведінки більшого значення ніж несвідомим . Незабаром після розриву з групою З.Фрейда, Адлер потрапив під філософський вплив Г.Вейхінгера. «Вейхінгер розвивав цікаву і багатообіцяючу ідею про те, що люди живуть фіктивними уявленнями, які не мають відповідності в реальності. Ці фікції – наприклад, «усі люди створені рівними», «чесність – найкраща політика», «мета виправдовує засоби» - не дають можливості ефективно взаємодіяти з реальністю. Вони являють собою допоміжні конструкти або припущення, але не гіпотези, котрі можна було б перевірити. Коли вони стають непотрібними, без них можна обійтись».

Однак слід зазначити, що у своїй практиці Адлер не відмовляється від поняття несвідомого та його впливу на поведінку. Він вважав, що цілі особистості дуже часто бувають неусвідомлені і фіктивні. «Я охоче підтримую оригінальні погляди Вайгенгера, котрий вважає, що і у історичному плані ідеї характеризуються розвитком від вигадок(нереальних, але практично корисних мислених конструкцій), до гіпотез з подальшим перетворенням у догми. Загалом, ця зміна напруженості дозволяє постановити різницю між мисленням нормального індивіда (вигадка, як прийом), невротика (стремління реалізувати вигадку) та психотика (здійснення вигадки: догматизація).

Цікаве трактування Адлера дане відомим українським психологом академіком Яценко Т.С. Вона виділяє один з ведучих базових захистів «від слабкості до сили» і пов'язує цей захист з фіктивними життєвими цілями. «Однією з найпоширеніших фіктивних цілей, яким підпорядковує свою життєдіяльність індивід , є прагнення переваги над іншими. Якщо людина живе з почуттям своєї переваги, тоді вона мимохідь щось робить, щоб підпорядкувати собі інших, принизити їх, дискредитувати. Дослідження Адлера висвітлило вагомні аспекти психіки, які не лише доволі поширені, а й підтверджуються досвідом групової психокорекції АСПН. Це, передусім, його висновки про «життєвий план», який імперативно, хоч і непомітно для суб'єкта, впливає на поведінку і зрештою на його долю» [3, с. 150].

В межах когнітивно-поведінкового напрямку особлива увага приділяється теорії копінг-стратегій та копінг-ресурсів (Л. Мерфі, Р. Лазарус, С. Фолькман, Е. Хайм, С. Мадді, С. Хобфолл, Дж.Янг).

В останні роки, серед цього напрямку психотерапії найбільшу увагу привертає схема-терапія Дж. Янга [1, с. 11-13]. Цей психотерапевтичний підхід є інтеграцією між психодинамічним напрямком та когнітивно-поведінковим. На відміну від традиційної когнітивно-поведінкової терапії схема-терапія сфокусована на наступних трьох групах питань:

1) Проблемні емоції, які поруч із когнітивним та поведінковим аспектом проблем є основним ознаками розладів. Схема-терапія активно використовує експеріментальні та емоційно-фокусовані інтервенції, які розроблені та використовуються в рамках гештальт-терапії та психодрами.

2) Проблеми дитинства. Одне із завдань схема-терапії – розкрити для пацієнта зв'язок між дисфункціональними умовами розвитку в дитинстві та емоційними і поведінковими патернами в теперішньому. В основі формування психологічних та психопатологічних проблем лежить блокування потреб та розвитку істинного Я. Дж. Янг виділяє 5 груп базових емоційних потреб та знаходить заємовзв'язок між категоріями ранніх дезадаптивних схем та базовими емоційними потребами. Автори схема-терапії припускають, що дезадаптивні схеми формуються в дитинстві, з тих чи інших причин незадоволення базових потреб дитини. Це припущення підтверджується зростаючим числом досліджень, які виявляють високий ступінь кореляції між травматичним або емоційно деформуючим дитячим досвідом та психологічними проблемами в більш пізньому віці [1, с. 43-45].

3) Терапевтичні відносини грають важливу роль в схема-терапії. З однієї сторони терапевтичні відносини розуміються, як обмежене батьківство (репаратинг), тут мається на увазі, те що терапевт бере на себе роль батьків та проявляє тепле, турботливе відношення до клієнта.

4) В схема-терапії виділяють таке поняття, як «Схеми-режими» та дисфункціональний копінг, яке близьке до поняття «Субособистості» в моделі внутрішніх сімейних систем Р.Шварца. Дж. Янг виділяє

три варіанти дисфункціонального копінгу: капітуляція, уникання, гіперкомпенсація.

5) Метою схема-терапії є закріплення режиму здорового дорослого. Цей режим дуже близький до поняття «Консервація ресурсів» С.Хобфолла та поняття «Самість» Р.Шварца в моделі внутрішньої сімейної системи [3, с. 151].

В концепції С.Хобфолла ресурси розглядаються як те, що є цінним для людини і допомагає адаптуватися в складних життєвих ситуаціях. В рамках ресурсного підходу розглядаються різні види ресурсів (соціальні, поведінкові, особистісні), які розглядаються з трьох позицій: про соціальність-асоціальність стратегій поведінки; активність-пасивність; пряма-непряма (маніпулятивна) поведінка. За Хобфоллом механізм виникнення психологічних проблеми базується на: ситуаціях, що становлять загрозу втрати ресурсів; на втраті ресурсів; на відсутності компенсації витрачених ресурсів тощо. У подоланні психологічних проблем важливим виявляється принцип накопичення («консервації») ресурсів. Він полягає в тому, що люди прагнуть отримати, зберегти і використовувати свої ресурси найкращим способом, відновлювати та примножувати їх відповідно до власних цінностей та цілей, що дає можливість адаптуватися до змінних умов життєвого середовища.

Цікавий зв'язок концепції С.Хобфолла із системною сімейною терапією субособистостей Р.Шварца. За ССТС психологічна проблема виникає через порушення взаємин між субособистостями (Менеджер, Вигнанник та Саботажник) та субособистостей із Самістю, яка в нормі виступає як дирижер серед субособистостей. Травматична ситуація може супроводжуватися втратою довіри до Самості в умовах стресу, виникає порушення балансу у внутрішній системі субособистостей (одні субособистості перебирають ресурси, владу на себе, інші залишаються без нічого) тобто, наявний неадекватний розподіл ресурсів, характерна поляризація субособистостей (вимушена зміна ролей, конфронтації, неможливість відступитися від крайнощів тощо). Важливо відмітити, що окрім травматичних ситуацій реальності, до порушень у внутрішній системі може приводити й наявність Вантажів минулого, зокрема, це можуть бути застарілі думки або емоції, ригідні установки або ж думки, які передають інші члени сім'ї. Відповідно до того, яка субособистість у «внутрішній системі» домінує, змінюється поведінка особистості й в «зовнішній системі», в системі відносин з іншими людьми (на більш глибокому рівні, це відносини між субособистостями різних людей).

Вирішення психологічних проблем полягає у диференціації самості та поверненні їй довіри субособистостей, у поверненні частин, що «застрягли у минулому» та знятті вантажів минулого, у гармонізації взаємин між субособистостями, перерозподілі ресурсів, їх адекватному використанню, їх «консервуванню». Важливим аспектом є збалансованість внутрішньої сімейної системи й самого терапевта [3, с. 151-152]. Розуміння самості або цілющо-мудрого Я в розуміння Р.Шварца близьке до поняття істинного Я в теорії Д. Віннікотта та К.Хорні, а також екзистенційного центра в гештальт-терапії і в останні роки в концепції квантової психології, яка інтенсивно розвивається поняття «спостерігач» в розумінні С.Волински, який зазначає: «Ви, як *спостерігач* впливаєте на свій суб'єктивний досвід, ви створюєте власний суб'єктивний досвід, ви створюєте реакцію на оточуючих – батьків, вчителів, чоловіків та дружин, ви самі відповідальні за ваш внутрішній світ». В термінах квантової психології це означає, що ви в якості *спостерігача* зовнішнього світу приймаєте участь в створенні власного сприйняття та власних відповідних реакцій [2, с. 25].

На розвиток екзистенційної психотерапії великий вплив мали екзистенційні філософи (Е.Керкегор, К.Ясперс, М.Бубер, Ж.Сартр, П. Тіліх, М.Хайдеггер) а також феноменологічний напрям Е.Гусерля.

Прибічники екзистенційного напрямку (Л.Бінсвангер, М.Босс, Р.Мей, І.Ялом, Д.Бюдгенталь, В.Франкл) стверджують, що психологія та психотерапія не схожа на інші науки і мають будуватися за іншою моделлю. Екзистенційна психотерапія має будуватися на власному методі – феноменології – та власних поняттях – буття-у-мирі, модуси існування, свобода, відповідальність, становлення, трансценденція, екзистенційна комнікація, екзистенційний копінг, сенс буття. На місце каузальності екзистенційні психологи та психотерапевти ставлять поняття мотивації. Мотивація передбачає розуміння відносин між причиною та наслідком. Мотивація та розуміння – два дієвих принципи при екзистенційному аналізі поведінки [3, с. 152].

До екзистенційно-феноменологічного напрямку психотерапії можна віднести аналітичну

психологію К.Юнга та архетипічна психологія Д.Хілмана. Хілман писав щодо формування синдромів та симптомів з точки зору юнгіанського підходу «відправною точкою для ревізії в психопатології служить такий вислів Юнга у 1929 році: «Боги перетворилися на хвороби; Зевс править тепер не Олімпом, а сонячним сплетінням і постачає цікаві екземпляри для лікарських кабінетів». Між богами та хворобами існує подвійний зв'язок, який з одного боку надає кожному симптому архетипічну гідність та божественний блиск, а з іншого боку пропонує дослідити наявність різних форм патологій у міфах та міфологічних персонажах» [4, с. 31-32].

Юнгіанський аналіз кінцевою метою психотерапії вважає трансформацію особистості. Це самореалізація, та рух до шляху індивідуалізації. Ідея К.Юнга про підпорядкування Его Самості порівнюється із релігійним постулатом «Про покірність Божої волі». Одна із основних технік юнгіанського аналізу - це активна уява, яка пов'язана з трансцендентною функцією в розумінні К.Юнга. Е.Едінгер в своїх працях розвив теорію К.Юнга про трансцендентну функцію і вважає різні форми духовної залежності той факт, що не архетип Самості керує внутрішнім світом людини, а інші архетипи, частіше всього Анімус чи Аніма [9, с. 162-163]. Наші дослідження показали, що різні форми ненадійної прихильності пов'язані з духовними аспектами прихильностей (тобто мають архетипічну основу).

Як ми раніше повідомляли в своїх публікаціях ми продовжили дослідження психологічних проблем студентів, майбутніх психологів, детальні результати за 2016-2027 роки дані в публікаціях, спільних із Л. Качур та Н.Бойко, які опубліковані в цьому часописі. Дослідження дозволили виділити етапи психотерапевтичного процесу, які співпадають із найближчими, проміжними та кінцевими цілями інтегральної психотерапії [7, с. 515-520]. Ми виділяємо психодинамічний етап психотерапії, який має за мету – катарсис, саморозкриття клієнта, переведення несвідомого в свідоме, ідентифікацію субособистостей, дисфункціональних копінгів, валідацію емоцій та ідентифікацію ірраціональних установок, діалог субособистостей, модель АВС, в якій структуровані автоматичні, проміжні та глибинні переконання (в розумінні А.Еліса та А.Бека). Психотерапевтичні техніки, які використовуються на даному етапі це методика рескриптинг з використанням уяви, використання символдрами з ідентифікацією субособистостей та їх діалог, а також ідентифікація емоцій та когніцій за допомогою копінгової карти.

Соціодинамічний етап. Основними техніками тут є: дискутування ірраціональних установок, когнітивні та поведінкові інтервенції, модифікація поведінки з використанням психодрами, монодрами та технік гештальт-терапії, модифікація символ драми з використанням методик «внутрішній зір», «прямий доступ» (За Р.Шварцом).

Екзистенційнодинамічний етап, основними техніками тут є: робота з образами та символами більш високого рівня («внутрішній зір», «внутрішня кімната»), ідентифікація істинного Я (самості за Р.Шварцом), активізація внутрішнього спостерігача (за С.Волински) активна творча уява.

Нами розроблена копінгова карта, яка дозволяє ідентифікувати дисфункціональні режими. Нам вдалось згрупувати режими, які пов'язані між собою.

Так, режим дисфункціональної внутрішньої дитини витікає та має відношення до ненадійних прихильностей.

Тут слід виділити три варіанти дисфункціональної внутрішньої дитини:

1) Вразлива (уязвима) внутрішня дитина відповідає принижений та неповноцінній внутрішній дитині, а також покинутій та тій, яка піддається насиллю (в схемах, режимах), що відповідає караючим внутрішнім батькам.

2) Залежна внутрішня дитина відповідає залежній та самотній внутрішній дитині, в схемах, режимах, що корелює з вимогливими внутрішніми батьками.

3) Імпульсивно-гнівлива внутрішня дитина відповідає роздратованій, впертій, гнівливій, імпульсивній та недисциплінованій внутрішній дитині. Це корелює із нарцистичними внутрішніми батьками.

Дані три варіанти корелюють з трьома варіантами дисфункціонального копінгу:

1) Вразлива внутрішня дитина та караючі внутрішні батьки корелюють із копінг-поведінкою уникання (відмежованість, роздратованість, уникання, уникаючий захис та відмежоване сомозаспокоєння).

2) Залежна внутрішня дитина та вимогливі внутрішні батьки корелюють із копінгом капітуляції (депресії; жага до одобрення та похвали; само-саботажні патерни в поведінці – здатність до само пошкодження; психосоматичні стани та реакції).

3) Імпульсивно-гнівлива внутрішня дитина та нарцистичні внутрішні батьки найчастіше всього проявляються в копінг-поведінці – гіперкомпенсація (нарцистичні реакції; контроль – перфекціонізм, підозрілість); мстивість у вигляді погроз, агресії, придушення.

Нами розроблений та виділений функціональний копінг (здорові режими), який ми означили, як «життєстійкість», «інтеграція», «творча воля». В подальших публікаціях ми більш детально розкриємо зміст цих понять та їх роль в психотерапевтичному процесі.

Екзистенційно-когнітивно-аналітична модель інтегральної психотерапії дозволяє об'єктивно оцінювати емоційно-поведінкові порушень з позиції функціональної діагностики та адекватно підбирати методи та техніки психокорекційного та психотерапевтичного впливу.

Використана література

1. **А. Арнц, Г. Якоб.** Практическое руководство по схема-терапии. Методы работы с дисфункциональными режимами при личностных расстройствах\перевод с англ. Е. Плотниковой; под научной редакцией А.В. Черникова - М.: Научный мир, 2016. - 320 с.
2. **Волински С.** Темная сторона внутреннего ребенка. Следующий шаг: Пер. с англ. / С. Волински – М.: СТАРКЛАЙТ, 2004. 184 с.
3. **Дем'яненко Б.Т.** Роль Я-концепції в теорії та практиці психокорекційної та психотерапевтичної допомоги. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 19. Корекційна педагогіка та спеціальна психологія . - Випуск 31: збірник наукових праць М-во освіти і науки України, Нац. пед. ун-т імені М.П. Драгоманова . - Київ: Вид-во імені М.П. Драгоманова, 2016. – С 147-156.
4. **Дем'яненко Б.Т.** Сучасні підходи до функціональної діагностики та інтегральної психотерапії. Науково-методичний журнал «Логопедія» - 2016. №8. С – 28-34.
5. **Мак-Вільямс Н.** Формулирование психоаналитического случая/пер. с англ. К. Немировского. – М.: Независимая фирма «Класс», 2025. – 328 с.
6. **Л.Л. Микаэлян.** Эмоционально-фокусированная супружеская терапия. Теория и практика. / Системная психотерапия супружеских пар. – М.: Когнитив-центр. 2014. – 342 с.
7. **Паттерсон С.** Уоткинс Э. Теории психотерапии. - 5е изд. - СПб.: Питер, 2003. - 544 с. - (Серия "Золотой фонд психотерапии").
8. **Тиллих П.** Избранные: Теология культуры. Пер. с англ. – М.: Юрист, 1995. 479 с.
9. **Эдингер Э.** Эго и архетип. Индивидуация и религиозная функция психического. / Даурли Д.П., Эдингер э., Зеленский В. К.Г. Юнг и христианство / пер. Ю.Донца, М. Завьяловой, В. Зеленского, А. Шурбелева. Научн. ред. и послесл. В.В. Зеленского – СПб.: Академический проект, 1999 – 287 с.

References

1. **Arnc, G. Jakob.** Prakticheskoe rukovodstvo po shema-terapii. Metody raboty s disfunkcional'nymi rezhimami pri lichnostnyh rasstrojstvah\perevod s angl. E. Plotnikovej; pod nauchnoj redakciej A.V. Chernikova - M.: Nauchnyj mir, 2016. - 320 s.
2. **Volinski S.** Temnaja storona vnutrennego rebenka. Sledujushhij shag: Per. s angl. / S. Volinski – M.: STARKLAJT, 2004. 184 s.
3. **Dem`janenko B.T.** Rol' Ja-koncepcii v teorii ta praktici psihokorekcijnoi ta psihoterapevtichnoi dopomogi. Naukovij chasopis Nacional'nogo pedagogichnogo universitetu imeni M.P. Dragomanova. Serija 19. Korekcijna pedagogika ta special'na psihologija . - Vipusk 31: zbirnik naukovih prac' M-vo osviti i nauki Ukraini, Nac. ped. un-t imeni M.P. Dragomanova . - Kiiv: Vid-vo imeni M.P. Dragomanova, 2016. – S 147-156.
4. **Dem`janenko B.T.** Suchasni pidhodi do funkcional'noi diagnostiki ta integral'noi psihoterapii. Naukovo-matodichnij zhurnal «Logopedija» - 2016. №8. S – 28-34.
5. **Мак-Vil'jams N.** Formulirovanie psihoanaliticheskogo sluchaja/per. s angl. K. Nemirovskogo. – M.: Nezavisimaja firma «Klass», 2025. – 328 s.
6. **L.L. Mikajeljan.** Jemocional'no-fokusirovanaja supruzheskaja terapija. Teorija i praktika. / Sistemnaja psihoterapija supruzheskih par. – M.: Kognitiv-centr. 2014. – 342 s.
7. **Patterson S.. Uotkins Je.** Teorii psihoterapii. - 5e izd. - SPb.: Piter, 2003. - 544 s. - (Serija "Zolotoj fond psihoterapii").
8. **Tillih. P.** Izbrpnoe: Teologija kul'tury. Per. s angl. – M.: Jurist, 1995. 479 s.
9. **Jedinger. Je.** Jego i arhetip. Individuacija i religioznaja funkcija psihicheskogo. / Daurli D.P., Jedinger je., Zelenskij V.

K.G.Jung i hristianstvo / per. Ju.Donca, M. Zav'jalovoj, V. Zelenskogo, A. Shurbeleva. Nauchn. red. i poslesl. V.V. Zelenskogo – SPb.: Akademicheskij projekt, 1999 – 287 s.

Дем'яненко Б.Т. Теории психотерапии и практика психокоррекционной и психотерапевтической помощи.

В статье рассматриваются теоретические аспекты формирования теорий психотерапий и их влияние на практику психокоррекционной и психотерапевтической помощи. Теории психотерапий анализируются с позиций основных психотерапевтических направлений: психодинамического, когнитивно-поведенческого, экзистенциально-гуманистического и трансперсонального. Отмечается, что современные теории психотерапии характеризуются холистическим подходом к личности и тенденциями к интеграции различных вариантов психотерапий. Здесь рассматривается авторская модель интегрального подхода, получившего название экзистенциально-когнитивно-аналитическая психотерапия. Также предлагаются этапы психотерапевтического процесса, как проявления основных принципов интегральной терапии.

Ключевые слова: теории психотерапии, психокоррекционная и психотерапевтическая помощь, интегральный подход, экзистенциально-когнитивно-аналитическая психотерапия, этапы психотерапии.

Dem'yanenko B.T. Theories of psychotherapy and the practice of psychocorrectional and psychotherapeutic care.

The article deals with theoretical aspects of the formation of theories of psychotherapy and their influence on the practice of psycho-correctional and psychotherapeutic help. The author analyzed theories of psychotherapy from the positions of the main psychotherapeutic approaches: psychodynamic, cognitive-behavioral, existential-humanistic and transpersonal. It notes that modern theories of psychotherapy are characterized by a holistic approach to the personality and tendencies to integrate the various options of psychotherapy. Here we consider the author's model of the integral approach, called existential-cognitive-analytical psychotherapy. Also the authr offers stages of the psychotherapeutic process, as manifestations of the basic principles of integral therapy.

Key words: theory of psychotherapy, psychocorrectional and psychotherapeutic help, integral approach, existential-cognitive-analytical psychotherapy, stages of psychotherapy.

Стаття надійшла до редакції 11.05.2017 р.

Статтю прийнято до друку 12.05.2017 р.

Рецензент: д. психол. н., проф. Руденко Л. М.

УДК: 616.8-085.851

Дем'яненко Б.Т., Бойко Н.В., Качур Л.Ю.

ПОРУШЕННЯ ПРИХИЛЬНОСТІ І МЕХАНІЗМИ ФОРМУВАННЯ ЕМОЦІЙНИХ І ПОВЕДІНКОВИХ ПРОБЛЕМ В ТЕОРІЇ ТА ПРАКТИЦІ ПСИХОТЕРАПЕВІЧНОЇ ДОПОМОГИ

У статті розглядається проблема порушення прихильності і механізми формування емоційних порушень з точки зору інтегративного підходу в психотерапії. Здійснено аналіз наукових джерел з даної проблеми. Детально проаналізовано зв'язок типу прихильності з функціональними та дисфункціональними копінг-стратегіями, а також з патернами відносин. Обґрунтовано зв'язок типів прихильності з схема-режимами у схема-терапії. Запропоновано виділення психологічної та духовної прихильності, як різних рівнів прихильності. Визначено доцільність застосування певних методик та технік для з'ясування типу прихильності, діагностики порушення прихильності, корекції емоційних і поведінкових реакцій. Вказано на можливість інтегрального підходу до вирішення емоційних та поведінкових проблем дітей та дорослих шляхом поєднання різних рівнів їх вивчення на базі теорії прихильності.

Ключові слова: безпечна та небезпечна прихильність, тип прихильності, дитячо-батьківські відносини, копінг-стратегії, рескриптинг, схема-терапія.

У сучасній психології існує думка, висловлена ще З. Фрейдом яка розвивається психологами різних напрямків, що взаємини між дитиною і матір'ю є прототипом всіх наступних взаємовідносин людини. Від того, наскільки гармонійним і надійним був емоційний зв'язок дитини з матір'ю в перші роки її життя, буде залежати її здатність вибудовувати надійні, безпечні і довірливі відносини з іншими людьми, приймати і надавати їм турботу і підтримку. Ця ідея лежить в основі психологічної концепції, розробленої в 50-60-ті роки ХХ ст. британським психоаналітиком і клінічним психологом Дж. Боулбі. Він стверджував, що необхідною умовою збереження психічного здоров'я дітей в дитинстві і ранньому дитинстві є наявність емоційно теплих, близьких, стійких і тривалих відносин з матір'ю, таких відносин,