

КРИЗОВА ПРАКТИКА ОСОБИСТІСНОГО ЖИТТЄКОНСТРУЮВАННЯ ПРОБЛЕМНОЇ МОЛОДІ

Анотація. З'ясовано системно-динамічний, процесуальний характер кризової практики. Першим етапом визначено реконструкцію несвідомого образу-моделі сімейно-родової системи. Ключовим сенсом другого етапу показано обернення наміру та переживання деструктивних станів при деконструкції старого і конструюванні нового образу системи. Обґрунтовано послідовність втілення нового образу в нових просоціальних практиках на третьому етапі реалізації кризової практики.

Ключові слова: кризова практика, особистісне життєконструювання, проблема молодь.

Певній частині молоді притаманний проблемний спосіб життя, особистісне життєконструювання, які закономірно призводять до алкогольної та наркотичної залежності, захворювання на туберкульоз, ВІЛ/СНІД, які в свою чергу ведуть до життєвих криз. Страх смерті та бажання жити стимулюють молодь до подолання цих криз, до пошуку психологічних засобів виходу із порочних кола зривів і рецидивів.

Основними причинами труднощів, які перешкоджають змінам проблемного способу життя є несвідома вірність і залежність від провідних асоціальних практик. Ці практики забезпечують цілісність сімейно-родової системи у її наявному функціонуванні і збереження проблемного характеру власного способу життя молоді людини [1]. Ці практики є порочними у двох сенсах цього слова. Перший сенс – це їх очевидна шкідливість і для молоді людини, і для

її близького оточення. Другий сенс – це роковий зв'язок цих практик з успадкованою деструктивною частиною сімейно-родової системи молоді людини, з якою вона пов'язана необхідним чином. Саме завдяки такому доленосному зв'язку, попри значні індивідуальні намагання, їй важко позбутись свого спадку. Проте вихід із заїждженої колії асоціальних практик все ж існує. Він можливий завдяки кризовим практикам.

Мета статті полягає у з'ясуванні особливостей кризової практики особистісного життєконструювання проблемної молоді в процесі моделювання і реконструкції її несвідомого образу своєї сімейно-родової системи та практичного втілення нового образу у життя.

У визначенні кризових практик ми спираємось на розробки Т.М. Титаренко, яка розглядає їх як акти конструювання особистого життя. Ці практики трансформують звичні, усталені зв'язки між автором нарративу і його значущим оточенням. Внаслідок цього старі зв'язки починають знецінюватися, слабнути, згасати. Час власного життя сприймається особистістю при цьому як швидкоплинний, безповоротний. Змістом цих практик за дослідженнями авторки є переосмислення старих і конструювання нових сенсів життя, яке реалізується як процес переживання, відмирання старого сенсу, і пов'язаних із ним рутинних практик, та формування нового сенсу, нового сюжету і нових практик життя [2].

Одним із сучасних психокорекційних засобів, який дозволяє з'ясувати природу асоціальних практик особистісного життєконструювання проблемної молоді є метод моделювання несвідомого образу сімейно-родової системи особистості. Завдяки цьому методу виникає можливість реконструкції такого образу і визначення тих зв'язків, які зумовлюють залежності та відповідні їм

асоціальні практики. Застосування цього методу у психокорекційній практиці дозволяє з'ясувати особливості перебігу кризової практики та визначити особливості відмирання асоціальних практик проблемної молоді і формування просоціальних практик особистісного життєконструювання. Саме останні унеможливають попередній залежний спосіб життя.

Кризова практика як процес трансформації життєконструювання проблемної особистості є процесом, який має структуру подібну до трансформуючого експерименту і схематично складається із декількох етапів, які мають наступний вигляд.

Першим її етапом є конструктивний пошук програми майбутніх практичних дій. Він складається з двох кроків. Спочатку – це моделювання образу залежності у контексті несвідомого образу сімейно-родової системи, визначення кореляцій асоціальних практик із виявленими структурними елементами цього образу. Наступний крок – це деконструкція цього образу і колективне конструювання нового гармонійного образу системи, визначення, переживання і опрацювання тих станів і дій, які забезпечують стабільність цього нового образу і відповідний йому спосіб життя, створюють умови та можливості для формування нових про соціальних практик.

Наступний етап полягає у практичній апробації і реалізації сконструйованих на попередньому етапі дій у взаємодії із реальними членами своєї сімейно родової системи. А саме – в опрацюванні і закріпленні здобутих у попередньому моделюванні психічних станів і відповідних їм дій як прототипів, елементів майбутніх про соціальних практик і їх проживання.

Заключний етап полягає у рефлексії та з'ясуванні характеру отриманих практичних результатів, перевірці

шляхом моделювання наявного на даний час несвідомого образу сімейно-родової системи молодої людини на рахунок виявлення позитивних змін у цьому образі. За необхідності, цей образ та психоемоційні стани коригуються, а при задовільних результатах напрацьовуються як систематичні рутинні про соціальні практики. Також отриманні про соціальні практики і загальний спосіб життя проблемної молоді можуть бути вдосконалені шляхом подальшого застосування даного методу.

Більш конкретно кризова практика як системно-динамічний процес розпочинається з реконструкції, наповнення і конкретизації образу залежності у моделі сімейно-родової системи молодої людини. Цей процес є спонтанною груповою взаємодією її, членів групи взаємодопомоги та ведучого моделюючої сесії.

Спочатку – це налаштування на створення умов для входу учасників сесії групової взаємодії у певний змінений стан психіки, який забезпечує спонтанне формування певної конфігурації образу залежності – прояву спонтанної дії «морфо генетичного, знаючого, поля», як називається це феномен у даному методі. Молода людина внутрішньо налаштовується і концентрується на своєму запиті. Далі вона інтуїтивно обирає і просить когось представляти для неї як окрема фігура свій запит, наприклад, залежність чи наркотик, або ж депресію, якщо вона хоче збагнути, що для неї стоїть за ними. Або ж навпаки – образ вільного і щасливого життя. Після цього вона звертається із проханням до всіх присутніх допомогти їй зустрітись з тими важливими неусвідомлюваними нею фігурами її сімейно-родового системи, які допомагають, чи заважають їй у вирішенні своєї проблеми, чи досягнення поставленої мети.

За наступним кроком учасники сесії за власним усвідомлюваним потягом можуть зайняти якісь місця відносно

клієнта та інших фігур. Ведучий пропонує і спонукає усіх учасників до зміни свого місцеположення відносно інших учасників у відповідності із змінами своїх внутрішніх відчуттів та психоемоційних станів. Сенс цього процесу полягає у спонтанному розгортанні образу – формування первинної моделі сімейно-родової системи в аспекті запиту клієнта. На якомусь етапі процес саморуку зупиняється. При цьому задача молодшої людини полягає у слідуванні внутрішнім відчуттям і імпульсам у русі і взаємодії із іншими фігурами образу власної системи, що вибудовується. Ведучий має утримуватись від втручання і не заважати процесу само розгортання образу системи. Учасники сесії слідуєть за своїми відчуттями у якості представників важливих фігур сімейно-родової системи клієнта у відтворенні в аспекті актуального запиту її образу.

Наступним кроком першого етапу моделюючої сесії є усвідомлення ведучим загального образу і особливостей розташування у цьому образі молодшої людини, характеру взаємного розташування інших фігур і особливості загальної взаємодії важливих фігур образу. В залежності від ступеню сформованості цього образу, його завершеності ведучий може запропонувати особі, або певним учасникам, або ж на власний розсуд доповнити образ, що склався. Це відбувається шляхом запрошення ще незадіяних учасників зайняти як фігури не заповнені у образі місця. У такій спосіб відбувається відносно завершення реконструкції образу сімейно-родової системи особи в аспекті її актуального запиту .

На основі цього усвідомлюється загальна модель і траєкторія руху особи в образі системі із свого місця у напрямі до фігури, яка позначає позитивне вирішення його проблеми і досягнення бажаного результату. Цей шлях, як правило, складається із низки більш конкретних кроків-завдань, які необхідно виконати. Загальний рух нагадує міф чи

казку, в яких герой має виконати важливі завдання перш ніж досягне бажаного результату. У проблемної молоді найчастіше це фігури виключених із родової системи внаслідок їх аморального, чи асоціального життя родичів, з якими вона ідентифікована і чий життєвий сценарій внаслідок цієї ідентифікації вона повторюють. В реальному житті ці фігури представлені у вигляді наркотиків, алкоголю, інших залежностей, а також депресії, невмотивованої агресивної поведінки, поведінковими розладами і таке інше. На загал, все це становить негативний, деструктивний спадок, якого намагається позбутись особистість і її близьке оточення.

Один із парадоксів, розв'язання якого є важливою умовою загальної ефективності кризової практики, є обернення первинного наміру. За звичай, і це природно, цей намір полягає у тому, що найшвидше і найоптимальніше позбутись, знищити, дошкульної залежності, депресивного стану, деструктивної поведінки, тощо. Сенс виконання завдань, як правило, полягає у зворотному. А саме у сприйнятті і проживанні негативних психоемоційних станів, попередніх травматичних подій сімейної історії, від яких особистість намагалась свого часу відсторонитись, витіснити із своєї психіки. Як правило, особистості важко одразу пройти увесь цей шлях, тому вона в силу своєї готовності і здатності проходить його певними шматками.

Таким чином, основним змістом цього етапу є деконструкція внаслідок реалізації оберненого наміру старого і конструювання нового образу системи, який в подальшому стає основою для подальшого розгортання кризової практики.

Для особистості це проходження і розгортання полягає у правильному встановленні психоемоційного контакту із фігурами, які представляють учасники сесії. Одним із важливих аспектів образотворчого процесу в моделюванні несвідомого змісту психіки клієнта полягає в тому, що

представники важливих фігур образу системи відтворюють ставлення, емоції, певні патерни поведінки притаманні реальним прообразам. З невідомих причин має місце феномен ототожнення, своєрідного переносу і сприйняття психічного образу члена сімейно-родової системи молодшої людини і учасника, який її уособлює, хоч сам учасник його не знає і з ним ніколи не спілкувався. При цьому сам клієнт впізнає у заступниках важливих фігур свої реальні прототипи, типові психоемоційні стосунки і взаємодії, які мали або мають місце у реальному житті. Це, на наш погляд, зумовлює довіру клієнтів і учасників до достовірності тих процесів, які відбуваються у просторі психокорекційної сесії.

Як показує досвід, шлях до важливої фігури, яка пов'язана із актуальним запитом, опосередкований іншими фігурами. Наприклад, першим кроком може бути позитивне налагодження стосунків із батьком, який залишив клієнта у дитячому віці із матір'ю. У батька вже інша сім'я і у клієнта, агресивне, недобррозичливе ставлення до нього. А згідно образу сімейно-родової системи клієнту необхідно відновити позитивні родинні стосунки з батьком, подякувати йому за життя, вийти із позиції його осуду. Йому потрібно не приєднуватись до позиції матері, яка до цього часу тримає образу на свого чоловіка. Така трансформація не є простою і легкою. Її змістом є обернення наміру, про яке йшла мова вище. Якщо по життю у молодшої людини сформувалось однозначно негативне ставлення до певних членів своєї сімейно-родової системи, то тепер воно має бути досить радикально змінене.

Тому завдання ведучого і інших учасників сесії полягає у допомозі клієнту сприйняти і пережити негативні почуття у просторі психокорекційної сесії, зрозуміти із реконструйованого образу чим глибино був зумовлений батьківський учинок і як правильно відновити позитивні

родинні стосунки із батьківською фігурою. При цьому всі учасники спираються на той основний психологічний зміст, який проявився в даному образі системи. Колективна взаємодія учасників допомагає віднайти найбільш ефективні шляхи здійснення цього для клієнта. В результаті такого спільного системного переживання у психіці клієнта створюються новий образ психоемоційного сприйняття колишньої травматичної події. Часто такий процес проходження особистістю свого шляху в образі системи у ході психокорекційної сесії синхронно призводить до спонтанних змін у її загальній конфігурації, представленій за допомогою інших учасників. Образ системи змінюється, стосунки і взаємозв'язки між фігурами системи покращуються. Вона стає більш гармонічною, що є своєрідним підтвердженням правильності змін, що відбулись. Таке проживання потребує відповідних психоемоційних затрат. Як правило клієнт здатен пройти декілька таких кроків своєрідних життєвих завдань і процес спонтанно зупиняється, або ж його зупиняє сам клієнт, ведучий чи інші учасники.

Важливе місце у проживанні травматичних подій займає процес наративізації [3] – усвідомлення за допомогою відповідних фраз глибинних стосунків клієнта із значущими фігурами і перевірки їх на правдивість за допомогою учасників, які їх представляють. Знайдення правильних фраз, що констатують правду наявних стосунків (так званих фраз визнання) та висловлювань, що правильно поєднують особу із важливими для нього фігурами його системи (так званих фраз рішення) суттєво допомагають клієнтові усвідомити характер свого попереднього ставлення та суть змін, які необхідні на його шляху до своєї життєвої мети. Більш того вони є основою для формування системи дій – вчинків спрямованих на реальне відтворення у спілкуванні із своїми близькими нових патернів поведінки – основи майбутніх про соціальних

практик. Практична реалізація цих вчинків є змістом «домашніх завдань», які мають бути виконані на наступному етапі.

Для забезпечення ефективності процесу реалізації кризової практики на другому етапі її розгортання завданням молодій людині, як і під першого, полягає у слідуванні внутрішнім відчуттям і імпульсам у русі при взаємодії із іншими фігурами образу власної системи. Вона має активно шукати спільно з ведучим вірні кроки у прийнятті і проживанні своїх травматичних подій, що встають як перешкоди на його шляху до мети, пов'язаної із його актуальним запитом.

Завдання ведучого при цьому полягає у поглибленому усвідомленні загальної конфігурації образу, що склався. Виходячи з нього він допомагає особі у визначенні і заповненні за допомогою ще не задіяних учасників сесії місць у системі, що проявились, але залишились ще незаповненими відповідними фігурами. Також він допомагає молодій людині у правильному прийнятті і проживанні стосунків із важливими фігурами образу своєї системи.

Оскільки результатом другого етапу процесу розгортання кризової практики є нові психоемоційні стани та відповідні їм вчинки, отримані завдяки психокорекційній сесії, тому змістом третього, заключного етапу є їх реалізація як «домашнього завдання» таким чином, як це було визначено попередньо. На прикладі розглянутих вище стосунків із батьком це означає встановлення реального позитивного зв'язку із ним. Тобто молода людина має дізнатись про те де він живе, поговорити з ним по телефону чи зустрітись з тим, щоб щиро висловити йому ті позитивні почуття, які виявились і сформувались під час психокорекційної сесії.

Змістом заключного етапу є групова рефлексія – обговорення результатів виконання домашнього завдання,

труднощів та засобів їх подолання. Якщо практика була не в повній мірі успішною, може виникнути потреба у перевірці наявного образу сімейно-родової системи, місця і характеру взаємодії молодого людини з представниками її важливих фігур. За необхідності нова модель оптимізується і доопрацьовується для досягнення більшого глибоких позитивних станів. При цьому використовуються також міні тренінги для відпрацювання достовірної узгодженості смислу бажаних взаємодій, мовних інтонацій та тілесних реакцій, які їх супроводжують. Якщо ж домашнє завдання виконано успішно, стає можливим визначення наступних завдань, закріплення і вдосконалення нових про соціальних практик на шляху особистісного життєконструювання проблемної особистості.

Висновки. При дослідженні кризової практики з'ясовано її системно-динамічний, процесуальний характер, аналогічність трансформуючому експерименту. У цьому процесі виокремлено три основні етапи. Змістом першого з них визначено реконструкцію несвідомого образу-моделі сімейно-родової системи, рушійною силою якого є неусвідомлювана, спонтанна взаємодія всіх учасників моделюючої сесії.

Ключовим сенсом другого етапу показано обернення наміру та переживання деструктивних станів при деконструкції старого і конструюванні нового образу системи. Обґрунтовано послідовність втілення нового образу в нових просоціальних практиках на третьому етапі реалізації кризової практики. Подальше застосування методу моделювання та використання міні-тренінгів визначено як важливі засоби оптимізації та підвищення ефективності цих про соціальних практик.

Література

1. Лазоренко Б. П. Асоціальні практики, соціально-психологічні механізми та несвідомі динаміки особистісного життєконструювання проблемної молоді. / Б. П. Лазоренко // Наук. студ. із соц. та політ. психол.: Зб. статей / АПН України, Ін-т соц. та політ. психол.: Редкол.: С. Д. Максименко, М. М. Слюсаревський та ін. К.: Міленіум.. 2012. – С. 110 – 118.
2. Титаренко Т. М. Кризові практики життєконструювання особистості / Т. М. Титаренко // Актуальні проблеми психології: Психологічна допомога особистості / за ред. С. Д. Максименка, М. В. Папучі. – К., 2011. – Т. 11. – Вип. 4. – Ч. 1. – 440 с. – С. 34–41.
3. Наративні психотехнології. / Чепелева Н.В., Смутьсон М.Л., Шиловська О.М., Гуцол С.Ю.; за заг. ред. Чепелевої Н.В. – К.: Главник 2007. – 144 с.

Аннотация. Выяснено системно-динамический, процессуальный характер кризисной практики. Первым этапом определена реконструкция неосознанного образа-модели семейно-родовой системы. Ключевым смыслом второго этапа показано обращение намерения и переживание деструктивных состояний при деконструкции старого и конструировании нового образа системы. Обосновано последовательность воплощения нового образа в новых просоциальных практиках на третьем этапе реализации кризисной практики.

Ключевые слова: кризисная практика, личностное жизнеконструирование проблемная молодежь.

Summary. There is found the system-dynamic, procedural nature of crisis practice. As the first stage the reconstruction of

unconscious image-model of family-clan system is defined. The revolving of intention and surviving destructive experience of deconstruction of the old and designing the new image of the system are shows as a key meaning of the second phase. The implementation of the new image of the system in the new pro-social practices is grounded as consistent of the third phase of the crisis practice.

Key words: the troubled youth, crisis practice, personal life construction.