УДК 159.9

ДОСВІД ЗАСТОСУВАННЯ УКРАЇНСЬКИХ КАЗОК У ТЕРАПІЇ НАРЦИСИЧНОГО РОЗЛАДУ ОСОБИСТОСТІ

Дідух М.Л., д. психол. н.,
професор кафедри психології
Миколаївський національний університет імені В.О. Сухомлинського

Стаття побудована на методології аналітичної психотерапії. Наведено результати групової психотерапії клієнтів з проявами нарцисичного розладу особистості зі застосуванням психодрами та арт-терапії. За основу була обрана українська народна казка «Котирогошко», яка була основою аналізу шляхів індивідуації нарцисичної особистості. Отримано позитивний терапевтичний результат діяльності групи.

Ключові слова: *аналітична терапія, нарцисизм, міфологеми, психодрама, несвідоме.*

Статья построена на методологии аналитической психотерапии. Приведены результаты групповой психотерапии клиентов с проявлениями нарциссического расстройства личности с применением психодрамы и арт-терапии. За основу была выбрана украинская народная сказка «Котирогошко», которая была основой анализа путей индивидуации нарциссической личности. Получен положительный терапевтический результат деятельности группы.

Ключевые слова: *аналитическая терапия, нарциссизм, мифологемы, психодрама, бессознательное.*

Didukh M.L. EXPERIENCE OF USE OF UKRAINIAN LINESIN THERAPY OF NARCISMIC DISORDER OF PERSONALITY

The article is based on the methodology of analytical psychotherapy. The results of group psychotherapy of clients with manifestations of narcissistic personality disorder using psychodrama and art therapy are presented. The basis was chosen Ukrainian fairy tale "Kotihogoshko", which was the basis for analyzing the ways of individuation of the narcissistic personality. We received a positive therapeutic result of the group psychotherapy.

Key words: *Analytical therapy, narcissism, mythology, psychodrama, unconsciousness.*

Постановка проблеми. Нарцисичний розлад особистості привертає увагу сучасних спеціалістів у сфері аналітичної терапії. Цей розлад ускладнює як процес соціалізації, так і індивідуації особистості, призводить до «інструментально-маніпулятивного» типу стосунків з оточенням. Для корекції означеного розладу потрібні зусилля як клієнта, так і терапевта, і розуміння плану розвитку особистості. У західній психотерапії для цього переважно використовують архетипічні символи та міфологеми описані в античній міфології. Але, як доведено у наших попередніх дослідженнях [3], етнічне несвідоме має свою специфіку, тому ці міфологеми можуть бути непридатними або недостатньо зрозумілими для українських клієнтів. Саме тому виникла проблема пошуку відповідних міфологем у межах саме українського етнічного несвідомого.

Аналіз попередніх досліджень. Нарцисичний розлад особистості – це порушення ставлення до себе та до інших людей, що проявляється у вигляді неадекватної самооцінки, завищеного рівню домагань, постійного прагнення довести як собі, так і іншим свою «виключність» [1; 5; 9]. У соціологічних та культурологічних дослідженнях пов'язують поширення нарцисичного розладу з впливом реклами та засобів масової інформації, які пропагують цінності індивідуалізма та «глянцевого» ідеального образу життя. Виходячи з позицій аналітичної психології вважається, що нарцисизм є «первинним», притаманним дитині від народження, але за адекватних умов виховання він минає, дитина дорослішає, у неї формується більш зріла самооцінка та механізми психологічного захисту. Більшість дослідників пов'язують нарцисичний розлад дорослої особистості з проявами депривації, емоційного неприйняття з боку матері або батьківської родини. Відсутність належного рівня прив'язаності до матері, відчуття «безумовної любові», змушує дитину вдаватись до фантазій про власну виключність, доводити оточуючим, що вона заслуговує на любов та визнання [5]. Наявність цього порушення призводить насамперед до проблем з рівнем домагань – завищений рівень за умови невдачі різко знижується, перфекціонізм, який зустрічається у нарцисичних особистостей, сприяє тому, що людина не може завершити справу та отримати задоволення від результату. Порушення саморегуляції у нарцисичної особистості призводить до безпосереднього відчуття вразливості особистості, відчуття

безсилля та безперспективності життя, деструктивні тенденції спрямовані на себе та на інших. Людина повністю заперечує можливість тотальної невдачі, декларує повний спокій в екстремальній ситуації, заперечує негативну реакцію на безвихідну ситуацію. Психологічний захист у вигляді знецінювання проявляється також у декларуванні спокійного ставлення до зради оточуючих. В архетипічній школі аналітичної терапії поширено аналіз казок та міфів з метою глибшого розуміння процесу індивідуації [4; 10; 11].

К. Аспер [1] пропонує аналіз фольклорних джерел та казок, самостійно створених пацієнтами, як успішний шлях до розуміння нарцисичної проблематики клієнтів, та побудови плану роботи.

Постановка завдання. Метою даного дослідження є пошук шляхів трансформації нарцисичної особистості в українській народній казці «Котигорошко» [7]. Саме цю казку було обрано тому, що під час опитування 27 особистостей з ознаками нарцисичного типу особистості (за опитувальником А. Бека) 23 з них назвали саме її як улюблену та найбільш значущу. З 36 студентів-психологів також 30 вважали саме цю казку (з-поміж інших українських казок) такими, які відображають особливості нарцисичної особистості. При аналізі казок можна звертати увагу на різні аспекти: соціально-культурний, соціально-історичний, морально-етичний тощо [6]. У нашому дослідженні ми звернемо увагу лише на аналіз цих казок у межах аналітичної парадигми та наведемо приклади роботи з ними у терапевтичній та учбовій групі.

Виклад основного матеріалу дослідження. У казці «Котигорошко» народження головного героя є магічним, що одразу підкреслює його унікальність у порівнянні з братами та сестрою: «От одного разу пішла жінка на річку прати, коли ж котиться горошинка по дорозі. Жінка взяла горошинку та й з'їла. Згодом народився у неї син. Назвали його Котигорошком. Росте та й росте той син, як з води, – не багато літ, а вже великий виріс. Одного разу батько з сином копали колодязь – докопались до великого каменя. Батько побіг кликати людей, щоб допомогли камінь викинути. Поки він ходив, а Котигорошко узяв та викинув. Приходять люди, як глянули – аж поторопіли. Злякались, що у нього така сила, та й хотіли його вбити. А він підкинув того каменя та й підхопив, люди й повтікали.

От копають далі та й докопалися до великого шматка заліза. Витяг його Котигорошко та й сховав» [7]. Його фізичне дорослішання відбувається напрочуд швидко, чого не можна сказати про розумове. Клієнти під час аналізу цього епізоду казки сприймали його позитивно, пригадували епізоди з власного дитинства та підліткового періоду, коли вони вчиняли щось «героїчне», але це не сприймалося батьками та однолітками: «Я у десять років стрибнув з високого паркану на будівництві, приземлився на цвях, поранив ногу. Я думав, що хлопці вважатимуть мене «крутим», хоробрим, але вони злякались та повтікали...». Ці переживання глибоко запам'ятовуються нарцисичними особистостями, вони довгі роки вважають себе недостатньо оціненими.

У другому епізоді казки Котигорошко дізнається про своїх братів та сестру і вирушає їх визволяти, попри те, що батьки не підтримують цієї ідеї. «Виходить у двір, тоді в будинок, а змія нема, сама сестра Оленка вдома.

– Здорова була, дівчино! – каже Котигорошко.

– Здоров був, парубок! Та чого ти сюди зайшов? Прилетить змій, то він тебе з'їсть.

– Отже, може, й не з'їсть! А ти ж хто така?

– Я була одна дочка у батька й матері, та мене змій украв, а шестеро братів пішли визволяти та й загинули.

– Де ж вони?– питається Котигорошко.

– Закинув змій до темниці, та й не знаю, чи ще живі, чи, може, на попілець потрухли.

– Отже, може, я тебе визволю, – каже Котигорошко.

– Де тобі визволити? Шестеро не визволило, а то б ти сам! – каже Оленка.

– Дарма! – відказує Котигорошко. Та й сів на підвіконні, дожидається.

Коли це летить змій. Прилетів та тільки у хату – зараз:

– Ге, – каже, – людський дух пахне!

– Де б то не пах, – відказує Котигорошко, – коли я прийшов,

– Агов, хлопче, а чого тобі тут треба? Битися чи миритися?

– Де то вже миритися – битися! – каже Котигорошко.

– Ходімо ж на залізний тік!

– Ходімо.

Прийшли. Змій і каже.

– Бий ти!

– Ні, – каже Котигорошко, – бий ти спочатку!

От змій як ударив його, так по кісточки і ввігнав у залізний тік. Вирвав ноги Котигорошко, як махнув булавою, як ударив змія – ввігнав його у залізний тік по коліна. Вирвався змій, ударив Котигорошка – і того по коліна ввігнав. Ударив Котигорошко вдруге, по пояс змія загнав у тік, уда-

рив утретє – зовсім убив. Пішов тоді у льохи-темниці, відімкнув своїх братів, а вони тільки-тільки що живі. Забрав тоді їх, забрав сестру Оленку і все золото та срібло, що було у змія, та й пішли додому.

От ідуть, а він їм і не признається, що він їх брат». Поводження Котирогошка під час цього епізоду підкреслено маскулінне – він не чує застережень своєї сестри, не цікавиться її баченням ситуації, не вступає у розмову зі Змієм. Його дії спрямовані лише на досягнення власної мети, так, як він це розуміє. При обговоренні цього фрагменту з клієнтами та студентами спостерігався протилежний тип реакцій. Студенти сприймали поведінку Котигорошка як небезпечну та незрозумілу: «Сестра явно почувається добре у шлюбі зі Змієм, не факт, що її взагалі потрібно рятувати. Брати живі, але сестру вони не цікавлять. Змій прагне не до бійки, а до дружньої розмови». Клієнти з нарцисичними розладами сприймають поведінку Котигорошка як цілком адекватну: «Змія треба покарати! Лише Котигорошко може їм зарадити. Нема чого слухати батьків та сестру, вони нічого не розуміють, вони не знають який Котигорошко сильний». При аналізі символічного змісту цього епізоду студенти сприймають його як перемогу над власною агресивністю та жадібністю, спробу відновити сімейні стосунки, знайти та зібрати «втрачені» частини себе. Клієнти сприймають Змія як зовнішнього ворога, а сестру – як частину власної особистості яка не дає діяти у повну силу, як надмірну тривожність, брати асоціюються з прихованими, забутими можливостями та бажаннями: «Не знаю чи живі ще, чи вже потрухли».

У наступному епізоді відбувається сцена зради братів, та Котигорошко лишає батьківську оселю. Студенти вважали основним сенсом цього епізоду сепарацію від батьків, початок подорожі у пошуках себе, а не втрачених частин батьківської родини. Стосунки з братами залишались, переважно, поза увагою учасників цієї групи. Учасники терапевтичної групи вважали цей епізод одним з найважливіших, вони акцентували увагу на невдячності братів, їхньої жадібності, зраді. Особливу увагу цієї групи привертав дуб за плечима Котигорошка: «Він фізично вижив, але зрада братів, їхня невдячність обтяжує його. Він не може насправді пробачити їх і йде з батьківського дому». Усвідомлення знецінених переживань такого типу мало суттєвий терапевтичний ефект, у самозвітах учасників відображено, що це змусило їх замислитись над значенням своїх стосунків з близькими людьми, невідредагованими образами, відчуттям «дуба на плечах».

Ідеї грандіозності посилюються у наступному епізоді казки: «Іде собі та іде, коли дивиться – відтіль гора і відсіль гора, а між ними чоловік руками й ногами у ті гори вперся та й розпихає їх. Каже Котигорошко:

– Боже поможи!

– Дай боже здоров'я!

– А що ти, чоловіче, робиш?

– Гори розпихаю, щоб шлях був.

– А куди йдеш? – питає Котигорошко.

– Щастя шукати.

– Ну, то й я туди. А як ти звешся?

– Вернигора. А ти?

– Котигорошко. Ходімо разом!

– Ходімо.

Пішли вони. Ідуть, коли бачать: чоловік серед лісу як махне рукою – так дуби й вивертає з корінням.

– Боже поможи!

– Дай боже здоров'я!

– А що ти, чоловіче, робиш?

– Дерева вивертаю, щоб іти було просторіше.

– А куди йдеш?

– Щастя шукати.

– Ну, то й ми туди. А як звешся?

– Вернидуб. А ви?

– Котигорошко та Вернигора. Ходімо разом!

– Ходімо.

Пішли втрьох. Ідуть, коли бачать – чоловік зі здоровенними вусами сидить над річкою: як крутнув вусом – так вода й розступилася, що й по дну можна перейти. Вони до нього:

– Боже поможи!

– Дай боже здоров'я!

– А що ти, чоловіче, робиш?

– Та воду відвертаю, щоб річку перейти.

– А куди йдеш?

– Щастя шукати.

– Ну, то й ми туди. А як звешся?

– Крутивус. А ви?

– Котигорошко, Вернигора, Вернидуб. Ходімо разом!

– Ходім! Пішли. І так їм добре йти: де гори на дорозі – то Вернигора перекине; де ліс – Вернидуб виверне; де річка – Крутивус воду відверне».

Студенти сприймали цей епізод переважно як смішний: «Це схоже на ігри малих дітей, підліткові розваги…», «Вони не мають ніякої мети, розважаються, все трощать…». З емоцій у студентів переважав подив та сміх – «це не герої, хулігани, дурні».

У групі нарцисичних особистостей реакція була іншою: «Котигорошко знаходить рівних собі, справжніх козаків, ра-

зом вони – сила!». Грандіозність перемог над природою «зачаровує» учасників, вони відтворюють цей епізод як у психодраматичному етюді, так і у малюнках, які вони створюють по закінченні терапевтичної сесії. Цікавим є те, що на цих малюнках Котирошко зображується вищим за своїх друзів – велетів. При аналізі таких результатів учасники змогли вийти у рефлексивну позицію, усвідомити, що фантазії власної грандіозності є механізмом психологічного захисту, вони заспокоюють, але можуть призвести до нераціональної та руйнівної поведінки. Розмова була спрямована на те, що «ламають» та «пересувають» учасники у своєму житті, щоб довести свою силу, або «полегшити» собі шлях до невідомої їм самим мети. На нашу думку, цей епізод дає можливість усвідомлення різних частин нарцисичної особистості, відокремити руйнівні імпульси від «Self» клієнта, що й було реалізовано у ході групової терапевтичної сесії.

У наступному епізоді відбувається зустріч з наступним ворогом. «Ти, Вернигоро, зоставайся дома та вари їсти, а ми втрьох підемо на полювання.

Пішли вони, а Вернигора наварив їсти та й ліг спочивати. Коли хтось стукає у двері:

– Відчини!

– Невеликий пан, відчиниш і сам, – каже Вернигора. Двері відчинились, та й знов хтось кричить:

– Пересади через поріг!

– Невеликий пан, перелізеш і сам. Коли влазить дідок маленький, а борода на сажень волочиться.

Як ухопив Вернигору за чуба та й почепив на гвіздок на стіну. А сам усе, що було наварене, виїв, випив, у Вернигори зі спини ремінь шкіри видрав та й подався.

Вернигора крутився-крутився, якось зірвався з гвіздка, кинувся знову варити; поки товариші поприходили, уже доварив.

– А чого ти запізнився з обідом?

– Та задрімав трохи.

Наїлись та й полягали спати».

Ця ситуація повторюється тричі, до неї потрапляють усі друзі Котигорошка. Розглядаючи символізм даного епізоду, можна помітити, що на впевнених у власній могутності богатирів знаходиться більша сила, при зовнішній немічності старість перемагає всіх. Конфлікт архетипів «Вічної дитини» та «Старого» у цій казці вирішується на користь Старого, розщеплені «дикі» частини особистості не проявляють своїх почуттів, не об'єднуються з метою протистояння. Нарцисичні прояви не дозволяють схилитися перед Старим, ані допомогти йому, ані визнати свою поразку. Котигорошко демонструє більш зрілу поведінку: «На другий день ті троє йдуть на полювання, а Котигорошко вдома зостається. От наварив він їсти та й ліг спочивати. Аж грюкає хтось у двері:

– Відчини!

Відчинив двері, – аж там дідок маленький, а борода на сажень волочиться.

– Пересади через поріг!

Узяв Котигорошко, пересадив. Коли той пнеться до нього, пнеться.

– А чого тобі? – питає Котигорошко.

– А ось побачиш чого, – каже дідок, доп'явся до чуба та тільки хотів ухопити, а Котигорошко:

– То ти такий! – та собі хап його за бороду, вхопив сокиру, потяг його у ліс, розколов дуба, заклав у розколину дідову бороду й защепив її там.»

Як бачимо у цьому епізоді відбувається значне посилення Его, герой здатний вступити у діалог, допомогти іншому, перемогти свій страх перед старістю та немічністю. Саме таким чином сприймали цей уривок представники студентства: «Якщо будеш боятися самого себе, хизуватимешся силою, то знайдеться той, хто старіше й сильніше за тебе». Терапевтична група спочатку звертала більшу увагу на порушення – дотримання правил поведінки: «Вони не поважали старого», «Літніх людей треба слухатись», «Він їх покарав за порушення правил ввічливості». Після психодраматичного етюду учасники усвідомили дещо інший сенс цього епізоду: «Мені було страшно торкнутись старого, так неначе він «вип'є» всю мою силу», «Старий – це ніби якась частина мене самого – то немає сили поріг перейти, то можу перемогти будь-кого».

У наступному епізоді відбувається звільнення королівни з під влади Старого. «Почали вони спускати, довго спускали – таки сягнули дна, аж на інший світ. Став там Котигорошко ходити, аж дивиться: стоїть палац великий. Він увійшов у той палац, коли так усе й ся в золотом та дорогим камінням. Іде він покоями, аж вибігає йому назустріч королівна – така гарна, така гарна, що й у світі кращої нема.

– Ой, – каже, – чоловіче добрий, чого ти сюди зайшов?

– Та я, – говорить Котигорошко, – шукаю діда маленького, що борода на сажень волочиться,

– Е, – каже вона, – дідок бороду з дубка визволяє. Не йди до нього, – він тебе вб'є, бо вже багато людей повбивав.

– Не вб'є! – каже Котигорошко. – То ж я йому й бороду защепив. А ти ж чого тут живеш?

– А я, – каже, – королівна, та мене цей дідок украв і у неволі держить.

– Ну, то я тебе визволю. Веди мене до нього!

Вона й повела. Коли справді: сидить дідок і вже бороду визволив з дубка. Як побачив Котигорошка, то й каже:

– А чого ти прийшов? Битися чи миритися?

– Де вже, – каже Котигорошко, – миритися – битися!

От і почали вони битися. Бились, бились і таки вбив Котигорошко дідка своєю булавою». Аніма, що втілена в образі полоненої королівни, після визволення надає Котигорошку нові патерни поведінки. Герой може передбачити зраду побратимів і може щиро потурбуватись про долю пташенят. Він успішно спілкується з потойбічною істотою грифом. Епізод годування казкової птиці частинами свого тіла поширений у східних фольклорних джерелах і у цій казці він також є. Він символізує ціну, яку треба «сплатити» Его за просування до світла, до індивідуації, цей процес є достатньо складним і не можна чекати того, що він пройде безболісно. Студенти сприймали завершення казки як закономірну перемогу та винагороду головного героя. В учасників терапевтичної групи фінал казки викликав сильні почуття: «Його турбота про інших була нарешті прийнята», «Він зміг домовитись про допомогу і отримати її», «Світ є різним – у ньому є й друзі, й вороги, й зрадники і ті, що попри все тримають слово», «Можна не лише перемагати й хизуватися своєю силою, а й прохати по допомогу».

У роботі з терапевтичною групою ми використовували елементи психодрами [2] та арт-терапії, що допомагало глибше усвідомити символічний сенс народної казки. При повторному вимірюванні рівню нарцисичного розладу позитивна динаміка була помічена у 12 осіб з 17 (10 осіб з нарцисичними розладами брали участь у дослідженні, але не відвідували терапевтичну групу і їхні результати лишились незмінними), що, згідно з критерієм знаків, дає можливість судити про достовірність зсуву на рівні 0,05.

Висновки. Казка «Котигорошко» містить міфологеми, притаманні українському етнічному несвідомому. Вона дає можливість на символічному рівні зрозуміти та пережити процес індивідуації, який властивий особам з нарцисичним типом особистості. Застосування саме цієї казки як послідовного опису дорослішання особистості у поєднанні з елементами психодрами та арт-терапії дає можливість достовірно зменшити інтенсивність переконань, які зумовлюють нарцисичний розлад.

Напрямком подальшого дослідження стане вивчення терапевтичного потенціалу інших українських фольклорних джерел та їх впровадження у групову роботу з клієнтами. Можливим варіантом може стати створення психологічної трансформаційної гри, яка базується на вивченні українського етнічного несвідомого.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Аспер К. Психология нарциссической личности. Внутренний ребёнок и самооценка / К. Аспер – М. : Добросвет, 2015. – 366 с.

2. Барц Э. Игра в глубокое: введение в юнгианскую психодраму / Э. Барц. – М., 1997. – 144 с.

3. Дідух М.Л. Порівняльний аналіз архетипічних образів у представників різних етнічних груп / М.Л. Дідух // Актуальні проблеми психології. Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка. – К., 2011. – Т. 11, вип. 5. – С. 169–177.

4. Дикманн Х. Юнгианский анализ волшебных сказок / Х. Дикман. – СПб, 2000. – 256 с.

5. Мак-Вильямс Н. Психоаналитическая диагностика. Понимание структуры личности в клиническом процессе / Н. Мак-Вильямс. – М. : Класс, 1998. – 244 с.

6. Пропп В.Я. Исторические корни волшебной сказки / В.Я. Пропп. – Л. : Наука, 1987. – 442 с.

7. Українські народні казки. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://kazka.in.ua.

8. Холлис Дж. Призраки вокруг нас. В поисках избавления / Дж. Холлис. – М. : Когито-Центр, 2015. – 192 с.

9. Хотчкис С. Адская паутина. Как выжить в мире нарциссизма / С. Хотчкис – М. : Класс, 2010. – 248 с.

10. Adams M.V. The Archetypal School. The Cambridge Companion to Jung / M.V. Adams. – Cambridge, 1997.

11. Hillman J. The Great Mother, Her Son, Her Hero and the Puer / J. Hillman. – Dallas, 1973/1991.