

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
СУМСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ ІНОЗЕМНОЇ ФІЛОЛОГІЇ
ТА СОЦІАЛЬНИХ КОМУНІКАЦІЙ**



**СОЦІАЛЬНО-ГУМАНІТАРНІ
АСПЕКТИ РОЗВИТКУ СУЧАСНОГО
СУСПІЛЬСТВА**

**МАТЕРІАЛИ V ВСЕУКРАЇНСЬКОЇ НАУКОВОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ СТУДЕНТІВ,
АСПРАНТІВ, ВИКЛАДАЧІВ ТА СПІВРОБІТНИКІВ**

(Суми, 20-21 квітня 2017 року)

**Суми
2017**

ПОГЛЯД НА ЕМОЦІЇ З ПОЗИЦІЙ ПСИХОДИНАМІЧНОГО НАПРЯМКУ

Колісник Л. О.,
*практичний психолог СумДУ, к.психол.н.,
фахівець з кататимно-імагінативної психотерапії*

Майже всі сучасні психологічні напрями (всіх трьох гілок сучасної психотерапії – психодинамічної, когнітивно-поведінкової та гуманістичної) визнають цінність і значимість емоцій та емоційного досвіду в житті кожної людини. Розуміння сутності емоцій, процесу і методів роботи з ними та їх порушеннями в рамках окремого методу дозволяє визначити можливість ефективного проведення комплексу психокорекційних заходів, зокрема, індивідуальної (психологічне консультування) та групової (психологічний тренінг) роботи.

Великого значення почуттям та емоціям людини надають представники психодинамічного напрямку, зокрема, й самого психоаналізу. Так З. Фрейд вказує на те, що суспільство прагне придушити потяги індивіда [1]. Це прагнення загрожує девальвацією почуттів, особливо тоді, коли йдеться про почуття інтенсивні і тривалі, іншими словами про пристрасті. Почуття та пристрасті міцно забуті, і ми навіть не відчуваємо на свідомому рівні пов'язаного з цією втратою дефіциту. Також відомо, що аналітики працюють не просто з пригадуванням подій минулого, а обов'язково з їх афективним переживанням, оскільки «спомини позбавлені афекту завжди безрезультатні» [1]. Відомий аналітик П. Кутер відзначає: «емоційні розлади можна усунути, якщо вивільнити витіснені афекти та оживити дрімаючі пристрасті, що призведе до повторного переживання колишньої емоції. Пристрасті перетворюються на сили, що дають нам цілюще хвилювання, що укріплює міжособистісні зв'язки» [2, с. 9].

Психоаналітична теорія перша зробила акцент на значенні психічних фактів, тобто вона перша стала наполягати на тому, що всякий стан свідомості (зокрема, емоція) позначає дещо інше, ніж він сам по собі є. Психоаналітична інтерпретація подає свідомий феномен як символічне здійснення бажання, відкинутого цензурою.

Психодинамічний підхід включає п'ять фундаментальних принципів: динамічний, економічний, структурний, принцип розвитку та принцип адаптації. Основним є динамічний принцип. Психодинамічний підхід відкриває нові горизонти на шляху дослідження особистості як цілісної системи, у взаємодії внутрішніх

динамічних процесів, що знаходять своє відображення у зовнішніх проявах людини.

За А.А. Александровим сутність психодинамічного підходу полягає в розумінні генезу і лікування емоційних розладів інтрапсихічних конфліктів, які є результатом динамічної і часто несвідомої боротьби суперечливих мотивів всередині особистості [3]. Метою тут є робота з витісненням, точніше його зняття. Якщо певна інформація витісняється, несвідоме починає керувати поведінкою людини. Йдеться про роботу з конфліктами, що виникають між несвідомими та свідомими думками, переконаннями, бажаннями людини та що переміщені у несвідоме. Завдання в рамках цього напрямку полягає у тому, щоб підняти з глибин несвідомого ці пригнічені і невіршені конфлікти і перенести їх в нашу свідомість з тим, щоб зустріти їх обличчям до обличчя і позбутися їх. Коли витіснений матеріал усвідомлюється, людина починає керувати своєю поведінкою, враховуючи свої потреби і можливості реальності їх задовольнити. В процесі такої роботи людина отримує новий досвід вирішення проблем на основі розуміння витіснених конфліктних переживань, усвідомлення несвідомого матеріалу, з'ясування того, як він впливає на сьогодення. Результатом є розуміння своїх потреб та свобода у виборі способів їх задоволення, вирішення внутрішньо особистісних конфліктів, вміння досліджувати та свідомо будувати стосунки з іншими людьми [4].

Мета психодинамічної терапії – усвідомлення конфлікту і допомога у його конструктивному вирішенні: навчитися знаходити баланс незалежності і близькості, розвинути здатність конструктивно висловлювати свої почуття і зберігати при цьому стосунки з людьми. Так, згідно психодинамічної терапії, психологічною основою депресії є внутрішні несвідомі конфлікти. Наприклад, бажання бути незалежним і одночасне бажання отримувати у великому обсязі підтримку, допомогу і турботу від інших людей. Іншим типовим конфліктом є наявність інтенсивного гніву, образи на оточуючих у поєднанні з потребою бути завжди добрим, хорошим і зберігати прихильність близьких. Джерела цих конфліктів лежать в історії життя людини, яка стає предметом аналізу в психодинамічній терапії. У кожному індивідуальному випадку може бути свій унікальний зміст конфліктуючих переживань, і тому необхідна індивідуальна психотерапевтична робота.

Методи психодинамічного напрямку базуються на міцній теоретико-методологічній основі, відзначаються науковою розробленістю, якістю проведених емпіричних досліджень, що, зокрема, доводять їх ефективність. Зокрема, до них відноситься символдрама або кататимно-імагінативна психотерапія (КІП, німецькою: *Katathyme-imaginativen Psychotherapie*, англійською: *Guided Affective Imagery*) – психодинамічний метод, який був заснований видатним німецьким психотерапевтом, доктором медицини Х. Льюйнером у 40-50 роках минулого століття і який, показавши високу ефективність, в 1995 році був впроваджений у психотерапію як науково обґрунтований метод [5]. З відомих сьогодні близько п'ятнадцяти напрямків психотерапії, що використовують образи в лікувальному процесі, символдрама є найбільш глибоко і системно проробленим і технічно організованим методом, що має фундаментальну теоретичну базу. В основі методу лежать концепції класичного психоаналізу, а також його сучасного розвитку (теорія об'єктних відносин М. Кляйн, еґо-психологія А. Фрейд, психологія «Я» Х. Хартмана і «Self-Psychology» Х. Коґута, Р. Шпіца, Д.В. Віннікотта, М. Малер, О. Кернберґа, Й. Ліхтенберґа) [5].

Символдрама займає серединне місце між «розкривальними» психотерапевтичними методами, з одного боку, і «підтримувальними» – з іншого. Важливими перевагами символдрами, порівняно з іншими методами, є також її системність і технічна організованість (наявність структурованих технологій застосування), що робить метод як ефективним, так і дидактично чітким. КІП відзначається відносною короткотривалістю та універсальністю, що відповідає вимогам до сучасних методів психотерапії.

Доведено результативність КІП для вирішення широкого спектру психологічних проблем, зокрема відзначається ефективність у роботі з клієнтами, які мають складнощі з доступом до власних емоційних станів (зокрема, при алекситимії), з клієнтами, які досить просто структуровані та недосвідчені в інтроспекції та терапевтичному розщепленні Еґо [5]. Символдрама дозволяє сформувати та розвинути навички інтроспекції, які необхідні, наприклад для подальшої роботи з розвитку здібностей емоційного інтелекту.

Таким чином, робота в рамках психодинамічного напрямку ґрунтується на концепції, що на почуття і поведінку людини сильний вплив чинять минулий досвід і несвідомі бажання і страхи. Відповідно

до цієї теорії, багато психологічних проблем можуть бути вирішені шляхом зміни поглядів людини на саму себе і на роботу своєї власної свідомості та емоцій. Значною перевагою такої роботи є те, що вона не лише усуває симптоми хвороби, а ставить своїм завданням змінити особистість, характер людини, допомогти їй навчитися довіряти іншим, будувати близькі стосунки з людьми, краще справлятися з труднощами, втратами і не позбавляти себе при цьому широкого спектру емоцій.

Література

1. Фрейд З. Психология бессознательного / З. Фрейд. – М., 1989. – 384 с.
2. Куттер П. Любовь, ненависть, зависть, ревность. Психоанализ страстей / Пітер Куттер / Пер. с нем. Панкова С.С. – М. : ООО Издательский дом «София», 2004. – 256 с.
3. Психотерапевтическая энциклопедия / под ред. Карвасарского Б.Д.; 2–е изд. — СПб. : Питер, 2002. – 1024 с.
4. Томэ Х. Современный психоанализ: Теория и практика. В 2 т. / Х. Томэ, Х. Кэхеле. – М., 1996.
5. Лейнер Х. Кататимное переживание образов : Основная ступень; Введение в психотерапию с использованием техники сновидений наяву; Семинар / Ханскарл Лейнер / Пер. с нем. Я. Обухов – М. : Эйдос, 1996. – 253 с.

ФОРМУВАННЯ УЯВЛЕННЯ ПРО ПСИХОГРАМУ АДВОКАТА У СТУДЕНТІВ-ПРАВознавців

*Дубинська М. В., студентка I курсу,
Сумська філія Харківського національного
університету внутрішніх справ*

*Теслик Н. М., канд. психол. н., ст. викладач кафедри ППСТ,
Сумський державний університет*

Адвокатська професійна діяльність пов'язана із високими суспільними експектаціями. Очікувані психологічні властивості адвоката – це наявність комунікативної майстерності, умінь, навичок пошуку і цільового використання психологічної інформації з метою захисту, що потребує цілеспрямованого розвитку, корекції особистісних якостей особи, які відповідають психологічним вимогам