

УКРАЇНСЬКА СПІЛКА ПСИХОТЕРАПЕВТІВ
ТЕРНОПІЛЬСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ВОЛОДИМИРА ГНАТЮКА
ТЕРНОПІЛЬСЬКИЙ ОБЛАСНИЙ ЦЕНТР КОМПЛЕКСНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ
ОСІБ З ІНВАЛІДНІСТЮ

ЗБІРНИК ТЕЗ ДОПОВІДЕЙ

XXV Науково-практичної конференції УСП
та субконференції з дитячої та юнацької психотерапії

ПСИХОТЕРАПІЯ І СВОБОДА



м. Тернопіль,
28-30 червня 2019р.



Мельничук А. Ю.	67
БАЛАНСНА МОДЕЛЬ Н. ПЕЗЕШКІАНА ЯК ЕФЕКТИВНИЙ ІНСТРУМЕНТ ПРОФІЛАКТИКИ СИНДРОМУ ВИГОРАННЯ ФАХІВЦІВ СОЦІОНОМІЧНОГО ПРОФІЛЮ	
Миколайчук М. І.	70
ТЕРАПЕВТИЧНИЙ АЛЬЯНС ТА ТРУДНОЩІ В ТЕРАПІЇ У КОНТЕКСТІ ОСОБИСТІСНИХ ХАРАКТЕРИСТИК СІМЕЙНИХ ТЕРАПЕВТІВ	
Михайлів С. В.	74
ЦІННІСНІ ОРІЄНТИРИ НАРКОЗАЛЕЖНИХ В ПЕРІОД РЕАБІЛІТАЦІЇ	
Олексюк В. Р.	77
ПАРАМЕТРИ АНАЛІЗУ ЖИТТЯ КЛІЄНТА ЯК ЦІЛІСНОСТІ У РОБОТІ ПСИХОЛОГА-КОНСУЛЬТАНТА	
Осипенко В. А., Оксіна Н. В.	81
ВИКОРИСТАННЯ ПСИХОДРАМИ В РОБОТІ З УЛЬТИЄТНІЧНИМИ ГРУПАМИ	
Пришляк І. В.	85
ЕФЕКТ ВЕСЕЛКИ (КОГЕРЕНЦІЯ ТА ІНТЕРФЕРЕНЦІЯ У ВЕЛИКІЙ АНАЛІТИЧНІЙ ГРУПІ)	
Срібна І. Б.	92
ОСОБИСТІСТЬ ТЕРАПЕВТА ТА ЇЇ ВПЛИВ НА ПРОЦЕС ПСИХОТЕРАПІЇ ПРОФЕСІЙНА ІДЕНТИФІКАЦІЯ: ДИТЯЧИЙ ПСИХОТЕРАПЕВТ	
Старков Д. Ю.	96
КОНЦЕПЦІЯ МЕТАПЕРЕКОНАНЬ: ПЕРЕКОНАННЯ ПРО ГЛИБИННІ ПЕРЕКОНАННЯ	
Турецька Н. І.	101
ФЕНОМЕН ПРЕКАРІАТУ В УКРАЇНСЬКОМУ СУСПІЛЬСВІ	
Удод М. О.	106
ВІДМІННОСТІ ОСОБИСТІСНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРАЦІВНИКІВ ЕКСТРЕННОЇ МЕДИЧНОЇ ДОПОМОГИ З РІЗНИМ СТАЖЕМ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ	
Цепенюк В.	109
ПОЗИТИВНА ПСИХОТЕРАПІЯ Н. ПЕЗЕШКІАНА В РОБОТІ З КЛІЄНТАМИ З ПСИХОСОМАТИЧНИМИ СИМПТОМАМИ	

ПАРАМЕТРИ АНАЛІЗУ ЖИТТЯ КЛІЄНТА ЯК ЦІЛІСНОСТІ У РОБОТІ ПСИХОЛОГА-КОНСУЛЬТАНТА

Олексюк Вікторія Романівна

vita_alex@ukr.net

кандидат психологічних наук, доцент кафедри практичної психології

Тернопільський національний педагогічний університет

імені Володимира Гнатюка

Між двома крайніми полюсами – життям, що складається як сукупність випадкових обставин, і життям як процесом послідовного досягнення людиною свідомо поставлених цілей, розташовуються всі можливі варіанти життєздійснення і відрізняються мірою організації людиною свого життя. У психології при аналізі життя особистості робиться акцент на тому, що право і обов'язок кожного полягає у тому, щоб розумно та вільно ним розпорядитися, узгодити свої природні дані з умовами життя, його можливостями та обмеженнями, націлюватися на його осмислення, вироблення логіки управління власним життям [1]. Тому психологія життя особистості може слугувати орієнтиром у консультативній роботі з клієнтом. Організованість життя визначається ступенем продуманості особистістю того, чого і як вона хоче досягти, і, відповідно, цілеспрямованою діяльністю у цих напрямках. Здатність до організованості життєздійснення є тим психологічним механізмом, котрий дозволяє їй визначити головні лінії свого життя у потоці подій зовнішнього світу і забезпечити відносну свободу від нього.

У концепції С. Рубінштейна особистість самостійно і вільно визначає лінію власної поведінки і є відповідальною, що виражається у переживанні нею своєї причетності до соціального і особисто значущого [2, с. 18]. У даному контексті також важливими є висновки Т. Титаренко про те, що у людини завжди є вибір траєкторії життєвого шляху, подальшого напрямку самотворення: «вибір квантує час життя людини, вона розв'язує або ж ні свої життєві проблеми і суперечності» [3, с. 54]. В. Татенко вважає, що людський

індивід є суб'єктом, який самостійно, вільно і творчо здійснює свою життєдіяльність, розвивається у цій якості протягом усього життя.

Вітчизняні науковці вважають, що життя людини детерміноване конкретною історичною дійсністю, яка спрямовує його у певному напрямку згідно з тією нормативною моделлю, що склалася у суспільстві. У роботах психологів-гуманістів, А. Маслоу і К. Роджерса та інших, здебільшого увага акцентується на тому, що процес розвитку особистості є спонтанним, його рушійною силою є прагнення до самоактуалізації, до розвитку власного потенціалу, що зумовлює повноцінне, змістовно наповнене життя [1].

Засновники екзистенційного психоаналізу М. Хайдегер та Л. Бінсвангер для пояснення природи особистості ввели поняття «буття-у-світі», вказуючи на широкий контекст і нерозривність особистості та її життєвого простору. Автори поділили його на декілька модусів: природа як структурування біологічних зв'язків людини зі світом; соціальне оточення, впорядковане через міжособистісні взаємини, які визначають зовнішню сферу буття особистості, а надалі і її внутрішній світ. Саме він окреслює просторово-часові виміри, в яких розгортається життя людини [4].

У такий спосіб відбувається творення особистістю свого унікального життєвого шляху через пізнання себе, оволодіння зовнішніми обставинами на основі здатності до самоконтролю та готовності самостверджуватися у конкретно-історичному світі. На думку фахівця у царині психології особистості К. Абульханової-Славської, подібні властивості людського існування виробляються у людини завдяки здатності робити власне життя предметом своєї уваги, аналізу, перетворення, а не просто слідувати за подіями [1]. На вищому рівні свого розвитку вона самовизначається не лише стосовно окремих подій, вчинків, бажань, але й стосовно плину свого життя загалом. Важливими завданнями процесу дорослішання науковець вважає здатність виокремити свої сутнісні ставлення як інтеграцію провідних потреб, намірів, життєвих цінностей, виробити на цій основі свій спосіб взаємодії з навколишніми людьми та дійсністю. Це забезпечує відповідальне ставлення до власного

життя, а також ефективні способи розв'язання особою різних життєвих суперечностей, серед яких К. Абульханова-Славська виділила наступні:

- здатність-нездатність особистості примножувати активністю та своєчасним включенням в соціальні процеси свій природний і віковий потенціал розвитку;
- суперечність між власною переконаністю у правильності свого життя з його суспільною оцінкою як ступінь співвіднесення чи розходження життєвої практики з цінностями свого Я;
- суперечність між тим, ким є і ким може стати особистість, як прагнення до більш оптимальних сфер життя;
- співвіднесення індивідуальної та суспільної детермінант розвитку, підкорення особистістю зовнішніх обставин.

Вироблення у клієнта в процесі психологічної взаємодії інтегральної здатності розв'язувати життєві суперечності вможливорює осмислену регуляцію життєвого шляху, реалізацію власного способу самоздійснення [1]. Така здатність, на думку К. Абульханової-Славської, характеризується трьома ознаками:

- 1) наявністю задуму, сенсу, ідеального плану життя, його основних цілей;
- 2) здатністю обирати простір і час, докладати свої життєві сили, вміння розв'язувати суперечності, визначати шляхи самореалізації;
- 3) усвідомленням цінності свого життя, переживання радості, піднесення в разі його продуктивності.

Розглядаючи категорію життя з позицій вищезазначених підходів у площині взаємодії консультант-клієнт, можна виокремити наступні параметри для аналізу його як цілісності:

1. Дослідження індивідуальних форм прояву внутрішнього світу людини («Хто я є?»), у якому своєрідно відображаються зовнішні умови, інтерпретується дійсність («Що я хочу?»), унікально переживається та певним способом організовується її життя («Що я можу?»).

2. Вироблення особистісної здатності рефлексувати щодо власного життя в контексті усвідомлення довколишнього світу і тих відносин, у які особистість з ним вступає. Чим чіткіше і глибше у її світогляді представлена навколишня дійсність (природний, предметний, соціальний аспекти), тим ефективніше особистість взаємодіє зі світом, ясніше усвідомлює своє місце у житті.

3. Розв'язання життєвих суперечностей як осмислення свого життєвого шляху крізь призму того, що я беру від світу (переживання цінностей), і що йому віддаю (результати творчості). А також як раціонально-емоційне усвідомлення себе у площині минуле-теперішнє-майбутнє, адже практика процедури проектування свого життєвого шляху породжує оптимістичне світовідчуття, збільшує діапазон життєвих виявів.

4. Вироблення вміння рефлексувати щодо своїх особистих ресурсів, впевненості у своїй самоефективності, очікування успіху, що забезпечує стабілізацію ставлення до себе як джерела особистісного зростання, власної самореалізації.

Отже, здатність зрілої особистості розв'язувати життєві суперечності пов'язана із вирощуванням внутрішньої субстанції «суб'єкта власного життя», який вибудовує в єдиний логічний ланцюг окремі події, вільно самовизначається стосовно життя загалом, зберігає в часі свою спрямованість на досягнення найважливіших цінностей, завдань самовираження.

Список використаних джерел:

1. Абульханова-Славская К. А. Диалектика человеческой жизни / К. А. Абульханова-Славская. – М. : Наука, 1997. – 224 с.
2. Рубинштейн С. Л. Самосознание личности и ее жизненный путь / С. Л. Рубинштейн // Психология личности: тексты / под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, А. А. Пузыря. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1982. – С. 127–131.
3. Титаренко Т. М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності / Т. М. Титаренко. – К.: Либідь, 2003. – 376 с.
4. Heidegger M. Being and Time / M. Heidegger // Being as Care. – New York, 1962. – P. 231–234.