

## ПІЗНАННЯ ФЕНОМЕНУ РЕГРЕСІЇ ЗАСОБАМИ ГЛИБИННОЇ КОРЕКЦІЇ

Юлія Святенко  
Київ

*У статті розкриваються поняття регресії та пізнання її засобами глибинної корекції за методом активного соціально-психологічного навчання. Ставиться акцент на глибинних детермінантах регресії та їх виявленні в процесі глибинної корекції.*

*Ключові слова: регресія, глибинна корекція, психологічні захисти, метод активного соціально-психологічного навчання.*

*Постановка проблеми.* Сучасна психологічна діагностика переважно центрує увагу на стандартизованих методах пізнання психіки суб'єкта, у тому числі і психологічних захистів, одним з яких є регресія. Ці методи спираються на свідоме сприйняття суб'єктом запитань та надання відповідей, не торкаючись цілісних аспектів психічного в його свідомих та несвідомих проявах. Глибинна психокорекція зорієнтована на пізнання феномену регресії у взаємозв'язках свідомої та несвідомої сфер.

*Мета дослідження* полягає в пізнанні особливостей регресії в процесі глибинної корекції за методом активного соціально-психологічного навчання.

*Виклад основного матеріалу.* Висвітлення проблеми регресії знаходимо в працях З. Фрейда, А. Фрейд, К. Юнга, М. Кляйн, М. Балінта, Р. Хайнца, Р. Ассаджолі, О. Феніхель та ін. У критичному словнику психоаналізу Ч. Райккрофта «регресія (regression) — повернення до більш раннього стану або способу дії. У спеціальному значенні — захисний процес за допомогою якого суб'єкт уникає (або намагається уникнути) тривоги шляхом еластичного або повного повернення на більш ранню стадію лібідного і Его розвитку» [2]. Стадія, на якій відбувається регресія, визначається наявністю точок фіксації. Теорія регресії припускає, що (за винятком ідеальних випадків) інфантильні стадії розвитку долаються не повністю, і тому більш ранні шаблони поведінки залишаються як альтернативні способи функціонування. Регресія, однак, не розглядається як життєздатний і ефективний захисний процес-навпаки, часто це «з вогню та в полум'я», оскільки регресія змушує індивіда заново пережити тривогу, властиву тій стадії, до якої він регресував. Наприклад, регресія з фалічного або едіпового рівня на оральний здійснена як захист від тривоги кастрації, робить пацієнта беззахисним перед переживанням тривоги необхідної сепарації. У результаті регресія зазвичай супроводжується подальшими захисними спробами, призначеними вберегти Его від її наслідків [2]. На поведінковому рівні регресія супроводжується актуалізацією примітивних реакцій (крик, сльози, нецензурні слова), подібно до істерії (блювання, ссання пальців, зайва сентиментальність і ігнорування сексуальних відносин тощо).

Термін «регресія» (від лат regressus – повернення, рух назад) – захисний механізм, який полягає в тому, що індивідуум відступає до більш ранньої стадії розвитку, безпечнішої і приємнішої [3, 420]. Регрес – перехід від більш високих форм розвитку до більш низьких, рух назад, зміни до гіршого. Протилежне поняття – прогрес. Глибинно-психологічне пізнання регресії, що покладено в основу статті, спирається на застосування методу АСПН, розробленого академіком НАПН України Т. Яценко, який зорієнтований на пізнання цілісності психічного в його свідомих і несвідомих виявах, що стає можливим завдяки спонтанності та невимушеності поведінки учасників процесу пізнання та самопізнання. Відкриття Т. Яценко [8] різновидів психологічних захистів: периферійні та базальні є засадничим у визначенні теоретико-методологічної основи побудови процесуальної діагностики. Адже в процесуальній діагностиці завдяки діалогічній взаємодії базові захисти (з їх дорефлексивністю та позадосвідністю) мають змогу вияву в свідомій проте спонтанній активності суб'єкта в процесі діалогічної взаємодії з психологом, що несе діагностично-корекційне навчання. Пізнання глибинних детермінант регресії базується на знанні цілісної психіки в її свідомих і несвідомих виявах, на розумінні складних та суперечливих взаємозв'язків свідомого та несвідомого в їх єдності та одночасній автономії. Процесуальна діагностика, перш за все, має на меті діагностувати єдність та суперечливість свідомої і несвідомої сфер психіки, їх інтеграційні та дезінтеграційні процеси. Кожне запитання психолога фактично є проблемним, тому що ініціює процеси свідомого (когнітивні підструктури захистів) на здійснення когнітивної інтеграції виявлених суперечностей що ніколи не могли бути здійснено поза участю когнітивної підструктури захистів. До проявів регресії незмінно причетні базові механізми захистів. Таким чином, діалог сприяє пізнанні

когнітивного аспекту захисної системи психіки в її логічно впорядкованої на рівні свідомого та несвідомого, та співставити їх з логікою несвідомого, виявленою шляхом аналізу поведінкового матеріалу. Така суперечність між логікою свідомого та несвідомого сигналізує про наявність особистісної проблеми суб'єкта, яку можливо нівелювати шляхом її усвідомлення її детермінант пов'язаних як правило з едіпальним періодом розвитку особистості.

Метод АСПН зорієнтований на надання допомоги суб'єкту в розв'язанні особистісної проблеми (внутрішньої суперечності). Він не лише спирається на психодинамічне розуміння психічного в цілісності та єдності свідомого і несвідомого, але й на закони «позитивної дезінтеграції та вторинної інтеграції на більш високому рівні розвитку психіки суб'єкта» [6, 64]. При наявності особистісної проблеми спостерігається об'єктивна дезінтеграція психіки, що засвідчує необхідність надання суб'єкту допомоги, що потребує позитивної дезінтеграції психіки через ослаблення ілюзорних реалій психічного.

Інтеграція на більш високому рівні особистісного розвитку характеризується здатністю суб'єкта до самоаналізу, розширення його самосвідомості та усвідомлення ролі інфантильного періоду життя для формування ригідних життєвих програм. Підкреслимо необхідність забезпечення позитивного характеру дезінтеграції психіки суб'єкта для інтеграційних процесів на більш високому рівні психічного розвитку суб'єкта. Саме тому вкажемо на вимоги до позитивної дезінтеграції: багаторівневність, завершеність проміжного фрагменту роботи, розширення самосвідомості через пізнання системної впорядкованості психічного (на власному поведінковому матеріалі), наявність часткових (проміжних) позитивних. У цьому контексті важливо підкреслити специфіку діагностики в АСПН що полягає в її процесуальності [6]. Останнє диктується функційними особливостями несвідомої сфери, пізнання якої базується на виявленні енергетичних осередків, що мають історію витіснення та знаходяться під блоками опорів. Пізнання глибинних детермінант передбачає ослаблення опорів. Таким чином, процес пізнання базується на плинній мимовільній активності суб'єкта для якої в АСПН створюються необхідні умови введенням специфічних принципів (добровільності, відсутність критики, «тут і тепер» та ін.), що сприяє формуванню почуття захищеності. Глибинне пізнання в АСПН асимілює важливі умови психоаналітичного процесу та намагається його зреалізувати при діалогічності процедури пізнання.

Таким чином, центральною ланкою глибинно-психологічного пізнання є увага до внутрішньої суперечливості психіки, яка і задається розбіжністю в спрямуваннях активності суб'єкта: «до минулого» та водночас «до майбутнього»; «до інфантильних інтересів» та водночас «до просоціальних цілей». За цими двома розбіжностями стоять, відповідно, «принцип задоволення» та «принцип реальності», які, за всієї своєї конкурентності, приречені в процесі соціалізації до симультанного злиття, з динамікою пріоритетності: від «принципу задоволення» до «принципу реальності» [5, 4].

Процес формування та функціонування механізмів психологічного захисту визначається ранніми переживаннями суб'єкта. Тому первинна інфантильна ситуація має емоційну значущість для суб'єкта. При цьому сила переживання є показником значущості ситуації незалежно від позитивної чи негативно-емотивної забарвленості та кількості переживань. Захисти, з одного боку, зберігають незмінними і задовольняють інфантильні (глибинно-психологічні) інтереси «Я», а з іншого – захищають «Я» в його ідеалізованих надбудовах (ідеалізоване «Я»). Епіфеноменом психологічних захистів є відступи від реальності, семантика яких підпорядкована генеральному механізму – «від слабкості до сили». Т. Яценко наголошує: «... в глибинному пізнанні психіки ми вимушені рахуватися не лише з афективними параметрами витіснень, але і з наступними аналітико-синтетичними, когнітивно впорядкованими утвореннями, презентованими в такому конструкті несвідомого, котрий втрачає прямий зв'язок з досвідом, що дозволяє його визначити як позадосвідне, дорефлексивне. Саме цей конструкт асимілюється в базальних формах психологічних захистів, котрі ми виділяємо поряд із ситуативними» [1, 13]. Поведінковий матеріал респондента є об'єктом рефлексивного пізнання та самопізнання яке і сприяє розвитку соціально-перцептивного інтелекту. При цьому будь-який вияв психіки суб'єкта (висловлювання, невербальна поведінка, психомалюнок, робота з каменями та тістом) несе в собі можливість актуалізації емоційних реакцій значимих для суб'єкта, що відкриває перспективи глибинного пізнання [6].

**Фрагмент стенограми психоаналітичної роботи з неавторським малюнком протагоніста А.**

П.: 1. Що символізує для вас рис. 1?

А.: 2. Головною його ідеєю є безстрашність дівчини. Дівчина прямує до свої мети і не боїться.

П.: 3. В яку фігуру ви себе втілюєте?

А.: 4. В дівчину.

П.: 5. Дівчина ризикує, роблячи кроки в невідомість, а ви легко приймаєте її образ?

А.: 6. Мені здається, що їй не страшно, а значить, немає ризику падіння з канату.

П.: 7. Критерії «не страшно» і «не впаде» досить відносні, а дитина в вас не відає, що робить, і може потрапити невідомо куди. Ви маєте схильність до ризику (вказує на дівчину над прірвою, рис. 1)?

А.: 8. Так.

П.: 9. Чи не було у стосунках з чоловіком ситуації, в якій ви зробили крок, не розуміючи куди?

А.: 10. Тоді мені здавалося, що я з самого початку збагнула обреченність наших стосунків, а потім подумала: «А можливо складеться по іншому?».

П.: 11. Ви не змогли відмовитися від свого «хочу», і не прийняли до уваги раціональне рішення?

А.: 12. Я не відкидала «рацію», воно само відійшло на другий план. Наші стосунки були ризикованими, але це був свідомий крок в небезпечну ситуацію.

П.: 13. Крок, котрий ви зробили, відокремлюючись в дитинстві від родини батьків, теж був сміливим.

А.: 14. Виходить, що у дівчини немає іншого виходу: або падати разом з надламаною частиною чи ступати дріт?

П.: 15. Дівчина не може ступити на проволочку, тому що на ній сидить ворона. Якщо вона стане на спину вороні, то не попаде на проволочку, а значить впаде. Але в дівчини є можливість швидко повернутися назад.

А.: 16. Вона не хоче повертатися.

П.: 17. Ми бачимо що ваше рацію «притуплюється» внутрішніми несвідомими тенденціями. Можливо, вам було погано, тісно там, звідки йде дівчина (зліва, рис. 1)?

А.: 18. Мені потрібно йти далі, тому немає сенсу повертатися назад.

П.: 19. Ми чуємо, що ви прагнете в невідомість (вказує на праву частину малюнка) і зовсім не аналізуєте аспекти виживання. Чи можна думати, що ви потрапляєте в небезпечну ситуацію, коли ваші раціональні аргументи відходять в бік?

А.: 20. Таке трапляється часто, але закінчується все добре.

П.: 21. Ваш чоловік знає про вашу схильність до ризику?

А.: 22. Так.

П.: 23. Як він до неї ставиться і щоб він сказав, якби ви потрапили в небезпечну ситуацію?

А.: 24. Він нічого не сказав би, а просто схватив би мене за руки і витягнув.

П.: 25. Але в нього немає можливості схватити вас за руку, тому що він знаходиться далеко від вас. Що йому говорить його внутрішній голос, коли він бачить ваші кроки (рис. 1)? Знаючи про вашу схильність до ризику, міг би ваш чоловік сказати: «А., ти постійно ходиш по лезу ножа. Ти втрачаєш більше ніж отримуєш»?

А.: 26. Він би крикнув мені: «Куди ти йдеш? Повертайся назад». Мій чоловік не розуміє, чому я постійно знаходжу ризиковані ситуації і мотиви для ризикованої поведінки. Він вважає, що можна відкласти рішення, обміркувати його, а потім поступити найкращим чином. Він відкладає всі справи «на потім», а в мене є внутрішнє бажання зробити їх прямо зараз.

П.: 27. Ви піддаєтеся своєму «хочу», внутрішній впевненості, готовності до чогось?

А.: 28. Моя внутрішня готовність полягає в тому, що саме зараз все буде добре, а потім я не знаю, як буде.

П.: 29. Ви боїтеся, що більше не буде можливості ризиковано діяти?

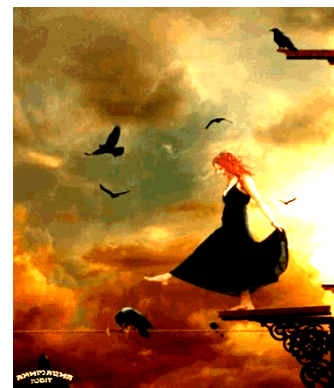


Рис. 1. Анімація

А.: 30. Так, адже може зникнути бажання щось робити. Доки є потреба і готовність, необхідно діяти.

П.: 31. Чого ви більше побоюєтесь: необережності вчинку чи неможливості здійснити його пізніше?

А.: 32. Я боюся чогось не встигнути.

П.: 33. Можливо вам важко розмежовувати важливі справи з неважливими? Можливо, у вас немає ієрархії вчинків?

А.: 34. Я намагаюся свої справи розподіляти по важливості, але іноді, особливо це стосується почуттів, я можу піддатися за внутрішнім поривом. Якщо я щось відчуваю, то намагаюся про це сказати відразу.

П.: 35. Чи завжди ваші внутрішні пориви пов'язані з позитивом? Можливо ви поспішаєте розповісти про щось негативне, що вас турбує, тажде потім не буде такої можливості?

А.: 36. Частіше мої пориви пов'язані з позитивом, але буває і негативна валентність. Існують речі, про які необхідно сказати, адже вони можуть перетворитися у внутрішню напругу, а тоді весь позитив очорняється. Я намагаюся виражати негативні відчуття так, щоб не образити людину. Мені не хочеться йти на конфлікт, але іноді мої слова звучать жорстко, тому що по іншому не може бути.

### Семантика комунікатів

Зміст комунікатів психолога та протагоніста	Номер комуніката за стенограмою
Прояснююче запитання	1,3
А. вабить безстрашність у прямуюванні до мети	2,4
П. дає застережні репліки	5
Суб'єктивізм сприйняття може спричинити ризики, на що вказує П. (к-т. 7,8)	6
П. звертає увагу, що не відчуття реальності є ризиком	9
Ігнорування реальності і її ідеалізація	10
П. вказує на інфантильну залежність від «хочу», що обумовлює ігнорування раціо	11
А. підтверджує реальність ризиків у власному житті, що єднає з рис. 1 і свідомий крок до ризиків	12
П. намагається пов'язати ризик з інфантильним досвідом	13
А. стверджує безвихідь, яка штовхає до регресії	14
П. підкреслює ризик руху вперед	15
А. стверджує, що назад не хоче повертатися тенденція від'єднання від батьків (див. також к-т 18, 20)	16
Прояснюючи запитання, про причетність чоловіка до схильності ризикувати (к-т 22, 23)	21
Сподівання А. на порятунок від чоловіка	24
П. застерігає А. від ризику, і що допомога може бути не вчасною	25
А. підтверджує, що такі застереження робить її чоловік	26
П. підтверджує залежність А. від «хочу», що є виявом інфантилізму (тобто регресії)	27
Опори А. на бажану ілюзію і недалекоглядність	28
П. прогнозує, що А. цінує власне бажання діяти (що підтверджує к-т 30)	29
П. загострює суперечність між тенденціями «Я», застереження небезпеки чи відсутність активності	31
Прагнення досягнень (успіху)	32
П. висловлює припущення про відсутність «належної» рефлексії вчинків та їх значення	33
А. стверджує, що може піддаватися внутрішнім поривам без належної оцінки обставин, що негативно може впливати на взаємини (див. також к-т 35, 36) тобто породжувати регресію	34

Науково-узагальнювальний аналіз стенограми психокорекційної роботи.

Окреслення змісту принципів згідно фрагменту стенограми психокорекційної роботи з неавторським малюнком протагоніста А. доводить схильність А до ризику, як передумови регресії вчинків. Психоаналітична інтерпретація засвідчує що ця схильність орієнтації на «хочу» має двояку детермінацію. З цього боку «не упустити стимул до активності, до дії». Тому А. ніяк не хоче повертатися назад (рис. 1), а свої необачні (ризиковані) вчинки схильна виправдовувати великими, віддаленими цілями. Відчувається розмежування раціо з емотивністю вчинків, що знижує їх контрольованість. Спостерігається певна ідеалізованість образу «Я» протагоніста А. яка менше дбає за якісь вчинки ніж за те, щоб «усе встигнути» (к-т 32). Таким чином фрагмент психокорекційної роботи засвідчив певне розототоження раціо протагоніста А з емоційною сферою, що є передумовою інфантилізму який є засадничим у регресивних вчинках.

*Висновки та перспективи дослідження.* Пізнання регресії в процесі глибинної корекції за методом активного соціально-психологічного навчання сприяє самоаналізу суб'єкта, розширенню його самосвідомості, застереженню проти регресивних вчинків, що пов'язані з новим ракурсом розв'язання внутрішньої суперечності психіки. Перспективи подальших досліджень ми вбачаємо у пошуках нових методів пізнання механізму регресії.

#### *Література:*

1. Андрущенко В. П., Яценко Т. С. Философско-психологические проблемы методологии познания психики / В. П. Андрущенко // Психология. Зб. наук. праць. – К. : НПУ імені М. П. Драгоманова, Випуск 36 (60), 2012. – С. 7-20.

2. Критический словарь психоанализа Чарльз Райкрофт [www.koob.ru/raikroft\\_ch/krit\\_slovar\\_psihoanaliza](http://www.koob.ru/raikroft_ch/krit_slovar_psihoanaliza).

3. Лапланш Ж. Словарь по психоанализу / Ж. Лапланш, Ж. Понталис: пер. с фр. Н. С. Автономовой. – М. : Высшая школа, 1996. – 623 с.

4. Педченко О. В. Глибинно-психологічні витоки релігійної віри та їх пізнання у процесі активного соціально-психологічного навчання: автореф. дис. на здобуття наукового ступеня канд. психол. наук : 19.00.07 / О. В. Педченко. – Івано-Франківськ, 2011. – 20 с.

5. Яценко Т. С. Теорія і практика групової психокорекції : Активне соціально-психологічне навчання : навч. посіб. / Т. С. Яценко. – К. : Вища школа, 2004. – 679 с.

6. Яценко Т. С. Основи глибинної психокорекції : феноменологія, теорія і практика / Т. С. Яценко Основи глибинної психокорекції : феноменологія, теорія і практика: навч. посіб. – К. : Вища шк., 2006. – 382 с.

7. Яценко Т. С. Психологічні основи групової психокорекції. – К. : Либідь, 1996. — 264 с.

8. Яценко Т. С. Социально-психологическое обучение в подготовке будущих учителей / Т. С. Яценко. – К. : Вища школа, 1987. – 110 с.

*В статъе раскрывается понятия регрессии и познание ее средствами глубинной коррекции методом активного социально-психологического обучения. Ставится акцент на глубинных детерминантах регрессии и ее выявлении в процессе глубинной коррекции.*

*Ключевые слова: регрессия, глубинная коррекция, психологические защиты, метод активного социально-психологического обучения.*