

**ПРИВАТНЕ АКЦІОНЕРНЕ ТОВАРИСТВО
«ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
«МІЖРЕГІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ»**

Кафедра психології

«До захисту допущено»

Завідувач

кафедри _____

(підпис)

(наукове звання, науковий ступінь, прізвище та ініціали)

« _____ » _____ 202__ р.

**КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА
на здобуття другого (магістерського) рівня вищої освіти**

на тему: «Діяльність психолога в руслі психодинамічної психотерапії»

Виконала:

студентка групи ТУод-8-24-М1ПС(2,0зс)

(шифр групи)

Освітньої програми: «Психологія»

Спеціальності: 053 Психологія

(код і найменування спеціальності)

Стокіч Олена Василівна

(ПІБ студента)

(підпис студента)

Керівник: канд. психол. наук, доцент,

доцент кафедри

Крюкова Марина Анатоліївна

(підпис наукового керівника)

2026 р.

ПРИВАТНЕ АКЦІОНЕРНЕ ТОВАРИСТВО
«ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД «МІЖРЕГІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ УПРАВЛІННЯ
ПЕРСОНАЛОМ»

Кафедра психології

Рівень вищої освіти: другий (магістерський) рівень

Спеціальності: 053 «Психологія»

Освітньої програми: «Психологія»

«Затверджую»

Завідувач кафедри _____

(підпис)

(вчене звання, науковий ступінь, ПІБ)

«_____» _____ 2026р.

Завдання

на кваліфікаційну роботу студента

Стокіч Олени Василівни

(прізвище, ім'я, по батькові)

1. Тема кваліфікаційної роботи Діяльність психолога в руслі психодинамічної психотерапії

Керівник кваліфікаційної роботи: канд. психол. наук, доцент, доцент кафедри

Крюкова Марина Анатоліївна

2. Строк подання студентом кваліфікаційної роботи на попередній захист: Травень 2026р.

3. Вихідні дані до кваліфікаційної роботи (рекомендовані науковим керівником та відповідним методичним забезпеченням /окремі аспекти роботи, обсяги роботи
Кваліфікаційна робота складається зі вступу, трьох розділів, які поділені на підрозділи, висновків до кожного розділу та загальних висновків, списку використаних джерел (80 найменувань). Загальний обсяг роботи – 105 друкованих сторінок, обсяг основної частини роботи складає 98 сторінок.

4. Необхідний графічний та аналітичний матеріал за темою дослідження: .
Кваліфікаційна робота містить 1 таблицю

5. Календарний план виконання кваліфікаційної роботи

№ з/п	Назва етапів виконання кваліфікаційної роботи	Строки виконання		Примітка
		Планові	Фактичні	
1	2	3	4	5
1.	Збір та опрацювання наукових джерел	Листопад 2025	Листопад 2025	
2.	Написання вступу	Грудень 2025	Грудень 2025	
3.	Розділ 1. Основні положення психодинамічної психотерапії в контексті корекції проблем особистісного розвитку	Грудень 2025	Грудень 2025	
4.	Розділ 2. Методичне забезпечення та організація дослідження	Січень 2026	Січень 2026	
5.	Розділ 3. Особливості діяльності психолога в руслі психодинамічної психотерапії	Березень 2026	Березень 2026	

1	2	3	4	5
6.	Висновки	Квітень 2026	Квітень 2026	
7.	Оформлення списку використаних джерел	Квітень 2026	Квітень 2026	
8.	Подання роботи на перевірку керівнику	Квітень 2026	Квітень 2026	
9.	Попередній захист кваліфікаційної роботи	Травень 2026	Травень 2026	

АНОТАЦІЯ

Стокіч О.В. «Діяльність психолога в руслі психодинамічної психотерапії» – Рукопис.

Кваліфікаційна робота на здобуття освітньо-кваліфікаційного рівня «бакалавр» –ПрАТ «ВНЗ «Міжрегіональна Академія управління персоналом». Київ, 2026.

Актуальність дослідження діяльності психолога в руслі психодинамічної психотерапії зумовлена сучасними тенденціями розвитку психологічної науки та практики, а також зростанням потреби суспільства у висококваліфікованій психологічній допомозі. У сучасних умовах соціальної нестабільності, емоційного перенапруження, кризових переживань та зростання кількості психоемоційних розладів особливого значення набуває проблема глибокого розуміння внутрішнього світу особистості, її несвідомих переживань, внутрішніх конфліктів і механізмів психологічного захисту..

Мета – провести теоретико-емпіричне дослідження особливостей застосування психодинамічної психотерапії в роботі з клієнтами.

У роботі були використані наступні **методи дослідження**: метод теоретичного аналізу наукових джерел, анкетування, констатувальний та формувальний експериментметод кейсів, математичної обробки результатів дослідження

Ключові слова: особистість, психодинамічний підхід, психоаналітичний підхід, юнгіанська типологія, сновідіння.

ANNOTATION

Stokich O.V. "The activities of a psychologist in the direction of psychodynamic psychotherapy" – It's Manuscript.

Diploma's work in obtaining the educational qualification of " bachelor's " PJSC «Institution of higher education «Interregional Academy of Personnel Management», 2026.

The relevance of the study of the psychologist's activities in the field of psychodynamic psychotherapy is due to modern trends in the development of psychological science and practice, as well as the growing need of society for highly qualified psychological assistance. In modern conditions of social instability, emotional overstrain, crisis experiences and an increase in the number of psychoemotional disorders, the problem of a deep understanding of the inner world of the individual, his unconscious experiences, internal conflicts and mechanisms of psychological protection acquires special importance.

The goal is to conduct a theoretical and empirical study of the features of the application of psychodynamic psychotherapy in working with clients.

The following research **methods** were used in the work: the method of theoretical analysis of scientific sources, questionnaires, ascertaining and formative experiments, the method of case studies, mathematical processing of research results

Keywords: personality, psychodynamic approach, psychoanalytic approach, Jungian typology, dreaming.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	6
 РОЗДІЛ 1	
ОСНОВНІ ПОЛОЖЕННЯ ПСИХОДИНАМІЧНОЇ ПСИХОТЕРАПІЇ В КОНТЕКСТІ КОРЕКЦІЇ ПРОБЛЕМ ОСОБИСТІСНОГО РОЗВИТКУ.....	13
1.1. Уявлення щодо співвідношення свідомого та несвідомого в процесі особистісного розвитку	13
1.2. Процес індивідуації як провідна парадигма вивчення розвитку особистості.....	29
Висновки до першого розділу.....	50
 РОЗДІЛ 2	
МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	52
2.1 Застосування юнгіанської типології особистості у виявленні психологічних проблем розвитку особистості	52
2.2. Опитувальник «Юнгіанська типологія особистості» В. Колесникової	63
Висновки до другого розділу.....	65
 РОЗДІЛ 3	
ОСОБЛИВОСТІ ДІЯЛЬНОСТІ ПСИХОЛОГА В РУСЛІ ПСИХОДИНАМІЧНОЇ ПСИХОТЕРАПІЇ	68
3.1. Особливості представленості психологічних типів К.Г.Юнга у респондентів різних спеціальностей	68
3.2. Типологічні особливості досліджуваних за результатами експериментального вивчення	71
3.3. Діагностика типу особистості за К. Г. Юнгом на початковому етапі аналітично орієнтованого психологічного консультування.....	81
3.4. Базові положення юнгіанської психотерапії у контексті виявлення проблем та резервів особистісного розвитку.....	84
Висновки до третього розділу.....	93
 ВИСНОВКИ.....	96
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	99

ВСТУП

Актуальність дослідження діяльності психолога в руслі психодинамічної психотерапії зумовлена сучасними тенденціями розвитку психологічної науки та практики, а також зростанням потреби суспільства у висококваліфікованій психологічній допомозі. У сучасних умовах соціальної нестабільності, емоційного перенапруження, кризових переживань та зростання кількості психоемоційних розладів особливого значення набуває проблема глибокого розуміння внутрішнього світу особистості, її несвідомих переживань, внутрішніх конфліктів і механізмів психологічного захисту. Саме психодинамічна психотерапія забезпечує можливість дослідження глибинних аспектів психіки людини, що визначає її значущість у системі сучасної психотерапевтичної практики.

Психодинамічний підхід, започаткований у працях З. Фройд, став фундаментом для розвитку багатьох напрямів сучасної психотерапії. Його подальший розвиток у працях К.Г. Юнг, А. Адлер, М. Кляйн, Е. Фромм та інших науковців сприяв формуванню цілісного уявлення про особистість як складну систему свідомих і несвідомих процесів. У межах цього підходу діяльність психолога спрямована не лише на усунення симптомів психологічного дискомфорту, але й на виявлення глибинних причин внутрішніх суперечностей, що обумовлюють поведінку, емоційні реакції та міжособистісні стосунки людини.

Актуальність дослідження діяльності психолога в руслі психодинамічної психотерапії посилюється також необхідністю підготовки фахівців, здатних працювати з широким спектром особистісних проблем, травматичного досвіду, тривожних і депресивних станів, криз і внутрішньоособистісних конфліктів. Сучасна психологічна практика вимагає від психолога не лише володіння психотерапевтичними техніками, але й високого рівня професійної рефлексії, емпатії, здатності до аналізу перенесення та контрперенесення, уміння встановлювати терапевтичний контакт і підтримувати безпечний психологічний простір для клієнта. Саме

тому проблема професійної діяльності психолога в психодинамічному напрямі набуває особливого значення у контексті професійної підготовки майбутніх психологів.

Крім того, сучасний розвиток психологічної науки характеризується інтеграцією різних психотерапевтичних підходів, однак психодинамічна психотерапія продовжує зберігати свою актуальність завдяки орієнтації на глибинне опрацювання особистісного досвіду. У межах цього підходу значна увага приділяється ранньому дитячому досвіду, особливостям формування прив'язаності, несвідомим мотиваційним структурам, що дозволяє більш комплексно аналізувати психологічні труднощі особистості. Це особливо важливо в умовах зростання поширеності психологічних травм, наслідків хронічного стресу та порушень емоційної сфери.

Не менш важливим аспектом актуальності дослідження є необхідність осмислення професійної ролі психолога у психодинамічному процесі. Діяльність фахівця в цьому напрямі передбачає високий рівень особистісної зрілості, психологічної стійкості та готовності до тривалого професійного саморозвитку. Психолог у психодинамічній психотерапії виступає не лише як консультант чи експерт, а як учасник складної терапевтичної взаємодії, у межах якої важливе значення мають міжособистісні відносини, емоційний контакт та аналіз несвідомих процесів, що виникають у терапевтичному просторі.

Таким чином, актуальність дослідження діяльності психолога в руслі психодинамічної психотерапії визначається потребою сучасної психологічної практики у глибокому розумінні механізмів функціонування особистості, необхідністю вдосконалення професійної підготовки психологів, зростанням кількості психологічних проблем у суспільстві та важливістю розвитку ефективних методів психотерапевтичної допомоги. Дослідження цієї проблематики сприяє поглибленню теоретичних уявлень про професійну діяльність психолога та вдосконаленню практичних засад надання психологічної допомоги в межах психодинамічного підходу.

Мета дослідження: провести теоретико-емпіричне дослідження особливостей застосування психодинамічної психотерапії в роботі з клієнтами.

Для досягнення поставленої мети в процесі дослідження ставилися такі основні завдання:

1. Провести аналіз наукової літератури з проблем психодинамічної психотерапії.
2. Опрацювати юнгіанську типологію особистості.
3. Провести емпіричне дослідження в руслі юнгіанської типології особистості
4. Розкрити особливості застосування опитувальника ЮТО на ранніх етапах роботи з клієнтами

Об'єкт дослідження- особливості особистості в руслі юнгіанської типології особистості.

Предмет дослідження - діяльність психолога в руслі психодинамічної психотерапії

Методи дослідження: метод теоретичного аналізу наукових джерел, метод психолого-діагностичного обстеження, метод кейсів, методи математичної обробки результатів дослідження.

В емпіричному дослідженні було застосовано було застосовано методику «Юнгіанська типологія особистості» В. Колесникової

Теоретичне значення дослідження проблеми діяльності психолога в руслі психодинамічної психотерапії полягає у поглибленні наукових уявлень про закономірності функціонування психіки людини, механізми формування особистості та специфіку психотерапевтичної взаємодії. Дослідження цієї проблематики сприяє розвитку сучасної психологічної науки шляхом систематизації та уточнення теоретичних положень психодинамічного підходу, а також розширення наукових знань про роль психолога у процесі психотерапевтичної допомоги.

Особливого значення набуває аналіз діяльності психолога як суб'єкта професійної взаємодії, оскільки психодинамічна психотерапія ґрунтується на розумінні несвідомих психічних процесів, внутрішньоособистісних конфліктів та механізмів психологічного захисту. У межах цього підходу професійна діяльність психолога розглядається як складна система взаємодії між особистістю фахівця та клієнтом, де важливу роль відіграють феномени перенесення, контрперенесення, опору та емоційної взаємодії. Теоретичне осмислення цих процесів дозволяє глибше зрозуміти специфіку психотерапевтичного контакту та його вплив на ефективність психологічної допомоги.

Наукове значення дослідження полягає також у розширенні уявлень про психодинамічні механізми розвитку особистості. Ідеї, започатковані З.Фройдом та розвинуті у працях К.Г. Юнга, А. Фройд, Д. Віннікотта, Е.Еріксона та інших представників психодинамічного напрямку, створили основу для розуміння несвідомих аспектів людської поведінки. Дослідження діяльності психолога у цьому контексті дозволяє поглибити теоретичні знання щодо ролі раннього дитячого досвіду, міжособистісних стосунків, емоційної прив'язаності та внутрішніх конфліктів у формуванні особистості.

Теоретичне значення проблеми також визначається можливістю інтеграції психодинамічного підходу з іншими напрямками сучасної психології та психотерапії. Аналіз професійної діяльності психолога сприяє розвитку міждисциплінарних підходів до вивчення психіки людини, поєднанню психоаналітичних концепцій із досягненнями когнітивної, гуманістичної, екзистенційної та нейропсихологічної науки. Це дозволяє формувати більш цілісне уявлення про особистість, її внутрішній світ і механізми психологічної адаптації.

Важливим аспектом теоретичного значення є також уточнення сутності професійної компетентності психолога у психодинамічній психотерапії. Дослідження цієї проблематики дає можливість визначити психологічні умови ефективної професійної діяльності, охарактеризувати особистісні якості

психолога, необхідні для здійснення психотерапевтичної роботи, а також розкрити особливості професійної ідентичності фахівця. У цьому контексті значна увага приділяється розвитку рефлексії, емпатії, емоційної стійкості та здатності до самопізнання як важливих складових професійного становлення психолога.

Крім того, теоретичне дослідження діяльності психолога в руслі психодинамічної психотерапії сприяє подальшому розвитку категоріального апарату психологічної науки. Уточнення понять «несвідоме», «психологічний захист», «перенесення», «контрперенесення», «психодинамічна взаємодія» та інших ключових категорій дозволяє поглибити методологічні засади сучасної психотерапії та вдосконалити теоретичні моделі психологічної допомоги.

Таким чином, теоретичне значення дослідження проблеми діяльності психолога в руслі психодинамічної психотерапії полягає у розвитку наукових уявлень про особистість, механізми психічного функціонування та закономірності психотерапевтичної взаємодії. Воно сприяє розширенню теоретико-методологічної бази психологічної науки, уточненню професійних аспектів діяльності психолога та формуванню цілісного підходу до вивчення внутрішнього світу людини.

Практичне значення дослідження проблеми діяльності психолога в руслі психодинамічної психотерапії полягає у можливості вдосконалення системи психологічної допомоги особистості, підвищення ефективності психотерапевтичної практики та професійної підготовки майбутніх психологів. Вивчення особливостей діяльності психолога у межах психодинамічного підходу сприяє розробці практичних рекомендацій щодо організації психотерапевтичного процесу, встановлення терапевтичного контакту та застосування методів глибинного аналізу особистісних проблем клієнта.

Важливе практичне значення має використання психодинамічного підходу у роботі з особами, які переживають внутрішньоособистісні конфлікти, психологічні травми, емоційні порушення, кризові стани, тривожні

та депресивні прояви. Діяльність психолога у цьому напрямі дозволяє не лише зменшити зовнішні симптоми психологічного неблагополуччя, а й виявити приховані причини психоемоційних труднощів, пов'язаних із несвідомими переживаннями, дитячим досвідом та неусвідомленими конфліктами. Це забезпечує більш стійкі та глибокі результати психотерапевтичної роботи.

Практична цінність дослідження полягає також у вдосконаленні професійної підготовки майбутніх психологів. Аналіз діяльності фахівця в руслі психодинамічної психотерапії сприяє формуванню у студентів професійно важливих якостей, серед яких особливе місце займають емпатія, рефлексивність, емоційна стійкість, здатність до самоаналізу та професійного самоконтролю. Результати дослідження можуть бути використані при розробці навчальних програм, спецкурсів, тренінгів та практичних занять для студентів психологічних спеціальностей.

Крім того, практичне значення проблеми визначається можливістю вдосконалення методів психологічного консультування та психотерапії. Теоретичні й практичні напрацювання психодинамічного підходу дозволяють психологу більш ефективно працювати з механізмами психологічного захисту, феноменами перенесення і контрперенесення, особливостями міжособистісної взаємодії клієнта. Це сприяє створенню безпечного терапевтичного середовища, у якому клієнт отримує можливість усвідомити власні внутрішні переживання, переосмислити травматичний досвід та сформувані більш адаптивні моделі поведінки.

Практична значущість дослідження проявляється також у можливості застосування психодинамічної психотерапії в різних сферах професійної діяльності психолога: у закладах освіти, медичних установах, центрах психологічної допомоги, кризових службах, реабілітаційних центрах та приватній практиці. Особливої актуальності це набуває в умовах сучасних соціальних викликів, пов'язаних із психоемоційним виснаженням, наслідками травматичних подій, військових дій та зростанням потреби населення у кваліфікованій психологічній підтримці.

Не менш важливим є практичне значення дослідження для професійного розвитку самого психолога. Психодинамічний підхід передбачає постійну роботу фахівця над власною особистістю, розвиток професійної самосвідомості, здатності до аналізу власних емоційних реакцій і переживань.

Це сприяє профілактиці професійного вигорання, підвищенню ефективності психотерапевтичної діяльності та формуванню зрілої професійної позиції психолога.

Результати дослідження можуть бути використані для створення методичних рекомендацій, психокорекційних програм, програм супервізії та професійного супроводу психологів-практиків. Вони також можуть стати основою для подальшого вдосконалення психологічної служби та розвитку сучасних підходів до надання психотерапевтичної допомоги.

Таким чином, практичне значення дослідження проблеми діяльності психолога в руслі психодинамічної психотерапії полягає у підвищенні ефективності психологічної допомоги, удосконаленні професійної підготовки фахівців, розвитку практичних методів психотерапії та забезпеченні більш глибокого й комплексного підходу до розв'язання психологічних проблем особистості.

Структура дипломної роботи визначена метою та завданнями магістерського дослідження. Дипломна робота складається зі вступу, трьох розділів, які поділені на підрозділи, висновків, списку використаних джерел (80 найменувань). Загальний обсяг роботи – 105 друкованих сторінок, обсяг основної частини роботи складає 98 сторінок.

РОЗДІЛ 1

ОСНОВНІ ПОЛОЖЕННЯ ПСИХОДИНАМІЧНОЇ ПСИХОТЕРАПІЇ В КОНТЕКСТІ КОРЕКЦІЇ ПРОБЛЕМ ОСОБИСТІСНОГО РОЗВИТКУ

1.1. Уявлення щодо співвідношення свідомого та несвідомого в процесі особистісного розвитку

Проблематика взаємозв'язку свідомого та несвідомого у психічному житті особистості, що розглядається в контексті її становлення, розвитку та самореалізації, упродовж історії розвитку психологічної науки посідає одне з центральних місць. Саме підходи до осмислення й пояснення цього співвідношення значною мірою визначають методологічні засади різних психологічних шкіл і напрямів. Складність даної проблеми полягає в тому, що представники майже кожного напрямку наводять численні аргументи та факти на користь власної концепції, водночас піддаючи критиці та заперечуючи положення альтернативних теорій.

У науковій спадщині К. Г. Юнга питання взаємодії свідомого й несвідомого займає особливе місце, оскільки, на його думку, саме в процесі їхньої взаємодії формується індивідуальний сценарій особистісного розвитку людини [5].

Протягом майже шістдесяти років наукової діяльності, позначеної значною кількістю праць — від дисертаційного дослідження «Про психологію і патологію так званих окультних феноменів», захищеного у 1902 році, до праці «Підходи до несвідомого», завершеної у 1961 році за кілька днів до смерті вченого, К. Г. Юнг неодноразово повертався до проблеми співвідношення свідомого та несвідомого. При цьому кожне нове звернення до цієї тематики відображало новий етап його особистісного й наукового розвитку [цит. за 41].

Однією з перших спроб систематизації власних поглядів щодо цієї проблеми стали «Тевістокські лекції». У них К. Г. Юнг сформулював низку фундаментальних положень.

По-перше, вчений наголошував, що психологія лише на початковому рівні може розглядатися як наука про свідомість. При глибшому аналізі вона постає як наука про продукти несвідомого. Отже, основним предметом психологічного дослідження, за Юнгом, є саме прояви несвідомого. У такому підході свідомості відводиться другорядна роль — вона має значно менший вплив на психічне життя людини порівняно з несвідомим, а тому становить менший інтерес для наукового аналізу.

По-друге, Юнг підкреслював, що несвідоме перебуває поза межами безпосереднього усвідомлення, тому людина не має прямого доступу до нього. Пізнання несвідомого можливе лише через його свідомі прояви, які виникають у психіці. Водночас сама свідомість значною мірою формується зі змістів, що мають несвідоме походження. Таке трактування свідомості свідчить про її тісний зв'язок із несвідомим, де саме останнє виконує визначальну функцію у цій єдності.

По-третє, К. Г. Юнг порівнював свідомість із тонкою плівкою на поверхні безмежного несвідомого. Свідомість, на його думку, має дискретний характер, адже значна частина людського життя проходить у несвідомих станах. У цьому контексті дослідник порушував питання чіткості та ясності свідомих переживань. Фактично саме тут закладається його уявлення про психічне життя як безперервний психологічний процес, у межах якого не завжди можливо чітко розмежувати суто свідомі та суто несвідомі психічні стани.

По-четверте, Юнг вказував на обмеженість поля свідомості. Людина отримує уявлення про свідомий світ лише через послідовність окремих моментів свідомого досвіду, тоді як сфера несвідомого є значно ширшою, безперервною та практично невичерпною. Ідея вузькості свідомості та її обмеженого обсягу порівняно з несвідомим логічно продовжує його

концепцію дискретності свідомості. Проте якщо раніше увага акцентувалася переважно на якісних особливостях свідомості, то тут ідеться вже про її кількісну характеристику. Водночас важливим є положення Юнга про те, що у процесі індивідуації відбувається розширення меж свідомості завдяки інтеграції несвідомих психічних змістів, що, своєю чергою, сприяє особистісному розвитку людини [цит. за 34].

К. Г. Юнг зазначав, що за межами свідомості існує інша сфера психічного буття, відмінна від тієї, яка безпосередньо пов'язана з несвідомим. Аналіз його поглядів дає можливість уточнити це положення відповідно до завдань нашого дослідження: головне призначення свідомості полягає у формуванні такого образу реальності, який забезпечує ефективну регуляцію життєдіяльності людини відповідно до еволюційних та соціокультурних умов її існування. Через свідомість відбувається певне спотворення та антропоморфізація картини світу. Саме тому про зміст несвідомого психічного можна робити висновки лише опосередковано, на рівні припущень та інтерпретацій.

На думку Юнга, свідомість переважно є результатом процесів сприймання та орієнтації людини у зовнішньому світі. Хоча вона локалізується в діяльності головного мозку, свідомість водночас зберігає властивості відчуття та здатності до орієнтації. У цьому положенні, яке належить до небагатьох матеріалістично зорієнтованих ідей ученого, простежується розуміння того, яким чином свідомість переживається самою людиною: через тілесні відчуття, усвідомлення власної відокремленості від інших об'єктів навколишнього світу, а також через здатність орієнтуватися у просторі й часі. На наш погляд, саме тут Юнг окреслює одну з ключових емпірично верифікованих відмінностей між свідомими та несвідомими психічними станами [5].

Розвиваючи попередню тезу, К. Г. Юнг визначав свідомість як систему взаємозв'язків між психічними фактами та Его. Его, своєю чергою, формується завдяки усвідомленню людиною власного тіла, факту власного

існування, а також через накопичений досвід пам'яті. Розглядаючи Его як центральну структуру свідомості, Юнг описував механізми взаємодії свідомого та несвідомого. Він підкреслював, що Его є своєрідним комплексом психічних фактів, який володіє значною притягальною силою: воно залучає змісти несвідомого, а також зовнішні враження, які, взаємодіючи з Его, стають елементами свідомого досвіду.

Взаємозв'язок свідомості з несвідомим забезпечується через так звані ендопсихічні функції, до яких Юнг відносив пам'ять, суб'єктивні компоненти свідомих функцій, емоції та афекти, а також явища психічних інвазій. Натомість взаємодія свідомості із зовнішнім світом підтримується за допомогою ектопсихічних функцій — відчуття, мислення, почуття та інтуїції. Отже, відповідно до концепції Юнга, не лише несвідоме, а й свідомість має сферу відносно автономних проявів, які певною мірою не залежать від несвідомого. Ендопсихічні функції при цьому можуть розглядатися як механізми взаємодії між свідомим і несвідомим психічним [цит. за 67].

Юнг також наголошував, що першочергово виникає саме несвідоме, і лише на його основі поступово формується свідомість. Таким чином, свідомість не може бути пояснена виключно через чуттєві дані. Саме це положення значною мірою визначило своєрідність і оригінальність юнгіанської концепції психіки.

Наведені вище положення, на нашу думку, належать до ключових ідей К. Г. Юнга щодо проблеми співвідношення свідомого та несвідомого. У подальших працях учений суттєво розширив і поглибив власні уявлення, наповнивши їх конкретним психологічним змістом, що стосується особливостей особистісного розвитку людини.

На цьому етапі дослідження важливим є з'ясування пояснювального потенціалу юнгіанських уявлень про взаємозв'язок свідомого та несвідомого. Одним із можливих шляхів досягнення цієї мети є порівняльний аналіз концепції К. Г. Юнга з поглядами інших учених, які досліджували дану проблему [18].

Положення Юнга про те, що психологія насамперед є наукою про продукти несвідомого, а не свідомості, дозволяє віднести його до кола дослідників, які визнавали домінуючу роль несвідомого у процесах особистісного розвитку.

Концепція особистісного розвитку як динамічної системи процесів, що перебувають у постійному внутрішньому протистоянні, особливо чітко простежується у психоаналітичній теорії З. Фрейда. У фрейдівському розумінні динаміка особистості означає, що поведінка людини має переважно детермінований характер, а не є випадковою чи довільною. Психодинамічний підхід Фрейда ґрунтується на визнанні вирішального значення несвідомих психічних процесів у регуляції поведінки людини. Це проявляється не лише в ірраціональності людських учинків, а й у тому, що самі причини поведінки часто залишаються неусвідомленими [18].

У поглядах на місце свідомості у структурі психіки Фрейд багато в чому поділяв позицію Юнга. Він порівнював психіку з айсбергом, де лише незначна надводна частина символізує сферу свідомого, тоді як основна маса, прихована під водою, уособлює величезну сферу несвідомого. Хоча Фрейд частково визнавав вплив свідомих намірів на поведінку людини, провідну роль у її детермінації він усе ж відводив несвідомому. Цю ідею класичного психоаналізу вдало узагальнив П. Рікер, зазначаючи, що якщо феноменологічна процедура Е. Гуссерля передбачає зведення світу до свідомості, то фрейдистський підхід, навпаки, полягає у винесенні свідомості за межі аналізу та зведенні психічної реальності до несвідомого [цит. за 64].

Базові положення психоаналітичної концепції З. Фрейда ще раз засвідчують його переконання у визначальній ролі несвідомого в психічному житті людини та процесі становлення особистості. Відповідно до генетичного принципу психоаналізу, провідне значення у формуванні особистості мають переживання раннього дитинства. Хоча дитина до п'ятирічного віку, згідно з уявленнями вікової психології, ще не володіє достатньо сформованою самосвідомістю, саме цей період, на думку Фрейда, є вирішальним для

закладання фундаментальних структур особистості. Учений вважав, що джерелом психосексуального розвитку виступає енергія лібідо, яка походить із несвідомої сфери та визначає динаміку внутрішнього життя індивіда [80].

На думку Фрейда, поведінка дорослої людини значною мірою залишається підпорядкованою впливу несвідомих потягів так само, як і на ранніх етапах розвитку. Відмінність полягає лише в тому, що его, будучи частково пов'язаним зі свідомістю, здатне певною мірою відкладати безпосереднє задоволення імпульсів ід та регулювати їх прояв у поведінці.

У межах класичного психоаналізу практично відсутнє місце для таких категорій, як свобода вибору, особиста відповідальність, самовизначення чи вольова активність суб'єкта. Якщо людина і переживає відчуття свободи, то, за Фрейдом, воно має радше ілюзорний характер. Реальна поведінка особистості визначається прихованими мотивами та потягами, які не усвідомлюються самою людиною і залишаються для неї недоступними [26].

Разом із тим, можливість наблизитися до усвідомлення власних несвідомих мотивів, згідно з психоаналітичною традицією, виникає у процесі психоаналітичної терапії. Саме процедура психоаналізу створює умови для проникнення у сферу несвідомої мотивації, що, у свою чергу, відкриває перспективу розвитку справжнього самоконтролю та саморегуляції поведінки.

Відоме висловлювання Фрейда «Wo es war, soll ich werden» («де було Воно, має постати Я») можна розглядати як відображення телеологічного бачення особистісного розвитку в його концепції. Проте реалізація такого розвитку, на думку вченого, можлива переважно в межах психоаналітичної терапії [4].

Подальший перегляд класичних психоаналітичних уявлень про співвідношення свідомого й несвідомого у становленні особистості був здійснений у працях Анни Фрейд. Досліджуючи психосексуальний розвиток дитини, вона акцентувала увагу вже не стільки на прихованих несвідомих процесах, скільки на формуванні сфери свідомості в ході соціалізації. На її

думку, розвиток психіки підпорядковується поступовому переходу від принципу задоволення до принципу реальності.

Такий рух від імпульсивних, інстинктивних форм поведінки до більш усвідомлених стає можливим лише за умов достатнього розвитку его. Важливу роль у цьому процесі відіграє функціонування пам'яті, оскільки саме завдяки накопиченню досвіду дитина починає орієнтуватися на наслідки власних дій.

Не менш значущим чинником розвитку виступає опанування мовлення, що створює основу для формування мислення. Завдяки логічному та раціональному мисленню поведінка поступово перестає повністю залежати від несвідомих імпульсів і набуває ознак свідомої регуляції.

Подальший розвиток свідомості, за Анною Фрейд, здійснюється в процесі соціалізації через механізми наслідування, ідентифікації та інтроспекції. Саме на цій основі формується суперего — психічна інстанція, яка дозволяє дитині не лише адаптуватися до соціального середовища, а й засвоювати та відтворювати суспільні норми, правила і моральні вимоги [цит. за 19].

Продовжуючи психодинамічну традицію, започатковану її батьком, Анна Фрейд розглядала особистісний розвиток як суперечливий процес, у якому рух уперед нерідко супроводжується поверненням до попередніх форм реагування. Розвиток дитини відбувається в постійній взаємодії між ід та его, між прагненням до задоволення і необхідністю враховувати вимоги реальності. Соціалізація не може бути безконфліктною, оскільки їй протистоять захисні механізми психіки. Водночас основні суперечності виникають між внутрішніми бажаннями індивіда та його соціальним становищем.

Ідеї класичного психоаналізу були переосмислені також у працях Ерік Еріксон. Поділяючи фрейдівське уявлення про значущість несвідомої мотивації, Еріксон зосередив увагу передусім на ролі его в процесі розвитку особистості. На відміну від Анни Фрейд, він визначав основними механізмами соціалізації формування его-ідентичності та групової ідентичності [27].

Становлення его-ідентичності, тобто цілісності та безперервності особистості, відбувається поетапно і триває впродовж усього життя людини. У межах цієї концепції розвиток особистості розглядається вже не лише в системі взаємин «дитина — мати — батько», а значно ширше — як процес взаємодії індивіда із соціальним та історико-культурним середовищем.

Еріксон уважав, що провідним напрямом особистісного розвитку є соціальна адаптація. Як один із засновників его-психології, він визнавав автономність его як окремої структури особистості, розвиток якої відбувається паралельно з розвитком ід. На відміну від класичного фрейдизму, его-психологія трактує людину як істоту більш раціональну, здатну свідомо приймати рішення та активно долати життєві труднощі [78].

Створена Еріксоном епігенетична концепція життєвого шляху особистості передбачає існування восьми універсальних стадій розвитку, характерних для всіх людей. Перехід між цими стадіями супроводжується кризами ідентичності, успішне подолання яких забезпечує особистісне зростання та посилення ролі свідомої активності в житті людини.

Таким чином, концепції Анни Фрейд та Еріка Еріксона, хоча й базуються на фундаментальних положеннях психоаналізу, істотно виходять за межі класичної фрейдівської традиції. Вони визнають важливу роль свідомості вже на ранніх етапах розвитку, а також підкреслюють визначальний вплив соціальних, культурно-історичних та пізнавальних чинників на формування особистості.

На відміну від Фрейда та його послідовників, Карл Густав Юнг приділяв значно менше уваги ранньому дитинству як ключовому періоду розвитку. На його думку, новонароджена дитина вже від народження має потенціал до становлення особистістю. У період від народження до ранньої дорослості провідною є екстравертована установка, спрямована на взаємодію зі світом та реалізацію власних індивідуальних можливостей [78].

Юнг вважав, що людині притаманні вроджені універсальні способи сприйняття дійсності. Такі апріорні психічні структури він назвав архетипами

колективного несвідомого. Саме вони забезпечують можливість розвитку людини як соціальної істоти. Колективне несвідоме, за Юнгом, містить потужний енергетичний потенціал, який живить спонтанну творчу активність особистості та сприяє її самореалізації у процесі життєвого розвитку.

Отже, на початкових етапах особистісного становлення основою формування свідомості, відповідно до концепції Карл Густав Юнг, виступає процес проєкції архетипових змістів на зовнішню реальність. У цей період роль людини як автономного суб'єкта ще є недостатньо вираженою, оскільки визначальний вплив на розвиток особистості здійснює колективне несвідоме, спільне для всього людства. Саме воно значною мірою детермінує напрям і характер особистісного розвитку. На ранніх вікових етапах головним завданням дитини, підлітка чи юнака стає пристосування до навколишнього світу відповідно до тих умов і вимог, які постають перед ними на певному етапі життя [34].

При цьому юнгіанське розуміння адаптації істотно відрізняється від її трактування у класичному психоаналізі. Якщо у фрейдистській традиції адаптація здебільшого пов'язувалася з підкоренням вимогам реальності, то Юнг розглядав її як здатність особистості активно впливати на зовнішній світ, взаємодіяти з ним і певною мірою керувати ним. Таким чином, адаптація у його концепції набуває більш творчого й активного характеру.

Найбільш значущі події для формування людини як суб'єкта власного життя, на думку Юнга, відбуваються вже у другій половині життєвого шляху. Саме в цей період свідомість поступово переорієнтовується із зовнішнього світу на внутрішній простір особистості, що сприяє поглибленню самопізнання та посиленню ролі самосвідомості. Розвиток особистості, за Юнгом, пов'язаний із дедалі глибшим проникненням людини за межі «відомого Я» у сферу несвідомого, де приховані неznані аспекти власної психіки. Усвідомлення цих прихованих змістів відкриває можливість для досягнення власної індивідуальності та пошуку найбільш адекватних шляхів особистісного саморозвитку [67].

Перехід від першої половини життя до другої супроводжується так званою кризою середини життя. Процес занурення у власне несвідоме виявляється складним і суперечливим, що нерідко зумовлює драматичність внутрішнього існування людини у зрілому віці. Причиною виникнення такої кризи Юнг вважав активізацію та вторгнення у свідомість змістів колективного несвідомого. Та психічна енергія, яка раніше забезпечувала розвиток особистості та її адаптацію до зовнішнього світу, тепер починає спрямовуватися всередину, вступаючи у конфлікт із самим суб'єктом.

На думку Юнга, домінування екстравертованої установки его, орієнтованої переважно на зовнішню адаптацію, поступово послаблює контроль над індивідуальним несвідомим. Унаслідок цього архетипові образи й символічні структури отримують можливість проникати у свідомість. Подолання кризи та подальший розвиток особистості стають можливими лише за умови інтеграції цих архаїчних змістів у структуру свідомості. Для цього людина повинна навчитися взаємодіяти зі своїм несвідомим, розуміти символічну мову власної психіки та перебудовувати життєвий шлях відповідно до нових внутрішніх реалій [27].

На перший погляд може здаватися парадоксальним твердження Юнга про те, що свідомість здатна кількісно і якісно розширюватися за рахунок тих психічних сфер, які раніше належали несвідомому. Проте така позиція стає цілком зрозумілою, якщо розглядати її у контексті телеологічного бачення особистісного розвитку, характерного для юнгіанської психології.

Юнг виходив із того, що особистість розвивається протягом усього життя на основі прихованих потенціалів, закладених у різних шарах несвідомого. Ці внутрішні задатки нерідко мають неясний або навіть незбагнений характер. Людина, зазвичай, не приходить до потреби саморозвитку виключно шляхом раціонального рішення чи свідомого наміру.

Психіка людини є надзвичайно консервативною та інертною, тому перехід від звичного стану несвідомої рівноваги до більш високого рівня самосвідомості не може бути наслідком лише вольового рішення. Такий рух

стає можливим лише під впливом потужного внутрішнього імпульсу, що походить із несвідомого, або ж унаслідок сильних життєвих обставин, які змушують людину переглянути власне існування та активізувати процес особистісного розвитку [47].

Особистісний розвиток, згідно з поглядами Карл Густав Юнг, має подвійний характер і супроводжується як позитивними, так і негативними наслідками. З одного боку, процес становлення особистості означає поступове виокремлення людини із колективної несвідомої маси, набуття нею індивідуальності та внутрішньої автономії. Людина перестає бути лише частиною «психології натовпу» й починає усвідомлювати себе окремою, унікальною істотою. Однак така індивідуалізація неминуче породжує і зворотний бік розвитку — переживання самотності, яке не завжди можуть компенсувати сімейні зв'язки, дружні стосунки чи соціальний статус. Юнг наголошував, що розвиток справжньої особистості є великою цінністю, проте за це доводиться платити досить високу психологічну ціну [45].

Разом із тим страх самотності або побоювання внутрішніх змін, на думку Юнга, не здатні остаточно зупинити особистісний розвиток, якщо людина залишається вірною власному внутрішньому покликанню та «власному закону». Саме ця внутрішня вірність собі стає рушійною силою духовного зростання та самореалізації.

Юнг підкреслював, що відчуття власного призначення не є винятковою ознакою лише видатних чи геніальних особистостей. Воно потенційно властиве кожній людині, однак ступінь його усвідомлення залежить від рівня розвитку особистості. Чим менш розвиненою є особистість, тим меншою мірою вона усвідомлює власний життєвий шлях і внутрішнє покликання. Людина не може повною мірою реалізувати себе як особистість, якщо не здійснює свідомого морального вибору на користь власного шляху розвитку [50].

У вітчизняній психології проблема взаємозв'язку свідомого й несвідомого у процесі розвитку особистості вперше була ґрунтовно

поставлена у працях С.Л. Рубінштейна у середині 1930-х років. Учений розглядав людину як активного суб'єкта власного життя, який, досягнувши певного рівня зрілості, здатний свідомо регулювати свій життєвий шлях, обирати напрями самореалізації та здійснювати їх у практичній діяльності. У цьому контексті свідомість виступає основою цілеспрямованої активності особистості та забезпечує її здатність до самотворення [цит. за 49].

Однією з найважливіших характеристик людини як носія свідомості Рубінштейн уважав відповідальність. Вона проявляється в усвідомленні незворотності власних дій і вчинків, а також у розумінні того, що кожне рішення впливає на подальший перебіг життя. Саме тому особливого значення набуває здатність особистості своєчасно визначати ті події та життєві обставини, які мають визначальний вплив на її подальший розвиток. У процесі власної діяльності людина не лише виявляє себе, а й формує власну особистість.

Водночас, наголошуючи на провідній ролі свідомості, С.Л.Рубінштейн не заперечував існування об'єктивної логіки життя, яка не завжди залежить від волі суб'єкта. Життєві обставини часто складаються незалежно від бажань людини, а свідомість постійно взаємодіє з несвідомими чинниками психічного життя. Учений підкреслював, що реальна свідомість конкретної особистості ніколи не існує у вигляді «чистої» свідомості, а являє собою складну єдність усвідомленого та неусвідомленого, між якими існують постійні взаємозв'язки й переходи [цит. за 49].

Таким чином, погляди С.Л.Рубінштейна певною мірою перегукуються з концепцією Юнга, оскільки обидва дослідники пов'язували особистісний розвиток зі зростанням ролі свідомості. Проте між їхніми підходами існують суттєві відмінності. Якщо Юнг вважав, що розвиток свідомості відбувається через інтеграцію архетипових змістів колективного несвідомого, то С.Л.Рубінштейн розглядав свідомість як продукт суспільно-історичного розвитку, який формується у процесі діяльності людини. Зріла особистість, за

С.Л.Рубінштейном, здатна самотійно створювати внутрішні умови, через які опосередковується вплив зовнішніх чинників.

Подальші дослідження у психології показали, що важливим компонентом цих «внутрішніх умов» є діяльність особистості, а точніше — динамічний взаємозв'язок між мотивом і метою діяльності. Б.С. Ломов підкреслював, що аналіз взаємодії мотивів і цілей має принципове значення для розуміння проблеми співвідношення свідомого та несвідомого [цит. за 51].

Б.С.Ломов відносив проблему взаємозв'язку свідомості й несвідомого до числа найважливіших психологічних проблем. На його думку, її неможливо пояснити лише через внутрішній світ суб'єкта, оскільки як усвідомлені, так і неусвідомлені психічні процеси підпорядковуються об'єктивним закономірностям. Особливе значення у цьому контексті має спілкування, яке, на відміну від юнгіанської концепції, посідає важливе місце у процесі особистісного розвитку. Саме взаємодія з іншими людьми суттєво впливає на динаміку співвідношення усвідомленого та неусвідомленого у психіці людини.

У концепції Юнга роль спілкування також визнається важливою, однак трактується досить специфічно. Під час кризових етапів особистісного розвитку людина відчуває потребу у взаємодії зі значущими особами, які символічно втілюють певні архетипові образи — Аніму, Героя, Мудреця, Трикстера, Великої Матері тощо. Зустріч із такими людьми допомагає особистості переосмислити власне життя, зрозуміти причини внутрішніх конфліктів і знайти нові смисли існування.

Особистісний розвиток може відбуватися як у прогресивному, еволюційному напрямі, так і в регресивному, інволюційному. Ці два шляхи нерідко змінюють один одного залежно від життєвих обставин і внутрішнього стану людини. Важливу роль у цьому процесі відіграє Тінь — прихована сторона особистості, що належить до індивідуального несвідомого. Саме вона значною мірою визначає потенціал особистісного розвитку. Якщо людина залишається вірною власному внутрішньому закону, вона здатна

використовувати енергію своїх тіньових аспектів для адаптації до нових життєвих умов та особистісного зростання.

Інволюційний шлях розвитку, навпаки, часто супроводжується витісненням у несвідому сферу найбільш значущих і творчих якостей особистості, які пов'язані із самореалізацією. А. Маслоу, досліджуючи цей феномен, дійшов висновку, що люди нерідко відмовляються від власних талантів і потенційних можливостей через страх перед особистісним зростанням. Розвиток може супроводжуватися переживанням власної слабкості, невпевненості чи неадекватності, тому людина починає заперечувати свої найкращі якості, творчі здібності та благородні прагнення. Унаслідок цього особистість чинить опір власному розвитку та самоактуалізації [75].

На думку Юнга, внутрішня боротьба протилежностей у психіці людини може набувати надзвичайної гостроти та навіть призводити до розщеплення особистості. Якщо одна із протилежних тенденцій витісняється або пригнічується, конфлікт лише посилюється і зрештою може стати причиною невротичних розладів. Єдиним конструктивним виходом із такої ситуації є визнання існування обох протилежностей та їхнє зіткнення у свідомості суб'єкта, хоча цей процес і супроводжується важкими емоційними переживаннями.

Образи можливого розв'язання внутрішнього конфлікту, які виникають у несвідомому у вигляді фантазій, сновидінь чи символічних видінь, Юнг пов'язував із символікою, що часто зустрічається в алхімічній традиції. Саме ці символічні образи, на його думку, відображають глибинні процеси

Значення алхімії у психологічній концепції К. Г. Юнга можна зрозуміти як символічне відображення процесу внутрішнього перетворення особистості. Алхімік, який розпочинає свою працю — *opus alchymicum*, — постає у юнгіанському розумінні як людина, що не бажає залишатися такою, якою вона є в даний момент. Її метою стає глибинна внутрішня трансформація, духовне оновлення та досягнення нового рівня особистісної цілісності. У цьому сенсі

алхімічне діяння символізує не стільки зовнішні хімічні процеси, скільки складний шлях психічного та духовного розвитку людини [цит. за 44].

Юнга нерідко критикували за те, що він переносив алхімічні та трансфізичні уявлення у сферу психології. Проте сам дослідник наголошував, що будь-яке духовне творіння людства, зокрема й алхімія, є насамперед символічним вираженням психічної реальності. На його думку, алхімічні образи та теорії є не буквальним описом фізичних процесів, а своєрідною мовою душі, через яку свідомість намагається досягнути приховані психічні змісти. Юнг розглядав алхімію як проєкцію архетипових структур колективного несвідомого. Людина, стикаючись із невідомим, схильна несвідомо наповнювати його власними психічними змістами, проєктуючи внутрішні переживання та образи на зовнішній світ. Саме тому алхімічні символи, на думку Юнга, відображають глибинні процеси людської психіки.

Алхімія посідає особливе місце у пізніх працях Юнга. У його аналітичній психології інтерпретація алхімічних символів використовується надзвичайно широко. Сам учений зазначав, що аналітична психологія дивовижним чином нагадує алхімію, а відкриття цієї подібності допомогло йому знайти історичний аналог власної теорії несвідомого. Для Юнга алхімія стала своєрідним культурно-історичним підтвердженням тих психічних процесів, які він спостерігав у своїй психотерапевтичній практиці [цит. за 44].

Дослідження взаємозв'язку між психологією та алхімією дозволило Юнгу розкрити багатий символічний матеріал, який ілюструє різні стадії особистісного розвитку. Зокрема, боротьба протилежностей у психіці людини, кінцевою метою якої є досягнення внутрішньої цілісності, в аналітичній психології пов'язується з феноменом перенесення. В алхімічній традиції цьому відповідає мотив «хімічного шлюбу», що символізує поєднання суперечливих начал у єдине ціле.

Юнг вважав, що образи цілісності або Самості, які можуть проявлятися у сновидіннях, фантазіях чи символічних переживаннях, у алхімії представлені численними аналогами філософського каменя — lapis

philosophorum. Алхіміки нерідко ототожнювали цей символ із образом Христа як уособленням досконалості, завершеності та духовного перетворення. Таким чином, символ філософського каменя у юнгіанській психології стає образом досягнення внутрішньої гармонії та психічної інтеграції особистості.

Поєднання свідомого і несвідомого, інтеграція его та Тіні у взаємодоповнювальну єдність, у термінах герметичної філософії відповідає єднанню духу і душі в єдиний духовний світ — *unio mentalis*. Цей процес є початковою стадією алхімічного поєднання — *coniunctio*. Те, що Юнг називав «діалогом із несвідомим», алхіміки позначали поняттям медитації, тобто внутрішнього духовного споглядання та осмислення прихованих психічних змістів [69].

На першому етапі такого внутрішнього шляху зіткнення особистості з власною Тінню породжує внутрішню напругу, застій і невизначеність. Людина починає сумніватися у власних переконаннях та втрачає звичні орієнтири. Коли змісти несвідомого спонтанно проникають у свідомість, частина з них проєктується на зовнішній світ, хоча сама людина зазвичай не усвідомлює факту цієї проєкції. Саме тому наступний етап розвитку передбачає критичну інтроспекцію — глибоке самоспостереження та аналіз власних психічних змістів для виявлення власних проєкцій.

Цей процес Юнг пов'язував із пізнанням самого себе, однак таке самопізнання не обмежується лише усвідомленням его. Йдеться про досягнення Самості як вищого центру психічної цілісності у процесі індивідуації. Індивідуація у юнгіанській психології означає шлях поступового наближення людини до власної внутрішньої сутності через інтеграцію свідомого та несвідомого.

Отже, пояснювальний потенціал юнгіанської концепції співвідношення свідомого та несвідомого полягає у можливості інтерпретації символічних форм, через які психіка репрезентує людині проблеми та ресурси її особистісного розвитку. Іншими словами, концепція Юнга дозволяє

наблизитися до розуміння тих аспектів психічної реальності, які не можуть бути безпосередньо описані раціональними категоріями свідомості.

Несвідоме, яке істотно впливає на особистісний розвиток, за своєю природою не піддається повному опису мовою свідомості. Проте, за допомогою розроблених Юнгом методів аналізу сновидінь, інтерпретації особистого міфу, дослідження міфологем свідомості та символічних образів, можна максимально наблизитися до його осмислення. Крім того, юнгіанська та пост'юнгіанська традиція передбачає використання посткартезіанської методології, яка виходить за межі жорсткої причинно-наслідкової логіки. Саме у такому контексті Юнг вводив поняття синхроністичності — феномена смислових збігів, що не мають прямого причинного зв'язку, але відображають глибинну єдність психічних і зовнішніх процесів.

1.2. Процес індивідуації як провідна парадигма вивчення розвитку особистості

Сам термін «індивідуація» вперше був використаний алхіміком XVI століття Ж. Дорн у формі *principium individuationis*. У його трактуванні індивідуація означала процес поступового розкриття людиною сакрального знання, прихованого в її душі. Дорн вважав, що в глибинах людської природи містяться своєрідні духовні «іскри», які за умови внутрішнього розвитку здатні ставати дедалі яскравішими та відкривати людині істинне знання про себе і світ. Основне призначення людського життя, на його думку, полягає у примиренні внутрішніх суперечностей душі та досягненні її цілісності — *unio mentalis* [цит. за 78].

Шлях індивідуації, який Ж.Дорн пов'язував зі слідуванням «світлу природи», є надзвичайно складним і небезпечним. Людину на цьому шляху супроводжують численні внутрішні конфлікти та моральні випробування, оскільки добро і зло в людській природі нерозривно пов'язані між собою.

Завершення процесу індивідуації передбачає досягнення психічної рівноваги, гармонізації протилежностей та стану внутрішнього спокою, який перевищує силу емоційних і інстинктивних імпульсів.

У працях К. Г. Юнга, який неодноразово наголошував на значному впливі алхімічної традиції на формування власної концепції, можна знайти багато подібних ідей щодо розуміння процесу індивідуації. Насамперед Юнг використовував це поняття для позначення процесу особистісного розвитку людини. Основною метою індивідуації він уважав досягнення Самості — внутрішньої гармонійної цілісності та неподільності особистості. Саме через індивідуацію людина поступово стає окремою, самодостатньою істотою, здатною до усвідомленого самовизначення [50].

Особистісний розвиток у процесі індивідуації проявляється через внутрішнє дозрівання, набуття визначеності та цілісності. Юнг підкреслював, що ці якості не є природно властивими дитині. Лише доросла людина, яка свідомо ставить перед собою завдання максимально повного розвитку власних душевних якостей, здатна досягти справжнього рівня особистісної зрілості.

Для Юнга особистість є результатом найвищої життєвої стійкості, прийняття власної індивідуальності та успішного поєднання внутрішньої свободи з адаптацією до суспільно значущих вимог.

З огляду на це юнгіанське поняття індивідуації можна розглядати як своєрідну парадигму дослідження особистісного розвитку. Проблематика розвитку особистості в тій чи іншій формі представлена майже в усіх психологічних теоріях, однак у концепції Юнга вона набуває особливої глибини завдяки поєднанню свідомого й несвідомого аспектів психіки.

Варто зазначити, що окремі положення юнгіанської концепції мають певну подібність із підходами вітчизняної психології, хоча ця схожість є радше термінологічною, ніж змістовою. Так, якщо Юнг розглядав особистісний розвиток через процес індивідуації, то Лев Виготський пов'язував розвиток особистості з процесом індивідуалізації, який є складовою соціалізації. У

працях Б. Ломова, Б. Ананьєва, Г. Костюка, Л. Божович індивідуалізація також розглядається як один із фундаментальних механізмів особистісного розвитку.

Погляди Юнга на функції індивідуації у першій половині життя певною мірою перегукуються з уявленнями вітчизняних психологів про етапи соціалізації особистості. Юнг уважав, що на ранніх етапах розвитку головним завданням дитини, підлітка чи юнака є адаптація до зовнішнього світу. У вітчизняній психології також підкреслюється необхідність поступового включення індивіда в систему соціальних відносин для засвоєння суспільного досвіду та його перетворення на власне надбання [12].

Водночас між юнгіанським і вітчизняним підходами існують принципові розбіжності щодо джерел особистісного розвитку. На думку Юнга, розвиток особистості визначається прихованими потенціалами, закладеними у різних шарах несвідомого, а сам процес розвитку пов'язаний із проєкцією архетипових змістів на зовнішній світ. У вітчизняній психології, навпаки, психічний розвиток особистості розглядається передусім у контексті соціальних відносин та діяльності, через які людина опановує суспільний досвід.

Як уже зазначалося, Юнг приділяв особливу увагу розвитку людини у другій половині життя. Приблизно після 36 років, за його спостереженнями, людина починає дедалі більше зосереджуватися на власному внутрішньому світі. Вона звертається до символів, архетипів та нових способів осмислення життя. Цей процес часто відбувається без повного усвідомлення його значення для подальшого існування людини. Нове знання, що виникає у процесі внутрішньої трансформації, нерідко постає у формі архетипових сновидінь або символічних переживань [12].

У процесі індивідуації завдяки розвитку самосвідомості формується сильне его, здатне протистояти вторгненню несвідомого. Посилення его сприяє критичному переосмисленню людиною суспільних норм, колективних установок і соціальних стереотипів. Проте Юнг наголошував, що навіть у кризовий період індивідуації людина не повинна відмежовуватися від

суспільства. Навпаки, відмова від участі в соціальному житті може призвести до втрати важливої частини внутрішнього світу особистості.

На відміну від першої половини життя, коли суб'єкт переважно орієнтується на зовнішній світ, у другій половині він починає вибірково взаємодіяти із зовнішніми об'єктами, залишаючи лише ті з них, які сприяють збагаченню внутрішнього світу. У процесі індивідуації особистість поступово інтегрує у власну психічну структуру нові змісти, які розширюють межі его та посилюють його цілісність [46].

У структурі психіки, окрім его, Юнг виокремлював особливий потенціал, що живиться енергією колективного несвідомого і пов'язаний із архетипом індивідуації. Саме цей потенціал у процесі розвитку дедалі більше збагачує свідомість людини, дозволяючи їй по-новому усвідомлювати власні життєві проблеми та можливості.

Юнг підкреслював, що шлях індивідуації є надзвичайно складним і болісним. Багато людей не витримують внутрішньої напруги й повертаються до способу життя, характерного для першої половини життя, орієнтованого переважно на зовнішню адаптацію. Проте, попри всі труднощі, індивідуацію він розглядав як своєрідний етичний обов'язок людини перед самою собою [3].

Відповідно до юнгіанської концепції, різні рівні свідомого та несвідомого утворюють взаємопов'язані психічні системи: Его (Ego), Персону (Persona), Тінь (Schatten), Аніму або Анімус (Anima/Animus). У процесі індивідуації всі ці компоненти мають бути об'єднані Самістю (Selbst), яка виступає центром психічної цілісності.

Психіка, за Юнгом, не є статичною структурою. Вона являє собою динамічний комплекс, що перебуває у постійному русі та водночас прагне до рівноваги. Усередині психічної реальності постійно відбувається боротьба між свідомою установкою та несвідомими тенденціями, які мають щодо свідомості компенсаторний характер. Компенсація означає доповнення однобічної свідомої позиції змістами несвідомого. Хоча цей процес часто породжує

внутрішній конфлікт, саме завдяки такому протистоянню стає можливою зміна психічних установок та трансформація особистості [46].

Трансформацію особистості Юнг розглядав як результат проходження певних етапів індивідуації. Перший етап пов'язаний із необхідною для молодого віку адаптацією до зовнішнього світу та формуванням Персони. У другій половині життя він виокремлював такі основні стадії індивідуації: розкриття Персони, зустріч із Тінню, діалог із Анімою або Анімусом та досягнення Самості [46].

Початковий етап індивідуації у зрілому віці пов'язаний із демонтажем Персони — тієї соціальної маски, яка сформувалася в першій половині життя. Персона виникає як система особистісних якостей, спрямованих на взаємодію із соціальним світом. Вона виконує функцію посередника між его та зовнішньою реальністю, забезпечуючи адаптацію до колективних вимог і соціальних ролей. Верхні шари Персони збігаються зі свідомими установками людини та дозволяють їй ототожнювати себе з певними соціальними ролями — професійними, віковими чи гендерними.

Натомість нижчі аспекти Персони витісняються у сферу Тіні, оскільки вони суперечать уявленням людини про саму себе. Отже, змісти Персони можуть бути як усвідомленими, так і несвідомими, належачи до автономних комплексів колективного несвідомого.

Юнг парадоксально зауважував, що в Персоні немає нічого справді індивідуального, адже вона є лише маскою колективної психіки, яка створює ілюзію індивідуальності. Водночас навіть за умов сильної ідентифікації людини з Персоною її справжня індивідуальність не може бути повністю витіснена та все одно проявляє себе у внутрішньому житті.

Однією з центральних проблем юнгіанської психології є поєднання протилежностей — своєрідна *coniunctio*. Сам Юнг неодноразово підкреслював, що багато його положень можуть видаватися суперечливими або парадоксальними, однак саме такою є природа психіки. Відмова від цієї

суперечливості означала б ігнорування реальної складності психічного життя [46].

Для пояснення цього явища Юнг звертався до поняття енантіодромії, запозиченого у Геракліт, яке описує регулятивну функцію протилежностей у психіці людини.

У межах аналітичної психології К. Г. Юнга принцип енантіодромії щодо змістів Персони можна розуміти як закономірність внутрішньої компенсації психіки. Якщо в структурі Персони домінує надмірно однобічна, колективно зумовлена установка, то в глибині психіки неминуче формується протилежна за силою контртенденція, яка пов'язана з індивідуальним началом і проявами Самості, що залишаються несвідомими у складі Персони. Таким чином, колективне та індивідуальне в межах Персони перебувають у стані постійної напруги й взаємного врівноваження [58].

Ця внутрішня боротьба проявляється у тому, що людина часто не проводить чіткої межі між власною Персоною як соціальною роллю та своєю автентичною особистістю. За таких умов розвиток особистості може піти шляхом повного ототожнення з Персоною, коли індивід сприймає свою соціальну маску як справжнє «Я». У крайньому випадку це призводить до регресивних змін у розвитку або навіть до психічних розладів. Юнг підкреслював, що якщо «Я» повністю зливається з Персоною, то людина втрачає здатність до свідомого ставлення до процесів несвідомого і фактично стає їхнім безпосереднім вираженням. Це робить неможливим формування індивідуальної життєвої лінії та автономного вибору поведінки. У такій ситуації особистість ризикує перетворитися на носія архаїчних несвідомих імпульсів, що може мати руйнівні наслідки для її життєвого шляху.

Послідовники юнгіанської традиції звертали увагу на те, що в реальному соціальному житті людина виконує не одну, а цілу систему соціальних ролей, тобто має декілька Персон. Це ще більше ускладнює процес усвідомлення власних соціальних «масок» і диференціації тих психічних змістів, які належать до сфери Тіні [11,15, 28, 35].

Зокрема, представник пост'юнгіанського напрямку Е. Нойман розглядав Персону як структуру, що забезпечує адаптацію особистості до моральних та соціальних норм певного суспільства. Для реалізації цієї функції вона використовує механізми витіснення та придушення психічних змістів. У результаті в структурі психіки формується дві взаємопов'язані системи: по-перше, несвідома сфера, яка відповідає Тіні, і по-друге, зовнішня, соціально орієнтована особистість, пов'язана з его та свідомістю.

Так звана «зовнішня особистість» відображає ті аспекти психіки, які прийнятні для соціального середовища, тоді як неприйнятні або суперечливі змісти витісняються у внутрішню сферу та формують Тінь. У цьому сенсі Персона виконує функцію своєрідного «фасаду», за яким приховуються неприйнятні або витіснені аспекти особистості. Як зазначав Нойман, Персона є соціально прийнятною оболонкою, що маскує темні, суперечливі або витіснені сторони людської природи.

Важливою умовою переходу до наступного етапу процесу індивідуації є усвідомлення людиною штучності власної Персони, тобто визнання того, що вона не тотожна справжній сутності особистості. Лише після такого усвідомлення стає можливим поступове звільнення від її домінуючого впливу. Водночас процес демонтажу Персони є психологічно складним і потенційно небезпечним, оскільки пов'язаний із вивільненням значних психічних енергій, що раніше були пов'язані з витісненими змістами [52].

Якщо Персона руйнується, але при цьому свідомість не здатна інтегрувати активовані несвідомі змісти, виникає ризик психічної дезорганізації. У крайніх випадках це може проявлятися як інфляція свідомості або серйозні психічні розлади. Саме тому успішне подолання цього етапу можливе лише за умови, що свідомість має достатній ресурс для осмислення, прийняття та переробки матеріалу несвідомого.

Юнг наголошував, що відокремлення від Персони є надзвичайно складним і тривалим процесом. Однак саме здатність дистанціюватися від

власних соціальних ролей відкриває шлях до подальшого етапу індивідуації — зустрічі з Тінню.

Важливо підкреслити, що руйнування Персони та поява Тіні у свідомості є взаємопов'язаними процесами, які фактично становлять різні аспекти одного й того ж психічного руху. Чим більше людина усвідомлює власні соціальні ролі та обмеження, тим менше впливу на неї має витіснений матеріал несвідомого. У міру зростання самопізнання поступово зменшується обсяг особистісного несвідомого, яке формує приховані аспекти психіки [11].

Таким чином, між Персоною і Тінню існує відносини протилежностей, у яких Персона виконує функцію обмеження або стримування проявів Тіні. У термінах юнгіанської теорії це означає наявність компенсаторного механізму, завдяки якому надмірний розвиток однієї сторони психіки автоматично викликає активізацію протилежної.

В аналітичній психотерапії Карл Густав Юнг важливим положенням є уявлення про те, що зустріч і конфронтація Персони з Тінню становлять необхідний етап подальшого розвитку особистості. Ця взаємодія не обов'язково є гармонійною від самого початку — навпаки, вона часто починається як гострий внутрішній конфлікт. Однак саме через таке напруження поступово може сформуватися певна форма внутрішнього «союзу» між протилежними аспектами психіки. При цьому заздалегідь неможливо точно передбачити результат цього процесу, але очевидним є те, що обидві сторони зазнають змін у ході взаємодії [13].

У межах топографічної моделі психіки Юнга Тінь, на відміну від Персони, не представлена у свідомій сфері. Якщо окремі її елементи все ж потрапляють у поле усвідомлення, вони автоматично переходять у структуру еґо-свідомості. У цьому сенсі Тінь, як і Персона, пов'язується з архетипами колективного несвідомого, але водночас Юнг використовував це поняття також як позначення особистого несвідомого, тобто тієї частини психіки, що містить індивідуальний досвід, витіснений зі свідомості.

У контексті психологічного аналізу розвитку особистості особливого значення набуває юнгіанське поняття «комплекс». Саме воно дозволяє найбільш повно описати структуру особистого несвідомого, оскільки комплекс об'єднує як архетипічні, так і індивідуально набуті психічні змісти.

Комплекс завжди має певне джерело у сфері архетипів, але водночас включає особистісний досвід, що відображає унікальну історію розвитку людини, її переживання та самосвідомість [24].

З генетичної точки зору, комплекси формуються на основі ранніх життєвих вражень, передусім дитячого досвіду. Саме тому первинною і найчастіше визначальною формою є батьківський комплекс, який структурує подальше психічне життя. Поняття комплексу дозволяє Юнгу поєднати індивідуальне й універсальне в психіці: наприклад, «батьківський комплекс» включає не лише архетипічний образ батька, а й сукупність реальних взаємин із ним у житті людини.

Усі значущі переживання, образи та ідеї, що виникають упродовж життя, можуть групуватися навколо певного тематичного центру, утворюючи ядро комплексу. Оскільки комплекси розташовані у сфері несвідомого, вони нерідко вступають у суперечність із свідомими намірами особистості, що стає джерелом внутрішніх і зовнішніх конфліктів.

Важливою є також діагностична цінність цього поняття. Юнг пов'язував активізацію комплексу з афективними станами, які мають яскраво виражені поведінкові прояви. Фактично комплекси можна розглядати як афективно заряджені психічні утворення, які здатні автономно впливати на поведінку людини незалежно від її усвідомлення цього процесу [38].

Таким чином, юнгіанське розуміння комплексу фактично передбачає погляд на особистість як на систему відносно автономних психічних структур або навіть «підособистостей». Для дослідження особистісного розвитку це має принципове значення, оскільки комплекс виступає чутливим індикатором глибинних диспозицій і внутрішніх конфігурацій психіки.

У процесі розвитку особистості комплекси можуть мати як деструктивний, так і конструктивний вплив. Вони часто містять переживання, бажання, страхи або внутрішні суперечності, які не інтегровані у свідомість і тому втручаються у психічне життя, викликаючи труднощі у поведінці та емоційній регуляції. Водночас Юнг підкреслював, що повна відсутність комплексів є неможливою і навіть небажаною, адже без них психічна діяльність втратила б динаміку і могла б перейти у стан застою [54].

Отже, завдання полягає не у «знищенні» комплексів, а в усвідомленні їхнього змісту та мінімізації негативного впливу через розуміння їх ролі у формуванні поведінкових і емоційних реакцій.

межах процесу індивідуації Юнг виділяв два основні етапи розвитку особистості — об'єктний і суб'єктний. На об'єктному етапі психіка переважно проєктує внутрішні імпульси на зовнішні об'єкти, тобто людина схильна пояснювати свої внутрішні конфлікти зовнішніми причинами. Після поступового «демонтажу» Персони та інтеграції змістів особистого несвідомого настає суб'єктний етап, коли індивід починає усвідомлювати, що джерело його проблем знаходиться всередині власної психіки.

Таким чином, перша половина життя переважно характеризується екстравертною спрямованістю, тоді як друга — поступовим посиленням інтровертної установки. У цьому підході простежується певна спорідненість із ідеями П. Жане та Л. Виготський, які також розглядали розвиток особистості як процес поступового перетворення зовнішніх соціальних взаємин у внутрішні психічні функції [цит. за 43].

Формальна подібність між різними теоріями особистісного розвитку, зокрема між підходами, що розглядають соціалізацію та інтеріоризацію досвіду, не є визначальною для юнгіанської концепції. Вона стосується радше зовнішньої логіки перебігу розвитку, тоді як принципові відмінності пов'язані насамперед із розумінням його джерел.

Як уже зазначалося, у першій половині життя, згідно з К. Г. Юнгом, основним джерелом становлення особистості виступають змісти колективного

несвідомого. Вони актуалізуються у вигляді архетипічних образів і проєктуються людиною у зовнішній світ, визначаючи її досвід, вибір об'єктів і способи взаємодії з реальністю.

Натомість у другій половині життя, за Юнгом, рушійним фактором розвитку стають уже не первинні архетипічні змісти як такі, а ті проєкції, які були сформовані особистістю раніше. Подальший рух розвитку можливий лише за умови, що людина поступово повертає ці проєкції назад у власну психіку та інтегрує їх у структуру свідомості. Інакше кажучи, розвиток набуває інтроспективного характеру і пов'язується з процесом внутрішнього «повернення» психічних змістів до їхнього джерела [14].

У цьому контексті наступний етап індивідуації можна описати як поступове «розбирання» відносин між его та колективним несвідомим. Його результатом має стати інтеграція архетипічних змістів у структуру особистості. Під інтеграцією архетипу Юнг розумів процес повернення проєкцій із зовнішніх об'єктів назад у психіку та їх усвідомлення як внутрішніх феноменів.

Цей процес завжди передбачає попереднє усвідомлення людиною того, як саме архетипічні сили впливають на її переживання, уявлення та поведінку. Наприклад, після інтеграції Тіні людина поступово усвідомлює, що джерело її проєкцій часто пов'язане з глибинним образом матері, який у психіці виконує функцію заміщення реальних об'єктів [57].

Подальший аналіз цієї проєкції показує, що образ матері є складною синтетичною конструкцією, яка об'єднує досвід взаємодії з різними значущими жіночими фігурами — як реальними (сестра, мати, кохана, донька), так і символічними або ідеалізованими (релігійні образи, міфологічні уявлення, абстрактні концепти жіночності). У сновидіннях, фантазіях та уявленнях ці змісти набувають персоніфікованих форм, але завжди зберігають жіночу символіку.

Саме цей внутрішній образ жіночого начала у психіці чоловіка Юнг позначив як Аніму. Відповідно, протилежною їй структурою є Анімус — внутрішній образ чоловічого начала у психіці жінки.

Обидва ці архетипи — Аніма та Анімус — розглядаються як автономні комплекси несвідомого. Вони функціонують на межі між свідомою та колективно-несвідомою сферами психіки і виконують компенсаторну функцію щодо Персони, врівноважуючи її однобічність та соціально зумовлені установки.

У цьому зв'язку головне завдання індивідуації на даному етапі полягає в тому, щоб уникнути двох крайнощів, які Юнг образно порівнював із небезпеками між Сциллою і Харибдою: з одного боку — ототожнення себе з Персоною, а з іншого — ототожнення з Анімою або Анімусом. Обидві ці форми ідентифікації блокують рух до Самості, тобто до внутрішньої цілісності особистості [цит. за 54].

Підсумовуючи це положення, Юнг підкреслював, що для досягнення індивідуації людині необхідно чітко розрізняти, ким вона є у соціальному вимірі (Персона), і водночас усвідомлювати власну глибинну включеність у систему несвідомих відносин, пов'язаних з Анімою чи Анімусом. Лише за умови такого розрізнення стає можливим подальший рух до інтеграції психіки та формування Самості.

Проблеми, пов'язані з ототожненням із Персоною, вже були розглянуті вище. Якщо ж говорити про інший полюс психічної ідентифікації — «захоплення» Анімою або Анімусом, то, за К. Г. Юнгом, воно може призводити до суттєвих трансформацій особистості. У таких випадках у структурі психіки починають домінувати риси, які традиційно асоціюються з протилежною статтю.

Це положення є особливо цікавим, оскільки певною мірою узгоджується із сучасними дослідженнями фемінності та маскулінності в межах однієї особистості. Так, у роботах Ж. Зуєвої підкреслюється, що гармонійний баланс фемінних характеристик (пов'язаних із материнськими взаємодіями та

соціалізацією) і маскулінних рис (формованих у взаємодії з батьківською фігурою) є важливою умовою адекватної статевої ідентичності та загального психологічного благополуччя [цит. за 23].

Процес інтеграції Аніми або Анімуса є складним і тривалим з психологічної точки зору. Проте саме він відкриває доступ до глибинного рівня Самості, тобто внутрішньої цілісності особистості. Юнг наголошував, що усвідомлення проєкцій Аніми/Анімуса є значно складнішим завданням, ніж робота з Тінню. Це пояснюється тим, що Тінь зазвичай пов'язана з більш очевидними негативними або соціально неприйнятними якостями, з якими людина хоча б опосередковано знайома через життєвий досвід.

Натомість Аніма та Анімус не зводяться до моральних чи інтелектуальних характеристик, тому їх усвідомлення потребує більш глибокої внутрішньої роботи. Юнг вважав, що інтеграція цих архетипових змістів можлива через усвідомлення їх багатошарової структури, яка включає три умовні рівні: жіночий або чоловічий суб'єкт, образ протилежної статі та трансцендентний вимір архетипу. На завершальному етапі індивідуації ця структура ускладнюється додатковими архетипічними фігурами: у чоловіка з'являється образ Мудрого Старця, тоді як у жінки — архетип Великої (Хтонічної) Матері.

Водночас важливо підкреслити, що Аніма й Анімус не можуть бути повністю «ліквідовані» або інтегровані у звичайному сенсі цього слова, оскільки вони є проявами автономного колективного несвідомого. Хоча їхні змісти можуть ставати усвідомленими та частково опрацьованими, самі архетипи залишаються поза повним контролем свідомості. Юнг наголошував, що ці структури не підлягають остаточному підкоренню волі чи раціональному контролю, тому їхню присутність необхідно постійно враховувати у психічному житті.

З позиції психологічного консультування цей аспект є особливо важливим. Як правило, етап активної взаємодії з Анімою або Анімусом характерний для людей із достатньо високим рівнем інтелектуального

розвитку, які схильні до надмірної раціоналізації власного досвіду. Така інтелектуалізація може, однак, блокувати доступ до глибинних несвідомих імпульсів, які відіграють важливу роль у подальшому розвитку особистості. У таких випадках Юнг радив звертатися до аналізу сновидінь та практики активної уяви як способів «діалогу» з несвідомим.

Окрім класичних юнгіанських методів, у сучасній пост'юнгіанській традиції пропонуються й інші підходи до роботи з архетипічними змістами. Зокрема, Роберт А. Джонсон та представники архетипічної психології, такі як Джеймс Хілман, підкреслюють значення міфологічного мислення у повсякденному житті людини. Вони вважають, що кожна історична епоха формує власні міфи, які впливають на поведінку та спосіб переживання реальності. Усвідомлення цих міфологічних структур може допомогти людині краще зрозуміти власний життєвий шлях і адаптуватися до психологічних викликів сучасності [цит. за 53].

На етапі інтеграції Аніми особливе значення може мати звернення до культурних міфів, які відображають відповідні архетипічні сценарії. Наприклад, у західноєвропейській традиції таким символічним сюжетом є міф про пошук Святого Грааля Парсіфалем, який уособлює шлях внутрішнього становлення чоловічої психіки. Водночас подібні архетипічні мотиви виявляються і в інших культурних традиціях, зокрема у слов'янській міфологічній картині світу, що свідчить про універсальний характер подібних психічних структур.

У міфологічному сюжеті про Парсіфала описується тривалий шлях героя, який протягом багатьох років проходить через численні випробування, поступово набуваючи мужності, сили та внутрішньої стійкості. Однак разом із цим він дедалі більше віддаляється від символічного образу Білого Квітки, який можна інтерпретувати як його фемінний внутрішній аспект або прояв Аніми. Зовнішні подвиги та боротьба починають витісняти глибинний сенс його існування [цит. за 53].

Переломний момент настає тоді, коли Парсіфаль зустрічає монахів і раптово усвідомлює, що вся попередня діяльність і численні битви не привели його до справжньої мети. Він розуміє, що віддалився від головного завдання — пошуку сенсу життя, який у юнгіанському розумінні можна співвіднести з досягненням Самості. Після цього усвідомлення герой обирає шлях усамітнення, стаючи відлюдником, і спрямовує свої зусилля на внутрішній пошук Білого Квітки, тобто на відновлення зв'язку з власним жіночим психічним началом.

Як зазначає Р.А. Джонсон, цей міф має виразно сучасне звучання, оскільки, попри свою незавершеність, він фактично описує ситуацію, у якій опиняється сучасна людина у процесі пошуку життєвого сенсу. Джонсон підкреслює, що якщо людина розпочала внутрішній шлях пошуку, пов'язаний із «міфом Грааля», їй варто продовжувати його саме з того моменту, де цей міф символічно переривається у власному внутрішньому досвіді [цит. за 79].

Подібні архетипічні мотиви Джонсон також аналізує у міфі про Ероса і Психею, який він розглядає як модель жіночого процесу індивідуації та інтеграції Анімуса. У цьому підході ключовою є ідея того, що міф не слід сприймати як суто історичну або фантастичну оповідь. Навпаки, він розглядається як форма внутрішньої психологічної реальності, яка відображає глибинні процеси, що відбуваються у психіці кожної людини. Саме тому, на думку Джонсона, найважливішим результатом взаємодії з міфом є не інтелектуальне його розуміння, а переживання його як живої структури власного внутрішнього світу.

Подібні методологічні принципи частково перегукуються з підходами Дж.Хіллман, які відрізняються від класичної юнгіанської інтерпретації архетипів. Якщо у традиційній концепції Юнга архетипи розглядаються як універсальні структурні форми колективного несвідомого, що мають переважно трансцендентний характер, то в архетипічній психології вони трактуються як безпосередньо дані феноменологічного досвіду [цит. за 80].

У цьому підході архетипи розуміються як базові моделі людського існування, що проявляються не лише у психіці, а й у культурі, мові, мистецтві, соціальних практиках і навіть у способах сприйняття реальності. Вони представлені передусім у метафоричній та символічній формі міфів, які розглядаються як первинний рівень людського досвіду. Тому для їх дослідження необхідним є звернення до аналізу міфології, релігійних систем, ритуалів, художніх форм та інших культурних проявів [14].

Важливою відмінністю архетипічної психології є розуміння образу як самодостатньої реальності, яка не зводиться до простого відображення перцептивних даних. Образ у цьому контексті є первинним елементом психічного досвіду і пов'язаний передусім із уявою. Архетипи ж розглядаються як сфера уявлюваної реальності — *mundus imaginalis*, що існує поза межами безпосереднього чуттєвого сприйняття.

У такому підході образ визначає не те, що саме людина бачить, а спосіб, у який вона це сприймає. Іншими словами, будь-яке сприйняття завжди опосередковується уявою, яка надає йому архетипічного змісту.

У контексті юнгіанської концепції інтеграції Аніми та Анімуса архетипічна психологія зміщує акцент із повернення до вихідних міфологічних моделей на переживання самої присутності міфу в повсякденному житті. Йдеться не стільки про інтерпретацію архетипів, скільки про відновлення відчуття міфологічної включеності людини у світ.

Водночас у класичній юнгіанській традиції К. Г. Юнг розглядав Аніму та Анімус не лише як елементи колективного несвідомого, а й як своєрідних «психопомпів» — посередників між несвідомим і свідомістю. Вони виконують функцію своєрідного фільтра, через який несвідомі змісти набувають образної, персоніфікованої форми та стають доступними для усвідомлення. Окрім цього, вони реалізують трансцендентну функцію психіки, забезпечуючи зв'язок між протилежними полюсами внутрішнього світу.

Завершальним етапом інтеграції Аніми та Анімуса є формування сизигії — психічної цілісності, у якій поєднуються чоловічий і жіночий принципи. Це

поєднання охоплює також інші фундаментальні протилежності: раціональне й ірраціональне, духовне й матеріальне, інтелектуальне й емоційне, інтровертне й екстравертне тощо [56].

Сизигія у своєму первинному значенні позначає стан нерозділеної єдності, який характерний для ранніх етапів розвитку психіки. У процесі дорослішання ця первинна гармонія порушується, однак у зрілому віці людина часто несвідомо прагне її відновлення. Саме тому шлюб або глибокі партнерські стосунки можуть виступати зовнішнім відображенням внутрішнього прагнення до відновлення втраченої цілісності, тобто інтеграції Аніми або Анімуса.

У своїй роботі «Брак як психологічне відношення» Карл Густав Юнг наголошував, що вирішення конфліктів у подружніх відносинах слід шукати не стільки у зовнішній взаємодії партнерів, скільки у внутрішній психічній роботі кожного з них. Водночас він визнавав, що сімейне життя безпосередньо впливає на процес індивідуації, хоча й не визначав однозначно його позитивний чи негативний характер. У подальшому пост'юнгіанські дослідники, зокрема А. Гюггенбюль-Крейг, пропонували власні інтерпретації співвідношення шлюбу та процесу індивідуації, розглядаючи його як складний і багатовимірний психологічний феномен [38].

На думку автора розглядуваної праці, процес індивідуації не є прив'язаним до якоїсь конкретної сфери життя людини. Він може проявлятися в найрізноманітніших формах людської активності — у творчості, професійній діяльності, політичній участі чи навіть у повсякденних побутових практиках. Інакше кажучи, становлення особистості як цілісного суб'єкта не обмежується «особливими» умовами, а розгортається в будь-якому контексті, де людина залучена до усвідомленого проживання свого досвіду. У цьому сенсі індивідуація може відбуватися як у взаємодії з іншими людьми та соціальними завданнями, так і в моменти внутрішнього усамітнення та рефлексії.

Розглядаючи шлюб як особливий життєвий простір, А.Гюггенбюль-Крейг підкреслює, що вступ у подружні стосунки завжди є актом вибору, який

відкриває специфічний шлях особистісного розвитку. У цьому контексті він розрізняє два взаємопов'язані типи індивідуації: індивідуацію свідомого, добровільного вибору та індивідуацію, що певною мірою задається природними, зокрема сексуальними, потягами. Перша форма передбачає усвідомлену участь особистості у власному розвитку, тоді як друга більше пов'язана з інстинктивними механізмами. Важливо, що ці два процеси не слід змішувати, оскільки їх нерозрізнення може ускладнювати розуміння як природи стосунків, так і внутрішньої динаміки розвитку особистості. Лише за умови усвідомлення обох рівнів людина здатна глибше зрозуміти сенс власного подружнього досвіду.

Разом із тим шлюб не завжди сприяє гармонійному процесу індивідуації. У багатьох випадках він вимагає від партнерів певного обмеження або навіть відмови від частини власних індивідуальних рис задля збереження взаємної рівноваги. На початкових етапах подружнього життя кожен із партнерів зазвичай прагне відстояти власну позицію, однак з часом виникає необхідність узгодження поглядів і готовності до взаємних поступок. Таким чином, шлюб набуває характеру постійної взаємної конфронтації, у якій зіткнення різних позицій є не випадковістю, а структурною особливістю стосунків [цит. за 68].

Водночас, якщо така конфронтація усвідомлюється, вона може перетворюватися на ресурс особистісного зростання. Її розвивальний потенціал особливо посилюється тоді, коли джерела внутрішніх і зовнішніх суперечностей у стосунках є різноманітними та охоплюють широкий спектр психологічних проявів особистості. На перший погляд це твердження може здаватися суперечливим, однак воно стає зрозумілим у контексті юнгіанського підходу до індивідуації, де значна роль відводиться інтеграції несвідомих змістів, зокрема Аніми та Анімуса. На цьому етапі розвитку постає необхідність поступового «демонтажу» Персони, тобто відмови від надмірно жорстких соціальних ролей і масок, що нерідко викликає внутрішній опір як у самій людині, так і в партнерських стосунках.

Підсумовуючи свої міркування, А.Гюггенбюль-Крейг зазначає, що шлюб можна розглядати як особливий різновид шляху індивідуації. Однак цей шлях не є універсальним: він підходить не кожній людині і не завжди може бути повністю реалізований, оскільки вимагає високого рівня внутрішньої зрілості та готовності до глибоких психологічних змін.

У ширшій перспективі будь-який процес відмови від Персони та поступового зближення з Анімою або Анімусом, незалежно від того, відбувається він у шлюбі чи поза ним, передбачає перегляд так званої «етики зовнішнього винуватця», яку описував Еріх Нойман. Йдеться про схильність проєктувати власні внутрішні конфлікти на інших людей. У міру того як людина дедалі глибше усвідомлює архетипічні аспекти власної психіки, поступово формується нова система цінностей, у центрі якої опиняється прагнення до цілісності та досягнення Самості.

Початковий етап становлення Самості пов'язується з інтеграцією змістів так званої мана-особистості. У міру того як архетипічні образи Аніми та Анімуса поступово усвідомлюються і втрачають свою автономну силу впливу, вони можуть поступатися місцем більш глибинним і архаїчним шарам несвідомого, які проявляються через феномен мана-особистості [28].

Сам термін «мана», запозичений із меланезійських культурних уявлень і пов'язаний із уявленнями про надзвичайні, сакральні якості об'єктів чи осіб, у юнгіанській традиції використовується для опису станів «інфляції» свідомості. Такі стани виникають тоді, коли людина частково ототожнюється з архетипічними фігурами колективного несвідомого — наприклад, Мудрого Старця, Пророка чи Мага у чоловіків, або Великої Матері, Чаклунки чи Кори у жінок.

На цьому етапі індивідуації виникнення стану інфляції пояснюється тим, що Его починає привласнювати собі змісти, які йому не належать і які фактично походять із глибинних шарів колективного несвідомого. У юнгіанському розумінні, після завершення «розбору» з Анімою/Анімусом свідоме Я ніби отримує доступ до їхньої психічної «мани» — особливої

енергетичної значущості архетипу. У результаті архетипічний зміст, точніше його мана-аспект, може зайняти місце Его, що призводить до феномену інфляції свідомості та пов'язаних із нею психологічних ускладнень. У цьому стані існує реальна загроза того, що досягнуті здобутки самопізнання будуть зруйновані або знецінені: «небезпека для психіки полягає в тому, що через інфляцію свідомості мана-особистість може знищити результати роботи, здійсненої у процесі опрацювання Аніми» [40].

Аніми/Анімуса не завершує процес індивідуації, а, навпаки, відкриває наступний етап, на якому може активізуватися інша потужна архетипічна фігура — різні варіанти «тисячоликого героя». Цей архетип також прагне впливати на психіку, і якщо свідоме Я ще не достатньо укріплене у самопізнанні, воно може потрапити під його домінування. У такому разі виникає ризик втрати меж між Его та несвідомими змістами, що може проявлятися як «розчинення» свідомості в архетипічних переживаннях.

Важливо підкреслити, що йдеться не про повне «знищення» несвідомих сил, а про зміну ставлення до них: коли Его надмірно ототожнює себе з контролем над несвідомим, останнє відповідає появою компенсаторних механізмів, зокрема через активізацію мана-особистості, яка захоплює свідомість своєю значущістю [40].

У процесі розвитку особистості мана-особистість стає особливо впливовою саме тоді, коли Его вступає у приховану або відкриту конфронтацію із Самістю. Дослідження перехідних, кризових станів індивідуації, здійснені послідовниками Карл Густав Юнг, показують, що в такі періоди людина особливо вразлива до впливу архетипічних фігур. Вони можуть створювати ілюзію розширення свідомості, яка насправді не завжди означає реальний особистісний розвиток.

За умови конструктивного проходження цього етапу індивідуації важливим завданням стає відмова від ототожнення з мана-особистістю. Необхідно розпізнати її символічний зміст і поступово інтегрувати його у структуру свідомості, що дозволяє рухатися далі шляхом індивідуації.

Процес «розчинення» мана-особистості через усвідомлення її змістів приводить людину до центрального ядра психіки — Самості. Самість розглядається як цілісне утворення, що одночасно включає свідомі та несвідомі компоненти і не зводиться ні до одного з них окремо. Вона виступає як принцип єдності протилежностей і не може бути повністю описана мовою Его, хоча водночас виконує роль внутрішнього центру тяжіння особистості.

Зв'язок із Самістю реалізується переважно через переживання та безпосередній досвід, а не через раціональні конструкції [40].

У концепції К. Г. Юнга Самість трактується як психологічний носій образу божественного в людині. Вона виконує функцію регулятивного центру особистості, який відображає її потенційну цілісність і задає напрямок розвитку як телеологічного процесу.

Досягнення високого рівня індивідуації передбачає здатність особистості не витіснити внутрішні конфлікти в несвідоме, де вони згодом проявляються у вигляді афективних реакцій або деструктивної поведінки. Натомість конструктивне вирішення труднощів передбачає утримання конфлікту у полі свідомості та його осмислення через систему особистісних і духовних цінностей [40].

Узагальнюючи викладені положення, слід зазначити, що розгляд індивідуації як теоретичної парадигми дослідження особистісного розвитку дає змогу простежити внутрішню логіку становлення суб'єкта та його прагнення до психічної цілісності. У юнгіанському розумінні «людина, що розвивається», постійно рухається в напрямі від недиференційованого стану психіки до досягнення гармонійної інтеграції всіх її рівнів.

Кінцевою метою такого розвитку є самореалізація, яка можлива лише за умови поступової диференціації та інтеграції всіх структур особистості, пов'язаних як із особистим, так і з колективним несвідомим. Якщо окремі психічні системи — чи то Тінь, Аніма/Анімус, мана-особистість або інші архетипічні утворення — не інтегруються, вони можуть ставати внутрішніми

джерелами опору розвитку. У крайніх випадках це може призводити до невротичних станів або серйозних психічних розладів [40].

У зв'язку з цим індивідуація постає не лише як теоретична модель або етичний ідеал, а як фундаментальна умова повноцінного психічного функціонування особистості. З практичної точки зору, значну цінність мають ті положення юнгіанської теорії, які дозволяють оптимізувати процес особистісного розвитку, зокрема типологічний підхід, що допомагає людині краще розуміти власні психологічні особливості та траєкторії становлення.

Висновки до першого розділу

У першому розділі здійснено теоретико-методологічний аналіз проблеми особистісного розвитку в межах психодинамічної традиції, зокрема у працях класичного психоаналізу, аналітичної психології та постюнгіанських підходів. Встановлено, що ключовим предметом розгляду у цих концепціях виступає співвідношення свідомих і несвідомих детермінант психіки, які визначають динаміку становлення особистості протягом життєвого шляху.

Показано, що у класичному психоаналізі З. Фрейда розвиток особистості інтерпретується як процес, у якому домінуючу роль відіграють несвідомі потяги та ранній дитячий досвід, а свідоме Я розглядається як відносно обмежена регулятивна структура. Водночас у подальших модифікаціях психоаналітичної теорії (зокрема у працях А. Фрейд та Е.Еріксона) відбувається поступове розширення ролі Его, яке розглядається як активний чинник соціалізації, адаптації та формування ідентичності.

В аналітичній психології К. Г. Юнга розвиток особистості трактується як цілісний процес індивідуації, спрямований на досягнення Самості. Підкреслено, що цей процес охоплює послідовну інтеграцію архетипічних утворень колективного несвідомого (Тінь, Аніма/Анімус, мана-особистість), що забезпечує поступове розширення та поглиблення свідомості.

Встановлено, що у постюнганських підходах (зокрема у роботах Е. Ноймана, Р. Джонсона, Дж. Гілмана та ін.) акцент зміщується на феноменологічне та культурно-символічне розуміння архетипів, які розглядаються не лише як внутрішньопсихічні структури, а й як універсальні моделі людського досвіду, що проявляються у міфології, мистецтві та повсякденній поведінці.

Порівняльний аналіз західних психодинамічних концепцій та положень вітчизняної психології (С. Рубінштейн, Л. Виготський, Б. Ананьєв та ін.) засвідчив як спільні положення щодо ролі свідомості у регуляції поведінки, так і відмінності у трактуванні джерел розвитку особистості. Якщо у вітчизняній традиції провідним чинником виступає соціальна діяльність та система міжособистісних відносин, то у юнганському підході значна увага приділяється внутрішнім архетипічним структурам психіки.

Узагальнено, що розвиток особистості в психодинамічній парадигмі постає як складний, багаторівневий і суперечливий процес, у якому взаємодіють свідомі та несвідомі компоненти психіки. Його результатом є поступове формування цілісної особистості, здатної до саморефлексії, інтеграції внутрішніх конфліктів та досягнення більш високого рівня психологічної зрілості.

Таким чином, теоретичний аналіз дозволив обґрунтувати індивідуацію як центральну категорію юнганської психології розвитку, що може бути використана як концептуальна основа для подальшого емпіричного дослідження особистісних характеристик і закономірностей становлення особистості.

РОЗДІЛ 2

МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Застосування юнгіанської типології особистості у виявленні психологічних проблем розвитку особистості

Типологія, запропонована К. Г. Юнгом, ґрунтується на визнанні важливої ролі свідомості у процесі особистісного розвитку людини. При цьому значення свідомого й несвідомого у становленні особистості не можна однозначно оцінювати як більш або менш вагоме, адже їхній вплив визначається специфікою конкретної життєвої ситуації та характером внутрішніх суперечностей, що супроводжують процес індивідуації. Саме тому зрозуміти особливості індивідуального шляху розвитку особистості можливо через аналіз психологічних типів, виокремлених у концепції Юнга [45].

На відміну від більшості психологічних класифікацій, що формувалися переважно на основі спостережень за поведінковими проявами людини або особливостями її темпераменту, юнгівська типологія спирається на уявлення про спрямованість психічної енергії. Учений вважав, що кожна людина має певний домінуючий спосіб взаємодії зі світом, який визначає її орієнтацію у зовнішній реальності та специфіку психічного функціонування.

К. Г. Юнг виділив дві основні особистісні установки — інтроверсію та екстраверсію, а також чотири базові функції свідомості: мислення, почуття, відчуття та інтуїцію. Кожна із цих функцій може проявлятися як в інтровертованій, так і в екстравертованій формі. Поєднання певної установки з однією з функцій стало підґрунтям для створення восьми психологічних типів: екстравертного мислительного, екстравертного чуттєвого, екстравертного сенсорного, екстравертного інтуїтивного, а також відповідних їм інтровертних типів [6].

У психічній структурі особистості присутні всі чотири функції свідомості, проте одна з них зазвичай займає провідне місце. Саме домінантна функція є найбільш розвиненою та активно використовується людиною у процесі адаптації до навколишнього світу. На думку Т. Вульфа, ця функція визначає загальний напрям свідомої установки особистості, формуючи своєрідність її поведінки, способу мислення та емоційного реагування.

Провідна функція істотно впливає на формування індивідуального психологічного типу, який відображає цілісний психічний образ людини.

Водночас конкретні прояви цього типу можуть змінюватися залежно від рівня інтелектуального розвитку особистості, її соціального досвіду та культурного середовища.

Юнг поділяв психологічні типи на два великі класи — раціональні та ірраціональні. До раціональних функцій він відносив мислення та почуття, оскільки вони пов'язані з процесами оцінювання, осмислення та рефлексії. Мислення забезпечує оцінку явищ через логічне пізнання, тоді як почуття ґрунтується на емоційному переживанні й визначенні цінності об'єкта для людини. Якщо одна з цих функцій стає домінуючою, життя особистості значною мірою підпорядковується свідомим судженням і раціональному аналізу життєвих обставин [цит. за 64].

Натомість відчуття та інтуїція належать до ірраціональних функцій, оскільки вони функціонують переважно на основі безпосереднього сприймання та недиференційованих перцептивних даних. Відчуття орієнтує людину на конкретні властивості реальності, тоді як інтуїція дозволяє вловлювати приховані можливості, тенденції та неусвідомлені аспекти ситуації.

Положення Юнга щодо функцій свідомості певною мірою знаходять підтвердження у сучасних психосемантичних дослідженнях. У працях Є. Ю. Артем'євої, В. Ф. Петренка, О. О. Леонтьєва та інших учених розроблено уявлення про два основні полюси свідомості — денотативний і конотативний. Перший пов'язаний з об'єктивним пізнанням ситуації та аналізом фактичної

інформації, другий — із суб'єктивною смисловою оцінкою, що формується на основі індивідуального емоційного досвіду [цит. за 44].

Юнг підкреслював, що раціональні функції не можуть одночасно домінувати: у певний момент провідну роль відіграє або мислення, або почуття. Наприклад, якщо людина переважно орієнтується на логічний аналіз та інтелектуальне осмислення дійсності, її можна віднести до мислительного типу. У такому випадку функція почуття відтісняється у сферу несвідомого та набуває статусу підпорядкованої. Аналогічний принцип діє і щодо ірраціональних функцій — відчуття та інтуїції.

Попри те, що всі чотири функції присутні у психіці кожної людини, лише одна з них займає центральне місце у свідомості. Підпорядкована функція переважно локалізується у несвідомій сфері, тоді як дві інші можуть частково проявлятися як у свідомому, так і в несвідомому рівнях психіки. Функцію, яка після домінантної є найбільш розвиненою та усвідомленою, Юнг називав допоміжною. Вона не суперечить провідній функції, а навпаки — підтримує її діяльність та сприяє більш гармонійному психічному функціонуванню [51].

У процесі особистісного розвитку людина може поступово досягати дедалі вищого рівня диференціації своїх психічних функцій, наближаючись до стану внутрішньої цілісності. Якщо особистість здатна достатньо усвідомлювати власну домінантну функцію, певною мірою контролювати допоміжні функції та розуміти особливості прояву підпорядкованої функції, вона отримує можливість більш повноцінно сприймати реальність. У такому разі людина може спочатку логічно осмислити явище, потім інтуїтивно відчувати його приховані перспективи, далі сприйняти його через безпосередні відчуття, а наприкінці — оцінити його емоційне значення та привабливість.

Незважаючи на емпіричний характер юнгівської типології, вона й сьогодні зберігає актуальність і широко використовується у психологічній науці та практиці. Як зазначала М.-Л. фон Франц, концепція чотирьох функцій свідомості, що забезпечують психічну діяльність людини, продемонструвала

високу евристичну цінність і значний потенціал для подальших психологічних досліджень [цит. за 77].

Незалежно від того, яка установка переважає у структурі особистості — інтровертована чи екстравертована, — визначення психологічного типу людини є досить складним процесом. Це пояснюється тим, що на провідну свідому установку постійно впливає протилежна їй несвідома тенденція. Інтроверсія та екстраверсія як типологічні орієнтації відображають специфіку функціонування цілісного психічного акту, що охоплює як процес відображення дійсності, так і механізми психічної регуляції поведінки. Звичний спосіб реагування визначає не лише характер поведінки людини, а й особливості її внутрішніх переживань та суб'єктивного досвіду [цит. за 77].

Оскільки будь-яка домінуюча установка формує певну однобічність психічного функціонування, психіка потребує механізмів компенсації для підтримання внутрішньої рівноваги. Саме тому несвідоме виконує врівноважувальну функцію, створюючи контрустановку, яка компенсує надмірну однобічність свідомості. Так, поряд зі свідомою інтровертованою орієнтацією завжди існує несвідома екстравертована тенденція, що компенсує обмеженість свідомого способу реагування. Аналогічно, свідомі екстраверсія врівноважується прихованими інтровертованими проявами психіки.

Таким чином, у реальному житті практично неможливо зустріти «чисті» типи особистості. Будь-який спосіб психічного функціонування завжди певною мірою модифікується впливом несвідомого. Із чотирьох основних психічних функцій лише одна перебуває під безпосереднім контролем свідомості та волі людини. Дві інші можуть проявлятися частково свідомо, частково несвідомо, тоді як підпорядкована функція переважно належить до сфери несвідомого. Наприклад, свідомі орієнтації мислительного типу компенсуються несвідомою сферою почуттів, а домінування відчуття врівноважується прихованими інтуїтивними процесами [цит. за 77].

Однією з найважливіших характеристик несвідомого, за Юнгом, є його здатність компенсувати та доповнювати свідомі реакції особистості.

Несвідоме актуалізує ті психічні змісти, які не були представлені у свідомості, але є необхідними для підтримання психічної цілісності. Чим більш однобічною стає свідомі установка людини, тим виразніше проявляється компенсаторна функція несвідомого. Завдяки цьому психіка отримує можливість формувати більш гармонійний спосіб адаптації до реальності, що відповідає загальній структурі особистості [цит. за 18].

Додаткові труднощі у визначенні психологічного типу пов'язані з тим, що недиференційовані та переважно несвідомі функції можуть суттєво впливати на поведінку людини, іноді навіть спотворюючи її зовнішній психологічний образ. Через це сторонньому спостерігачеві буває складно розмежувати, які риси належать свідомій частині особистості, а які є проявом несвідомих тенденцій. Значною мірою це залежить і від особливостей самого спостерігача: людина, схильна до оцінювання та логічного аналізу, частіше помічає свідомі аспекти поведінки, тоді як той, хто орієнтується на безпосереднє сприйняття, більше реагує на несвідомі прояви особистості [цит. за 68].

Оскільки у процесі пізнання іншої людини ми одночасно використовуємо і сприйняття, і оцінювання, нерідко виникає ситуація, коли одна й та сама особистість здається водночас і інтровертованою, і екстравертованою. У такому випадку складно визначити, яка установка є справді провідною. Точний висновок можливий лише за умови глибокого аналізу функціональної структури психіки, зокрема через визначення тієї функції, яка найбільшою мірою контролюється свідомістю та реалізується цілеспрямовано. Інші функції зазвичай мають більш спонтанний, непередбачуваний характер.

Як приклад можна розглянути раціональні типи — мислительний та чуттєвий, — для яких характерна підпорядкованість ірраціональних функцій, тобто відчуття та інтуїції. Свідомі дії представників таких типів здебільшого підпорядковуються логіці, аналізу та усвідомленим намірам. Проте події, що відбуваються у їхньому житті поза межами свідомого контролю, можуть

визначатися примітивними, інфантильними проявами несвідомих відчуттів та інтуїтивних імпульсів.

З огляду на те, що життя багатьох людей значною мірою складається не лише з усвідомлених дій, а й із подій, які з ними трапляються незалежно від їхніх намірів, сторонній спостерігач може помилково віднести навіть раціональний тип до ірраціонального. У зв'язку з цим несвідомі прояви особистості нерідко справляють на оточення сильніше враження, ніж свідомі наміри чи раціональні рішення людини. Іноді саме поведінкові реакції, які виникають спонтанно, виявляються більш показовими для характеристики особистості, ніж її усвідомлені переконання [14].

Ще однією складністю у визначенні типологічної належності є ситуація, коли людина в певний період життя починає відчувати втому від власної домінантної установки та провідної функції. Найчастіше це спостерігається у другій половині життя, коли звична свідомо орієнтація вже не забезпечує ефективної адаптації до нових життєвих умов. Однобічність психічного функціонування поступово перетворюється на перешкоду для гармонійного розвитку особистості. У таких випадках екстраверт може почати вважати себе інтровертом, а інтроверт — навпаки, відчувати виражену потребу в екстравертованих формах поведінки.

Прояви психічних функцій у поведінці людини починають формуватися ще у дошкільному віці. Саме в цей період поступово окреслюються індивідуальні способи реагування на навколишній світ, що надалі стають основою для становлення певного психологічного типу особистості [цит. за 24].

На початкових етапах становлення особистості домінантна психічна функція проявляється через схильність дитини до певних видів діяльності, особливості її поведінки у взаємодії з оточенням, а також через розвиток окремих здібностей і нахилів. Уже в ранньому віці можна помітити, що одні діти більше орієнтуються на логічне осмислення подій, інші — на емоційне переживання, безпосереднє чуттєве сприйняття або інтуїтивне передбачення.

Саме ці природні схильності, за К. Г. Юнгом, свідчать про формування провідної психічної функції, яка згодом визначає індивідуальний психологічний тип особистості.

Положення Юнга про вроджений характер домінантної функції дало можливість ученому розробити уявлення про специфіку труднощів особистісного розвитку, які виникають у несприятливих умовах, коли природне формування провідної функції гальмується або деформується. Учений наголошував, що повноцінний розвиток особистості можливий лише тоді, коли природні психічні схильності людини отримують належні умови для реалізації та диференціації [11].

По-перше, чинники, які перешкоджають розвитку домінантної функції, можуть спричиняти формування викривленого або негармонійного психологічного типу. Одним із найважливіших факторів у цьому процесі є вплив найближчого соціального оточення, насамперед батьків, які самі належать до певного психологічного типу та часто несвідомо нав'язують дитині власний спосіб реагування на світ. Наприклад, якщо дитина за своєю природою тяжіє до сенсорного чи інтуїтивного типу, а її батьки належать до мислительного типу, вони можуть стимулювати розвиток у неї рис, які не відповідають її природній психічній організації. У результаті дитина змушена пригнічувати власну домінантну функцію та розвивати ті якості, які гальмують її природний психічний розвиток.

Подібна ситуація є особливо небезпечною у першій половині життя, коли основним завданням особистості є адаптація до зовнішнього світу та формування стійкої життєвої позиції. Якщо в цей період домінантна функція не отримує можливості для повноцінного розвитку, процес індивідуації може бути суттєво порушений. Особистість поступово втрачає внутрішню цілісність, а її психічний розвиток набуває однобічного або суперечливого характеру.

По-друге, негативний вплив на розвиток провідної функції можуть мати певні умови шкільного навчання. К. Г. Юнг звертав увагу на те, що труднощі

у навчанні далеко не завжди свідчать про відсутність здібностей у дитини. Навпаки, багато дітей мають виражені обдарування, проте традиційна система освіти нерідко ігнорує психологічну своєрідність учня та його індивідуальний тип психічного функціонування. Через відсутність індивідуального підходу навчальні програми можуть суперечити природним схильностям дитини, що негативно позначається як на її успішності, так і на загальному психічному розвитку.

Особливо несприятливою стає ситуація тоді, коли проблеми у шкільному середовищі поєднуються з несприятливими сімейними умовами. У такому випадку дитина фактично позбавляється можливості гармонійно розвивати власний психологічний тип. Постійне придушення природних психічних нахилів спричиняє внутрішній конфлікт, який з часом може проявлятися у формі емоційної нестабільності, невпевненості в собі або порушень адаптації.

По-третє, Юнг розглядав зазначені чинники — як окремо, так і в сукупності — як одну з можливих причин виникнення невротичних розладів у дітей. Постійне пригнічення природних психічних тенденцій, необхідність діяти всупереч власній внутрішній організації та тривале перебування у стані психологічного напруження створюють умови для формування невротичних симптомів. Невроз у такому випадку виступає своєрідним сигналом психіки про втрату внутрішньої рівноваги та порушення процесу індивідуації [27].

По-четверте, деформований психологічний тип може перешкоджати розвитку особистості не лише на етапі адаптації до зовнішнього світу, а й у період звернення людини до власного внутрішнього психічного життя. Сам К. Г. Юнг та його послідовники вважали, що порушення гармонійного розвитку психічних функцій здатне створювати значні труднощі у сімейному житті, міжособистісних стосунках та процесі самопізнання.

Особливого значення для внутрішньої психічної динаміки набуває той факт, що нерозвинені установки та функції поступово переходять у сферу «тіні», тобто витіснених і несвідомих психічних змістів. Усе те, що людина не

змогла інтегрувати у власну свідомість, зберігається у несвідомому та може проявлятися у вигляді внутрішніх конфліктів, психологічного дискомфорту або неусвідомлених поведінкових реакцій.

У зв'язку з цим головним завданням першої половини життя людини Юнг вважав розвиток і диференціацію тієї психічної функції, яка найбільшою мірою відповідає природній структурі особистості. Лише після того, як людина достатньо утвердиться у світі через реалізацію власної домінантної функції, стає можливим гармонійний розвиток інших функцій психіки. Те саме стосується й типологічної установки — інтроверсії чи екстраверсії. У першій половині життя природна установка закономірно займає провідне місце, оскільки саме вона забезпечує ефективну адаптацію особистості до соціальної реальності та допомагає знайти своє місце у світі [3].

Лише у другій половині життя виникає необхідність у розвитку протилежної установки та інтеграції тих психічних аспектів, які раніше залишалися недостатньо усвідомленими. Саме тому одним із центральних завдань юнгіанського психоаналізу є допомога людині у виявленні та усвідомленні протилежної установки, що приховано присутня у структурі її психіки. Усвідомлене прийняття та розвиток цих несвідомих аспектів не лише сприяє досягненню внутрішньої рівноваги, а й розширює здатність особистості до розуміння інших людей.

Однобічна орієнтація психіки з віком починає створювати дедалі більше труднощів. Психічні функції, які тривалий час залишалися занедбаними, а також невизнана протилежна установка поступово заявляють про себе через відчуття внутрішнього дискомфорту, психологічної кризи або навіть невротичних розладів. Таким чином психіка намагається привернути увагу людини до необхідності відновлення внутрішньої цілісності.

Оскільки основною метою юнгіанського аналізу є досягнення психічної завершеності та гармонії особистості, головне завдання психотерапевта полягає у сприянні усвідомленню та розвитку більшості психічних функцій і обох типів установок. Якщо цього не відбувається, людина може увійти у

період старості внутрішньо незавершеною, недостатньо цілісною та неспроможною повною мірою реалізувати власний психологічний потенціал.

На думку К. Г. Юнга, недостатній розвиток психічних функцій особистості так само негативно впливає на процес її становлення, як і надмірна однобічна диференціація окремих функцій. Порушення внутрішньої психічної рівноваги, що проявляється у недостатньому розвитку та слабкій диференціації всіх чотирьох функцій психіки, є природним станом для дитини на ранніх етапах її розвитку, коли у неї ще не сформоване цілісне уявлення про власне «Я». У цей період психіка характеризується нестійкістю, недостатньою інтегрованістю та залежністю від зовнішніх впливів [77].

Теоретично процес формування більш цілісної структури особистості має завершуватися наприкінці підліткового віку, коли людина поступово набуває здатності усвідомлювати власну індивідуальність, регулювати поведінку та інтегрувати різні аспекти свого психічного життя. Проте у багатьох людей цей розвиток залишається незавершеним навіть у зрілому віці. У таких випадках особистість продовжує зберігати інфантильні риси, а її поведінка, емоційні реакції та судження вирізняються нестабільністю і суперечливістю.

Люди з недостатньо диференційованою психічною структурою зазвичай виявляють підвищену навіюваність, емоційну мінливість та залежність від зовнішніх обставин. Їм складно дотримуватися стійкої життєвої позиції, а їхні переконання та рішення нерідко змінюються під впливом ситуації або думки оточення. Саме тому у кризових життєвих умовах чи в періоди сильного психологічного напруження незрілість психіки проявляється особливо яскраво, що може призводити до серйозних внутрішніх конфліктів і труднощів адаптації.

Як приклад подібного типу особистості Юнг наводив образ так званого «вічного юнака» — *puer aeternus*. Така людина, навіть у дорослому віці, зберігає психологічну незрілість, уникає відповідальності та не здатна повною мірою інтегруватися у реальне життя. Попри те, що зовні подібний образ може

виглядати привабливим, легким і романтизованим, внутрішньо він часто супроводжується незавершеністю особистісного розвитку, нестійкістю та труднощами у прийнятті життєво важливих рішень [цит. за 54].

Отже, положення юнгівської типології свідчать про значний евристичний потенціал цієї концепції у вивченні проблем особистісного розвитку. Ідеї К. Г. Юнга щодо індивідуальних типологічних особливостей психіки дозволяють не лише глибше зрозуміти причини внутрішніх конфліктів людини, а й визначити напрями психологічної допомоги у процесі консультування та психотерапії.

Використання юнгівського підходу у практичній діяльності психолога дає можливість розв'язувати низку важливих завдань. Передусім це стосується визначення психологічного типу особистості та сприяння розвитку тих психічних функцій і установок, які залишаються недостатньо усвідомленими або витісненими у сферу несвідомого. Усвідомлення власної типологічної структури допомагає людині краще зрозуміти себе, свої внутрішні суперечності та особливості взаємодії зі світом.

Не менш важливим напрямом є виявлення деформованого або викривленого психологічного типу, коли особистісний розвиток відбувається всупереч природним психічним схильностям людини. У таких випадках психологічна допомога має бути спрямована на відновлення природної типологічної орієнтації особистості та створення умов для гармонійного розвитку відповідних психічних функцій.

Значний потенціал юнгівська типологія має і у сфері дитячо-батьківських взаємин. Розуміння індивідуального психологічного типу дитини дозволяє батькам обирати більш адекватні стратегії виховання, які сприятимуть повноцінному розвитку її природних здібностей і психічних функцій. Такий підхід допомагає уникнути ситуацій, коли дитину змушують розвиватися всупереч її внутрішнім схильностям.

Важливе значення типологічний підхід має і в освітньому середовищі. Урахування психологічних особливостей учня дозволяє психологам,

педагогам та батькам формувати індивідуалізований підхід до навчання й виховання. Це сприяє не лише підвищенню успішності, а й більш гармонійному розвитку особистості загалом.

Окремим напрямом застосування юнгівської типології є допомога у вирішенні сімейних конфліктів, які часто виникають через відмінності психологічних типів подружжя. Усвідомлення типологічних особливостей партнера дозволяє краще розуміти мотиви його поведінки, знижувати рівень міжособистісного напруження та формувати більш конструктивну взаємодію у сім'ї.

Водночас розв'язання зазначених проблем супроводжується певними труднощами. Однією з головних перешкод у практичній роботі психолога є відсутність чітко розроблених і достатньо точних методик швидкої діагностики психологічного типу особистості відповідно до концепції К. Г. Юнга. У межах аналітичної психотерапії процедура визначення типу зазвичай не має однозначно визначеного алгоритму та часто потребує тривалої й глибокої роботи з клієнтом.

На думку Х. Дікмана, така ситуація частково пояснюється тим, що серед багатьох представників юнгівського напрямку існує певна недовіра до стандартизованих методів і психодіагностичних технік. Через це проблема створення ефективних інструментів для визначення психологічного типу особистості й сьогодні залишається актуальною як для теоретичної психології, так і для практики психологічного консультування [цит. за 78].

2.2. Опитувальник «Юнгіанська типологія особистості» В. Колесникової

ІНСТРУКЦІЯ. Запропонований опитувальник призначений для більш глибокого пізнання індивідуальних особливостей особистості. Перед початком роботи необхідно уважно ознайомитися з кожним запитанням і

твердженням та дати відповідь «так» або «ні». Відповідаючи, важливо орієнтуватися на власні реальні переживання, думки та особливості поведінки, оскільки лише щирі відповіді забезпечать достовірність результатів дослідження. У межах даної методики відсутні «правильні» чи «неправильні» варіанти відповідей, тому не слід поспішати або намагатися відповідати соціально бажаним чином.

Опитувальник містить 120 запитань, які використовуються для визначення восьми функціонально-психологічних типів особистості відповідно до типології К. Г. Юнга.

Блоки запитань, наведені нижче, спрямовані на діагностику екстравертованої установки особистості.

Запитання № 1, 9, 17, 25, 33, 41, 49, 57, 65, 73, 81, 89, 97, 105, 113 призначені для визначення екстравертно-мислительного типу особистості.

Запитання № 2, 10, 18, 26, 34, 42, 50, 58, 66, 74, 82, 90, 98, 106, 114 діагностують екстравертно-чуттєвий функціональний тип.

Запитання № 3, 11, 19, 27, 35, 43, 51, 59, 67, 75, 83, 91, 99, 107, 115 належать до екстравертно-сенсорного психологічного типу.

Запитання № 4, 12, 20, 28, 36, 44, 52, 60, 68, 76, 84, 92, 100, 108, 116 використовуються для виявлення екстравертно-інтуїтивного функціонального типу особистості.

Наведені нижче групи запитань відображають інтровертовану установку.

Запитання № 5, 13, 21, 29, 37, 45, 53, 61, 69, 77, 85, 93, 101, 109, 117 спрямовані на визначення інтровертно-мислительного психологічного типу.

Запитання № 6, 14, 22, 30, 38, 46, 54, 62, 70, 78, 86, 94, 102, 110, 118 діагностують інтровертно-чуттєвий функціональний тип особистості.

Запитання № 7, 15, 23, 31, 39, 47, 55, 63, 71, 79, 87, 95, 103, 111, 119 використовуються для визначення інтровертно-сенсорного психологічного типу.

Запитання № 8, 16, 24, 32, 40, 48, 56, 64, 72, 80, 88, 96, 104, 112, 120 належать до інтровертно-інтуїтивного функціонального типу особистості.

Ключ до опитувальника формується відповідно до зазначених груп запитань. У бланку обробки результатів за кожну відповідь «так» нараховується один бал у відповідній горизонтальній шкалі. Після завершення підрахунку визначається загальна кількість балів у кожному з восьми рядків.

Подальший аналіз здійснюється шляхом зіставлення якісних і кількісних показників, отриманих за всіма шкалами. Саме співвідношення вираженості восьми функціонально-психологічних показників дозволяє встановити домінуючий психологічний тип особистості. Отже, функціонально-психологічний тип визначається переважанням одного показника за умови відносно нижчих значень інших шкал.

Висновки до другого розділу

У другому розділі було здійснено ґрунтовний аналіз типологічної концепції К. Г. Юнга та її значення для розуміння процесу особистісного розвитку людини. З'ясовано, що юнгівська типологія базується на уявленні про взаємодію свідомих і несвідомих компонентів психіки, а також на визнанні важливої ролі домінантної психічної функції у формуванні індивідуального психологічного типу особистості.

Встановлено, що основою типології К. Г. Юнга є дві фундаментальні установки — інтроверсія та екстраверсія, а також чотири базові функції психіки: мислення, почуття, відчуття та інтуїція. Комбінація цих установок і функцій утворює вісім функціонально-психологічних типів особистості, кожен із яких характеризується специфічними особливостями сприйняття світу, способами реагування та механізмами адаптації до соціальної реальності.

Доведено, що у структурі психіки людини всі функції присутні одночасно, однак лише одна з них є домінантною та найбільш диференційованою. Саме провідна функція визначає особливості свідомої діяльності людини, тоді як інші функції можуть перебувати у частково усвідомленому або несвідомому стані. Підкреслено, що психічна рівновага підтримується завдяки компенсаторній ролі несвідомого, яке врівноважує однобічність свідомої установки шляхом формування протилежної тенденції.

У ході дослідження встановлено, що формування психологічного типу розпочинається ще у ранньому дитинстві та проявляється через схильність дитини до певних видів діяльності, особливості поведінки та способи взаємодії з оточенням. Водночас несприятливі умови виховання, вплив батьківських установок або недосконалість освітнього середовища можуть перешкоджати природному розвитку домінантної функції, що призводить до формування викривленого психологічного типу особистості.

Визначено, що пригнічення природних психічних схильностей дитини здатне негативно впливати на процес індивідуації, спричиняти внутрішні конфлікти, труднощі соціальної адаптації та навіть невротичні розлади. Особливу увагу приділено тому, що нерозвинені психічні функції поступово переходять у сферу «тіні», утворюючи несвідомі змісти, які можуть проявлятися через психологічний дискомфорт, емоційну нестабільність або кризові переживання.

Також встановлено, що недостатня диференціація психічних функцій так само несприятливо позначається на особистісному розвитку, як і їх надмірна однобічна диференціація. У результаті цього особистість може зберігати інфантильні риси, виявляти психологічну незрілість, підвищену навіюваність і нестійкість поведінки навіть у дорослому віці. У критичних життєвих ситуаціях така незавершеність психічного розвитку часто стає причиною внутрішніх конфліктів та порушень адаптації.

Узагальнення теоретичних положень дозволило дійти висновку, що юнгівська типологія має значний евристичний потенціал для психологічного

консультування та психотерапевтичної практики. Використання типологічного підходу сприяє глибшому розумінню індивідуальних особливостей особистості, допомагає виявляти причини внутрішніх суперечностей, будувати індивідуальні стратегії психологічної допомоги, оптимізувати дитячо-батьківські взаємини та вдосконалювати підходи до навчання й виховання.

Разом із тим встановлено, що однією з основних проблем практичного застосування юнгівської концепції є відсутність чітко структурованих і достатньо надійних методик швидкої діагностики психологічного типу особистості. Це ускладнює процес визначення типологічних особливостей людини та потребує тривалої аналітичної роботи у межах психотерапевтичної взаємодії.

Отже, проведений аналіз підтвердив значущість типологічної теорії К. Г. Юнга для дослідження особистісного розвитку, механізмів психічної адаптації та процесу досягнення внутрішньої цілісності особистості.

РОЗДІЛ 3

ОСОБЛИВОСТІ ДІЯЛЬНОСТІ ПСИХОЛОГА В РУСЛІ ПСИХОДИНАМІЧНОЇ ПСИХОТЕРАПІЇ

3.1. Особливості представленості психологічних типів К.Г.Юнга у респондентів різних спеціальностей

З метою виявлення особливостей представленості функціонально-психологічних типів особистості за К. Г. Юнгом було проведено порівняльний аналіз результатів респондентів, які навчаються або працюють у межах різних спеціальностей. Такий підхід дав змогу простежити, чи існують певні відмінності у переважанні окремих психологічних типів залежно від професійної спрямованості особистості, характеру навчально-професійної діяльності та специфіки майбутньої фахової реалізації. У кожній групі було представлено по 30 осіб, що забезпечило можливість порівняння отриманих показників між спеціальностями та визначення найбільш характерних типологічних особливостей.

Таблиця 3.1

**Функціонально-психологічні типи особистості за Юнгом серед
представників різних спеціальностей (по 30 осіб у кожній групі)**

Вибірки	Е-М	Е-Ч	Е-С	Е-І	І-М	І-Ч	І-С	І-І
Психологи	20%	8,4%	15%	6,7%	5%	6,7%	6,6%	31,6%
Лікарі	20%	1,7%	30%	3,4%	15%	3,4%	23,3%	3,4%
Менеджери, економісти	26,3%	1,26%	5%	5%	46,4%	3,9%	5%	7,5%

В емпіричному дослідженні прийняли участь представники трьох професійних груп – психологи, лікарі та менеджери. Ми досліджували представленість функціонально-психологічних типів особистості за К. Г.

Юнгом серед представників різних професійних груп — психологів, лікарів, менеджерів та економістів. Отримані дані свідчать про наявність певних типологічних відмінностей між досліджуваними вибірками, що може бути пов'язано як зі специфікою професійної діяльності, так і з особливостями професійного відбору та самореалізації особистості у відповідній сфері.

У групі психологів найбільш вираженим виявився інтровертно-інтуїтивний тип особистості, який становить 31,6% вибірки. Такий результат є закономірним, оскільки для представників психологічної професії характерною є схильність до саморефлексії, аналізу внутрішнього світу людини, інтерес до несвідомих процесів та глибинних аспектів психіки. Особи інтровертно-інтуїтивного типу зазвичай орієнтовані на пошук прихованих смислів, мають розвинену здатність до прогнозування та схильність до осмислення внутрішніх переживань, що є важливими професійними якостями практичного психолога.

Досить високі показники серед психологів також отримали екстравертно-мислительний тип (20%) та екстравертно-сенсорний тип (15%). Це може свідчити про те, що частина представників психологічної професії поєднує схильність до глибокого внутрішнього аналізу із здатністю до активної взаємодії з людьми, практичного мислення та орієнтації на зовнішню діяльність. Найменш представленими серед психологів виявилися інтровертно-мислительний тип (5%) та інтровертно-сенсорний тип (6,6%), що може вказувати на меншу поширеність надмірно раціоналізованого або вузько практичного стилю психічного функціонування серед осіб цієї професії.

У вибірці лікарів домінуючим типом став екстравертно-сенсорний — 30% досліджуваних. Такий результат можна пояснити специфікою медичної діяльності, яка потребує уважності до конкретних фактів, швидкого реагування на зміни стану пацієнта, орієнтації на об'єктивні симптоми та практичні дії. Особи екстравертно-сенсорного типу, як правило, добре адаптуються до ситуацій, що вимагають оперативності, практичності та високого рівня спостережливості.

Також у групі лікарів досить поширеними є екстравертно-мислительний тип (20%), інтровертно-сенсорний тип (23,3%) та інтровертно-мислительний тип (15%). Це свідчить про важливість логічного аналізу, професійної дисципліни, уважності до деталей та здатності до раціонального прийняття рішень у медичній діяльності. Водночас низький рівень представленості екстравертно-чуттєвого, екстравертно-інтуїтивного, інтровертно-чуттєвого та інтровертно-інтуїтивного типів (по 1,7–3,4%) може вказувати на те, що емоційна орієнтація та інтуїтивно-образний стиль сприйняття мають менше значення для ефективного виконання професійних функцій лікаря.

У групі менеджерів та економістів найбільш вираженим виявився інтровертно-мислительний тип — 46,4%, що є найвищим показником серед усіх досліджуваних груп. Такий результат свідчить про переважання у представників цієї професійної сфери аналітичного мислення, схильності до логічного структурування інформації, раціонального планування та орієнтації на інтелектуальний аналіз. Для менеджерів та економістів важливими є здатність до стратегічного мислення, прогнозування економічних процесів та прийняття виважених рішень, що відповідає характеристикам інтровертно-мислительного типу.

Другим за поширеністю у цій групі є екстравертно-мислительний тип (26,3%). Це дозволяє припустити, що значна частина менеджерів та економістів поєднує аналітичні здібності із соціальною активністю, орієнтацією на організацію діяльності та взаємодію з іншими людьми. Інші типи представлені значно меншою мірою, зокрема екстравертно-чуттєвий тип становить лише 1,26%, що може свідчити про меншу роль емоційної сфери у професійній діяльності представників економічного напрямку.

Порівняльний аналіз результатів дозволяє зробити висновок, що професійна спрямованість особистості певною мірою пов'язана з переважанням конкретних функціонально-психологічних типів. Для психологів більш характерними є інтуїтивні та рефлексивні типи, для лікарів — сенсорні та мислительні, а для менеджерів та економістів — насамперед

мислительні типи особистості. Отримані результати підтверджують положення типологічної теорії К. Г. Юнга щодо зв'язку між індивідуальними психологічними особливостями людини та специфікою її професійної діяльності.

Крім того, результати дослідження свідчать про доцільність урахування психологічного типу особистості у процесі професійного консультування, профорієнтації та психологічного супроводу професійного становлення. Знання типологічних особливостей людини може сприяти більш ефективному професійному самовизначенню, розвитку професійно важливих якостей та попередженню емоційного вигорання у представників різних спеціальностей.

3.2. Типологічні особливості досліджуваних за результатами експериментального вивчення

Екстравертно-мисленнєвий психологічний тип особистості

Як було встановлено в процесі дослідження, серед студентів МАУП та ОНМедУ найбільш поширеним виявився екстравертно-мисленнєвий тип особистості. В узагальненій вибірці цей тип частіше спостерігався серед чоловіків. Для представників зазначеного психологічного типу характерним є високий рівень розвитку логічного мислення, схильність до аналізу, систематизації та впорядкування інформації. Саме тому ще у шкільні роки вони виявляють зацікавленість математикою, точними науками, технічними дисциплінами. Варто їм лише зрозуміти внутрішню логіку певного явища або процесу, як вони одразу починають бачити перспективи його розвитку, можливі наслідки та практичне застосування нових ідей.

Представники цього типу не схильні довго зосереджуватись на теоріях, які не мають практичної цінності або не можуть бути реалізовані в реальному житті. Вони швидко оцінюють ситуацію, що свідчить про їхню здатність до оперативного інтелектуального аналізу. Такі особистості добре усвідомлюють

взаємозв'язок між поставленою метою та засобами її досягнення, завдяки чому можуть концентрувати свої зусилля на конкретному виді діяльності. Для них не мають особливого значення формальні авторитети чи суспільна думка. Визнання викликають лише ті твердження, які ґрунтуються на доказовості, логічності та раціональному обґрунтуванні.

У навчальному процесі студенти екстравертно-мисленнєвого типу значно легше засвоюють матеріал, якщо він структурований, послідовно викладений і логічно організований. Саме тому вони ефективно працюють із підручниками, схемами та чітко побудованими лекціями. Важливе місце для них займає розвиток навчальної дисципліни: вони відповідально ставляться до виконання домашніх завдань, дотримуються термінів і прагнуть до якісного виконання поставлених вимог. Такі студенти особливо продуктивні за наявності зрозумілих інструкцій і конкретного алгоритму дій.

На відміну від осіб, які швидко засвоюють інформацію інтуїтивно, екстравертні мисленнєві типи накопичують знання шляхом систематичної та послідовної роботи. Їхня успішність значною мірою базується на регулярному повторенні, планомірній підготовці та самодисципліні. Негативна оцінка або критика з боку викладача зазвичай сприймається ними конструктивно: вони прагнуть скоригувати власну поведінку та відповідати очікуванням педагога.

Водночас їм не завжди комфортно працювати в умовах тривалих самостійних творчих пошуків або невизначених завдань. Такі студенти часто скептично ставляться до навчання у формі вільних дискусійних груп, надаючи перевагу структурованому спілкуванню за принципом «запитання – відповідь». Незважаючи на те, що вони не завжди мають виражені мовні здібності, представники цього типу успішно виконують усні та письмові завдання, якщо вони чітко сформульовані та мають конкретний зміст.

Найбільш комфортно вони почуваються у процесі вивчення фактів, правил, інструкцій та процедур. Проте завдання, що вимагають фантазування, прогнозування або створення оригінальних припущень, можуть викликати у них труднощі та знижувати рівень упевненості. Для таких студентів оцінки є

важливим показником особистих досягнень і результативності навчання. Саме тому вони краще адаптуються до традиційної системи викладання. Завдяки раціональному способу мислення та схильності до впорядкованого сприйняття інформації ці студенти часто демонструють високі результати у сфері точних наук, техніки й технологій та, як правило, позитивно ставляться до навчальної діяльності.

Екстравертно-чуттєвий психологічний тип особистості

Згідно з отриманими результатами, екстравертно-чуттєвий тип особистості трапляється у вибірках відносно рідко та переважає серед жінок.

Представниці цього типу зазвичай вирізняються доброзичливістю, відкритістю у спілкуванні та здатністю легко встановлювати міжособистісні контакти. Вони добре адаптуються до соціального середовища, орієнтуються на суспільно прийняті цінності та прагнуть підтримувати гармонійні стосунки з оточенням.

Для таких людей емоційні переживання мають надзвичайно важливе значення, оскільки саме через почуття вони сприймають світ і визначають власне ставлення до подій. Водночас надмірна орієнтація на емоційну сферу може іноді призводити до помилок у прийнятті рішень. Це пов'язано з тим, що їхнє логічне осмислення ситуації часто залишається недостатньо усвідомленим. Внаслідок цього вони можуть акцентувати увагу лише на тих фактах, які підтверджують їхні власні переконання, і при цьому припускатися неточностей у висновках.

Студенти даного психологічного типу переважно надають перевагу гуманітарним дисциплінам, а не абстрактним або технічним наукам. Вони ефективніше навчаються у процесі діалогу, спільного обговорення та взаємодії з іншими людьми. Для них навчання є не лише способом отримання знань, але й формою соціальної комунікації. Саме тому вони найбільш комфортно почуваються у демократично організованому освітньому середовищі.

Особливу ефективність у роботі з такими студентами мають дискусії, рольові ігри, творчі завдання, моделювання ситуацій та інші інтерактивні

методи навчання. Для повноцінного розвитку їхнього інтелектуального та особистісного потенціалу важливою є атмосфера підтримки, схвалення та емоційного прийняття. Найбільш продуктивною для них є взаємодія з викладачем, який здатний виявляти емпатію, словесно виражати власні почуття, організовувати роботу в малих групах та пропонувати індивідуалізовані завдання.

Екстравертно-сенсорний психологічний тип особистості

Представники екстравертно-сенсорного типу особистості прагнуть до таких об'єктів, ситуацій і видів діяльності, які забезпечують яскраві та інтенсивні відчуття. Для них характерний тісний зв'язок із зовнішнім світом та реальними подіями. Вони добре орієнтуються у практичних питаннях, уважні до деталей та повсякденних дрібниць. Такі люди легко читають карти, швидко знаходять дорогу в незнайомій місцевості, пам'ятають про домовленості та відзначаються пунктуальністю.

Особи цього типу зазвичай ведуть активний спосіб життя, полюбують спортивні заняття, різноманітні зустрічі, заходи, динамічне спілкування.

Серед них часто зустрічаються лікарі, спортсмени, інженери та представники інших практично орієнтованих професій. Для них надзвичайно важливо бути максимально адаптованими до реальних умов життя, оскільки лише у сфері конкретного досвіду вони відчують внутрішню свободу та впевненість. Їхні думки, оцінки й переживання значною мірою визначаються впливом навколишнього середовища та об'єктивних обставин.

Такі особистості постійно потребують активності, руху та можливості діяти самостійно. Їх приваблює принцип «тут і тепер», спонтанність, емоційна насиченість життя та отримання задоволення від безпосереднього досвіду. Однак традиційна система організації навчання часто виявляється недостатньо ефективною для студентів цього типу. Вони потребують практичного залучення до навчального процесу: можливості щось виконувати власноруч, експериментувати, рухатися, змагатися.

Для підтримання їхньої навчальної мотивації необхідні постійна зміна видів діяльності, динаміка та варіативність темпу роботи. Монотонність і повторюваність, навпаки, негативно впливають на їхню продуктивність, можуть спричиняти втрату інтересу до навчання та навіть пропуски занять.

Загалом система освіти нерідко створює труднощі для представників екстравертно-сенсорного типу. Через переважання практичного способу сприйняття їм легше опановувати ремесла, прикладні дисципліни та діяльність, пов'язану з конкретними навичками, ніж абстрактні науки чи теоретичні концепції. Саме тому таких студентів інколи помилково вважають надмірно активними або недостатньо здібними до навчання. Водночас нестандартні методи викладання, що передбачають демонстрацію практичних дій і безпосереднє залучення до діяльності, дозволяють повною мірою розкрити їхній потенціал.

У дослідженні зазначений психологічний тип переважав серед інтернів ОНМедУ. Це свідчить про те, що практична медицина є тією сферою, у якій представники даного типу можуть реалізувати свої сильні сторони. Вони здатні встановлювати глибокий емоційний контакт із пацієнтами, уважно досліджувати їхній стан і проявляти високий рівень включеності у професійну діяльність.

Екстравертно-інтуїтивний психологічний тип особистості

Для представників екстравертно-інтуїтивного типу характерна поява ідей у формі раптових здогадок, передчуттів або інтуїтивних осяянь. Вони мають здатність помічати приховані можливості та тенденції, які залишаються непомітними для інших людей. Якщо сенсорний тип сприймає зовнішній бік явищ, то інтуїтивний прагне проникнути у їхню внутрішню сутність.

Основна психологічна складність для таких осіб полягає у тому, що будь-яка ситуація, яка втрачає перспективу розвитку, починає викликати у них відчуття обмеження та внутрішньої несвободи. Їм важко тривалий час залишатися відданими одній справі або діяльності. Щойно можливість

подальшого розвитку вичерпується, їхній інтерес згасає, і вони починають шукати нові напрями для самореалізації.

Саме тому представникам цього типу нерідко складно визначитися з майбутньою професією. Ще у шкільному віці вони можуть захоплюватися багатьма предметами одночасно, а у студентські роки — змінювати професійні інтереси, факультети або навіть заклади освіти. Проте, незважаючи на нестійкість інтересів, ці люди є надзвичайно цінними у тих сферах діяльності, де особливого значення набуває здатність бачити нові можливості, генерувати ідеї та прогнозувати перспективи розвитку.

У навчальній діяльності екстравертно-інтуїтивні студенти постійно прагнуть новизни, динаміки та активності. Через це традиційна система викладання часто здається їм одноманітною та нецікавою. Вони можуть втрачати мотивацію до навчання і прагнути знайти середовище, у якому більше свободи, руху та можливостей для самовираження. Для підтримання їхнього інтересу доцільно пропонувати різноманітні дисципліни, факультативні заняття, творчі майстерні та проєктну діяльність.

Представники цього типу зазвичай не люблять виконувати рутинні, одноманітні операції. Вони працюють у власному темпі, часто роблять перерви та надають перевагу індивідуальній діяльності. Для ефективної організації їхньої роботи викладачеві важливо створити умови, за яких ідеї таких студентів можуть бути реалізовані іншими учасниками групи до того, як сам автор втратить до них інтерес.

У сфері соціальної взаємодії екстравертно-інтуїтивні особистості демонструють виняткову здатність встановлювати корисні контакти та формувати необхідні зв'язки. Їхня комунікативна гнучкість, відкритість до нового досвіду та вміння бачити потенціал у людях роблять їх успішними у багатьох сферах суспільної діяльності.

Інтровертно-мисленнєвий психологічний тип особистості

Як відомо, інтровертне мислення значною мірою не залежить ані від безпосереднього чуттєвого досвіду, ані від загальноприйнятих соціальних

уявлень чи традиційних поглядів. Незалежно від того, чи спрямований мисленнєвий процес на конкретні факти або абстрактні поняття, його джерело знаходиться у внутрішньому світі особистості. Для інтровертно-мисленнєвих типів головним є не стільки зовнішній результат, скільки саме осмислення ідей, закономірностей та процесу мислення як такого. Їхня інтелектуальна діяльність характеризується послідовністю, логічністю та аналітичністю. Особливо виразно в них проявляється здатність до прихованого, глибинного аналізу.

Представники цього психологічного типу зазвичай виявляють інтерес до точних наук, а найбільшу цінність надають математиці. Саме інтровертно-мисленнєвий тип найчастіше зустрічався у третій вибірці дослідження — серед студентів-менеджерів та економістів. Вони настільки захоплюються інтелектуальною діяльністю, що нерідко жертвують відпочинком, розвагами та міжособистісним спілкуванням. Їхні ідеї часто є складними, нестандартними й надзвичайно глибокими, через що оточенню буває важко зрозуміти їхні міркування. Для такого типу особистості характерна схильність до побудови нових концепцій, постановки запитань і формування оригінальних теорій, а мотивація до пізнання завжди має внутрішнє походження.

Студенти інтровертно-мисленнєвого типу нерідко справляють враження людей із високим рівнем інтелектуального розвитку, який перевищує їхній вік. Вони здатні самотійно поглиблювати знання, постійно вдосконалювати власний інтелектуальний потенціал та шукати нові способи розв'язання завдань. Такі студенти схильні створювати нестандартні проєкти, пропонувати оригінальні методи діяльності та експериментувати з різними підходами до виконання роботи.

Найкраще вони реагують на логічно вибудований, аргументований діалог, а також на структурований навчальний матеріал, викладений послідовно й систематизовано. Представники цього типу добре адаптовані до вивчення наук, техніки, технологій та всіх сфер діяльності, де важливими є

аналіз, класифікація й систематизація інформації. Ще з раннього дитинства вони демонструють виражену інтелектуальну допитливість, прагнуть зрозуміти походження ідей, механізми формування теорій і способи впорядкування хаотичних фактів у логічні системи. Їх цікавлять суперечності, недоведені положення та питання, на які ще не знайдено відповіді.

Такі особистості постійно накопичують правила, принципи та закономірності, прагнучи впорядкувати навколишній світ. Через ранній інтерес до точних наук учителі нерідко покладають на них завдання, які перевищують їхні вікові можливості. Тому одним із важливих завдань викладачів і батьків є підтримка потреби інтровертно-мисленнєвих студентів у пізнанні та інтелектуальному розвитку. Водночас у роботі з ними необхідно приділяти увагу розвитку комунікативних навичок, соціальної активності та міжособистісної взаємодії.

Окремої уваги заслуговують викладачі, які належать до інтровертно-мисленнєвого типу. Як правило, вони не завжди є блискучими педагогами у традиційному розумінні, оскільки більше зосереджуються на самому навчальному матеріалі, ніж на особливостях його подачі. Їм буває складно усвідомити, що інформація, яка є очевидною для них, може бути незрозумілою для студентів. Сам процес викладання починає їх по-справжньому захоплювати лише тоді, коли він набуває характеру інтелектуальної чи теоретичної проблеми. Саме тому такі викладачі особливо успішні у сфері точних наук, економіки та бізнесу, де вони прагнуть досягти високого рівня професійної майстерності.

Інтровертно-чуттєвий психологічний тип особистості

Інтровертно-чуттєвий тип особистості є одним із найбільш складних для розуміння, оскільки його внутрішній світ майже не проявляється зовні. Основою життя таких людей є система внутрішніх цінностей, яка визначає їхні вчинки, ставлення до інших та оцінку навколишньої реальності. Саме через ціннісні орієнтації проявляється їхня особистість. Вони здатні непомітно, але

дуже глибоко впливати на оточення, транслуючи високі моральні стандарти та етичні принципи.

Ще з дитячих років представники цього типу не прагнуть привертати до себе увагу або демонструвати власні досягнення. Для них характерна певна загадковість, внутрішня незалежність та самодостатність. Вони зазвичай спокійні, стримані, делікатні й навіть сором'язливі у поведінці.

У навчальній діяльності інтровертно-чуттєві студенти перебувають у постійному пошуку власного покликання та особистісного сенсу. Найчастіше вони надають перевагу гуманітарним дисциплінам, а не абстрактним чи технічним наукам. Такі студенти здатні успішно сприймати нові ідеї та інформацію, ефективно працювати як індивідуально, так і в колективі. Вони уважно аналізують складні життєві ситуації, хоча рутинна, одноманітна діяльність швидко викликає у них втому та втрату інтересу.

Представники цього психологічного типу можуть допускати помилки у деталях чи фактах, однак зазвичай правильно оцінюють загальну сутність ситуації. Для них навчання є не лише обов'язком, а й привабливим процесом саморозвитку. Особливо вираженими є їхні здібності у сфері вивчення мов, мистецтва та творчої діяльності. Найбільш сприятливими умовами навчання для таких студентів є робота у невеликих групах, де викладач має можливість реалізувати індивідуальний підхід та врахувати особистісні особливості кожного здобувача освіти.

Інтровертно-сенсорний психологічний тип особистості

Інтровертно-сенсорний тип особистості орієнтується насамперед на безпосереднє сприйняття того, що реально існує та відбувається у конкретний момент часу. Їхнє сприйняття можна порівняти з надзвичайно чутливою фотоплівкою, яка фіксує навіть найдрібніші деталі та найменші зміни навколишньої дійсності. Для таких людей характерна підвищена чутливість до об'єктів, явищ та емоційних відтінків ситуацій. Конкретність сприйняття та увага до деталей пронизують усі сфери їхнього життя.

У навчальному процесі представники цього типу нерідко стикаються з труднощами самовираження, що може зумовлювати їхню пасивність. Вони не завжди мають виражені академічні інтереси чи улюблені навчальні дисципліни. Сам процес навчання рідко стає для них самостійною цінністю; знання вони сприймають передусім як засіб практичного використання у реальному житті.

Такі студенти зазвичай не прагнуть до діяльності у сфері науки чи технічної інженерії. Натомість вони тяжіють до мистецтва, поезії, медицини та інших галузей, де важливими є емоційність, образність і безпосереднє переживання досвіду. Методи механічного заучування та традиційні підходи до навчання, характерні для вищої школи, часто є для них чужими та малоефективними.

Представники інтровертно-сенсорного типу прагнуть до досконалості у творчій діяльності. Якщо їхні художні здібності залишаються нерозвиненими, вони можуть здаватися малозрозумілими для оточення. Саме тому одним із головних завдань викладача є виявлення прихованих талантів та потенційних здібностей таких студентів. Для цього типу особистості характерні глибокі інсайти та символічне осмислення реальності.

Їхнім життєвим принципом є орієнтація на «тут і тепер». Саме через це їм буває складно опановувати точні дисципліни, які потребують абстрактного мислення та уявного моделювання. Процеси фантазування та оперування теоретичними конструкціями нерідко викликають у них значні труднощі.

Інтровертно-інтуїтивний психологічний тип особистості

Інтровертна інтуїція переважно спрямована на внутрішній, несвідомий світ особистості. Представники інтровертно-інтуїтивного типу здатні помічати приховані аспекти реальності, ніби зазираючи «за лаштунки» подій. Їх захоплюють внутрішні образи, символи та переживання, які формують їхнє світосприйняття.

Такі люди мають надзвичайно розвинену здатність передбачати майбутні можливості та відчувати тенденції, які ще не проявилися у реальному

житті. Вони добре орієнтуються навіть у складних життєвих ситуаціях і відзначаються проникливістю в оцінці подій минулого та сучасності. Крім того, їм властива виражена здатність до прогнозування майбутнього. Для інтровертно-інтуїтивних особистостей практично кожна подія має прихований сенс або символічне значення. Вони тонко відчують мотиви поведінки інших людей і часто інтуїтивно розуміють те, що залишається непомітним для більшості.

Представники цього типу володіють багатою уявою та творчим мисленням. Їх значно більше цікавлять потенційні можливості й перспективи, ніж наявна реальність. Вони постійно орієнтовані на пошук нового, невідомого та ще не реалізованого. У професійному самовизначенні такі люди можуть тривалий час перебувати у пошуку власного шляху, хоча найбільший інтерес у них зазвичай викликають психологія, педагогіка, література та поезія.

У навчальній діяльності інтровертно-інтуїтивним студентам складно зосередитися на одній дисципліні або конкретному предметі, оскільки їхня увага постійно переключається на нові ідеї та фантазії. Реальність часто поступається місцем внутрішнім образам та уявним конструкціям. Через це вони можуть демонструвати надмірну безтурботність у навчанні, нехтувати деталями та не приділяти достатньої уваги практичним аспектам діяльності.

Такі студенти не сприймають одноманітних способів виконання роботи й постійно прагнуть створювати власні методи діяльності, нестандартні проекти та оригінальні підходи. Вони негативно ставляться до традиційної системи освіти, яка обмежує свободу творчості та індивідуального самовираження.

Якщо представники інтровертно-інтуїтивного типу обирають педагогічну діяльність, то часто демонструють високий рівень викладацької майстерності. Вони використовують нетрадиційні методи навчання, здатні зацікавити студентів, зробити освітній процес творчим, емоційно насиченим і привабливим.

3.3. Діагностика типу особистості за К. Г. Юнгом на початковому етапі аналітично орієнтованого психологічного консультування

Запропоновану методику ЮТО доцільно використовувати вже на початковому етапі аналітично орієнтованого психологічного консультування — ще до проведення первинної бесіди з клієнтом. Практичний досвід показує, що процес відповідей на запитання опитувальника допомагає людині частково позбутися внутрішньої напруги, скутості та хвилювання, які досить часто супроводжують першу зустріч із психологом. Виконання тестових завдань сприяє поступовому включенню клієнта у консультативний процес, створює більш спокійну атмосферу та полегшує встановлення психологічного контакту між консультантом і клієнтом.

Важливо зазначити, що відповіді, які клієнт надає на початку консультації, зазвичай є найбільш щирими, безпосередніми та точними. Це можна пояснити тим, що людина ще не встигла адаптувати власні висловлювання до очікувань психолога, не аналізує попередньо сказане та не перебуває під впливом роздумів щодо змісту консультативної взаємодії. Таким чином, отримані результати дозволяють більш об'єктивно оцінити особистісні особливості клієнта.

Методика ЮТО забезпечує можливість у відносно короткий термін — приблизно протягом двадцяти хвилин — визначити функціонально-психологічний тип особистості. Дані, отримані внаслідок діагностики, у поєднанні з матеріалами первинної бесіди, під час якої збирається психологічний анамнез клієнта, створюють підґрунтя для формування цілісного уявлення про специфіку його внутрішніх конфліктів, психологічних труднощів та потенційних шляхів їх подальшого розв'язання.

На початковому етапі аналітично орієнтованого консультування, що слідує за первинною бесідою, між аналітиком і клієнтом можуть виникати певні труднощі, зумовлені особливостями їхніх психологічних типів. Найчастіше такі складнощі пов'язані зі специфікою прояву типологічних

властивостей як консультанта, так і клієнта. Особливо помітними ці проблеми стають у практиці молодих юнгіанських аналітиків, які ще не мають достатнього досвіду професійної саморефлексії.

Як зазначав Х. Дікманн, на початку професійної діяльності аналітик часто виявляє підвищену емоційну чутливість до тих особистісних компонентів пацієнта, які співвідносяться із власною психологічною структурою спеціаліста. Це явище пов'язане з феноменом контрпереносу, коли внутрішні переживання, установки та несвідомі реакції психолога впливають на процес консультативної взаємодії. Саме тому визначення власного психологічного типу за допомогою методики ЮТО є важливим не лише для клієнта, а й для самого консультанта. Усвідомлення власних типологічних особливостей дозволяє психологу більш об'єктивно оцінювати перебіг консультативного процесу та за необхідності коригувати стратегію професійної взаємодії [цит. за 80].

У юнгіанській традиції поширеною є точка зору, відповідно до якої психотерапевт має прагнути до розвитку всіх чотирьох ектопсихічних функцій, а також обох психологічних установок — екстраверсії та інтроверсії. Вважається, що лише за таких умов фахівець буде здатний ефективно сприяти процесу диференціації психічних функцій у клієнта. Однак, з урахуванням концепції К. Г. Юнга про вроджений характер типологічних властивостей особистості, дедалі більше сучасних послідовників аналітичної психології висловлюють думку про те, що найбільш продуктивною є взаємодія між аналітиком і клієнтом, які належать до протилежних психологічних типів.

Сутність цієї позиції полягає у тому, що саме типологічна протилежність створює оптимальні умови для розвитку недостатньо диференційованих психічних функцій клієнта. Х. Дікманн підкреслював, що найбільш сприятлива та продуктивна аналітична ситуація виникає саме у взаємодії між протилежними типами особистості. Така взаємодія сприяє глибшому усвідомленню несвідомих аспектів психіки та стимулює процес особистісного розвитку.

Психічний розвиток значної частини людей досить добре описується у межах юнгіанської типології, тому їхній функціонально-психологічний тип можна визначити без особливих труднощів. Проте існують клієнти, діагностика психологічного типу яких є значно складнішою. Найчастіше це пов'язано з формуванням так званих «деформованих» або «викривлених» психологічних типів.

Подібні ситуації виникають тоді, коли людина від природи має схильність до розвитку певної психічної функції, однак під впливом сімейного виховання чи соціального середовища змушена розвивати іншу, менш властиву їй функцію. Наприклад, дитина, яка від народження належить до чуттєвого типу особистості, але виховується у родині з вираженою орієнтацією на інтелектуальні досягнення, може постійно зазнавати тиску з боку батьків, які прагнуть сформувати у неї мисленнєвий стиль функціонування. У такому випадку природні чуттєві схильності дитини залишаються пригніченими або навіть заперечуються.

Як правило, така особистість не здатна повною мірою стати представником мисленнєвого типу, а її провідна функція поступово витісняється. У результаті виникають два взаємопов'язані процеси: природна домінуюча функція послаблюється, тоді як підпорядкована функція починає займати провідне місце у психічному житті. Це часто супроводжується появою невротичних проявів і зниженням адаптивних можливостей особистості.

У процесі психотерапевтичної роботи, шляхом глибокого аналізу та диференціації провідної психічної функції, клієнтові можна допомогти повернутися до його природного психологічного типу. Завдяки тому, що початкові схильності особистості залишаються збереженими на глибинному рівні психіки, процес розвитку автентичної функції може відбуватися досить швидко та ефективно.

Опитувальник ЮТО також дає змогу діагностувати змішані психологічні типи, у яких провідна та допоміжна функції розвинені приблизно однаковою мірою. Відповідно до концепції К. Г. Юнга, змішаний тип

особистості має як позитивні, так і негативні сторони. Основним недоліком є те, що природна провідна функція не досягає максимального рівня розвитку, оскільки особистість занадто рано починає активно використовувати допоміжну функцію. Разом із тим це сприяє більш ранньому розвитку тих психічних можливостей, які зазвичай актуалізуються лише на пізніших етапах життєвого шляху.

У процесі психотерапії важливим завданням є диференціація домінуючої функції, чітке відокремлення допоміжної функції та поступова інтеграція останньої у свідомість клієнта. Такий підхід забезпечує гармонізацію внутрішньої структури особистості та підвищує рівень її психологічної адаптації [15].

Особливе значення в аналітичному процесі має зустріч клієнта із власною Тінню. На цьому етапі дуже часто виникає психологічний опір, оскільки людині важко прийняти негативні, небажані або витіснені сторони своєї особистості як частину власного «Я». Тому одним із головних завдань психолога є допомога клієнтові у відкритому та сміливому усвідомленні тих аспектів психіки, які раніше заперечувалися або витіснялися.

Досить часто процес усвідомлення Тіні супроводжується одночасним розумінням людиною власного функціонально-психологічного типу та загальної психологічної установки. Саме на цьому етапі консультативної роботи психолог може ознайомити клієнта з результатами проведеного типологічного тестування, що сприяє глибшому саморозумінню та особистісному розвитку.

Недиференційована психічна функція, а також установка, яка не отримала достатнього розвитку, утворюють так звану «тіньову» сторону особистості. Саме ці аспекти психіки людина схильна заперечувати, витісняти або пригнічувати через їхню невідповідність свідомим моральним, етичним чи соціальним принципам. Особистість відмовляється визнавати певні прояви власної психіки, оскільки вони суперечать її уявленню про себе або не

узгоджуються з домінуючими цінностями. У результаті цього психічний зміст, який не інтегрується у свідомість, переходить у сферу Тіні [17].

Поки провідна функція залишається єдиною достатньо диференційованою структурою психіки, саме через неї суб'єкт сприймає як зовнішню дійсність, так і власний внутрішній світ. Інші три функції залишаються частково або повністю несвідомими та належать до сфери Тіні. Вони можуть проявлятися у непрямих формах: через емоційні реакції, фантазії, сновидіння, неусвідомлені імпульси чи поведінкові суперечності.

У процесі вибору форми активної уяви особливого значення набуває визначення психологічного типу особистості. Аналітику важливо розуміти, яким чином провідна та підпорядкована функції проявлятимуть себе у творчій діяльності, фантазії чи символічному самовираженні. Наприклад, представник екстравертно-інтуїтивного типу часто відчуває потребу матеріалізувати результати активної уяви, надаючи їм конкретної форми — створюючи образи з глини, каменю чи інших матеріалів. Таким способом внутрішній психічний зміст стає для нього видимим та відчутним.

Особи сенсорного типу можуть виражати власний несвідомий матеріал через створення фантастичних або навіть абсурдних історій, у яких, попри зовнішню хаотичність, містяться інтуїтивні прозріння та приховані смисли. Представники мисленнєвого типу, інтегруючи власну підпорядковану функцію почуття, нерідко виявляють її у художній творчості, зокрема у створенні яскравих, емоційно насичених образів і картин.

Таким чином, на початкових етапах аналітично орієнтованого психологічного консультування методика ЮТО може бути ефективно використана для досягнення низки важливих завдань:

1. оперативного та достатньо точного визначення психологічного типу особистості;
2. виявлення змішаних психологічних типів;
3. сприяння швидшому встановленню рапорту та довірливого контакту між психологом і клієнтом;

4. формування більш цілісного уявлення про психологічну природу проблем клієнта, зокрема про наявність деформованого типу особистості, а також визначення можливих шляхів подальшої психотерапевтичної роботи;
5. вибору найбільш адекватної форми активної уяви, яка сприятиме диференціації психічних функцій та установок, що перебувають у несвідомій сфері.

3.4. Базові положення юнгіанської психотерапії у контексті виявлення проблем та резервів особистісного розвитку

Юнгіанський аналіз, або аналітична психотерапія, являє собою тривалий і динамічний процес взаємодії між аналітиком та клієнтом. Основою такого підходу є глибокі діалектичні взаємини, спрямовані на дослідження несвідомої сфери психіки людини. Головна мета цієї взаємодії полягає у вивченні змістів і процесів несвідомого задля полегшення психічного стану особистості, коли її внутрішній конфлікт починає перешкоджати нормальному функціонуванню свідомого життя.

Юнгіанський психотерапевтичний процес розглядається як взаємодія двох психічних систем, які постійно впливають одна на одну та реагують у процесі спілкування. У межах такого підходу психотерапевт виступає не лише фахівцем, який застосовує певні методики, а насамперед активним учасником спільної психотерапевтичної роботи. Його завдання полягає у сприянні особистісному розвитку клієнта, його психічному дозріванню та розкриттю внутрішнього потенціалу [17]

Саме тому юнгіанський аналіз ґрунтується на рівноправному діалозі між двома особистостями — аналітиком і клієнтом. Кожен із них бере участь у психотерапевтичному процесі як цілісна психічна система. К. Г. Юнг підкреслював, що людина є складною психічною структурою, яка у процесі взаємодії вступає у контакт з іншою психічною системою. На більш глибоких

етапах психотерапії ця взаємодія набуває діалектичного характеру, оскільки індивідуальні особливості кожного учасника значною мірою визначають перебіг консультативного процесу.

У зв'язку з цим психотерапевт повинен дотримуватися діалектичного принципу взаємодії, що передбачає відмову від жорстких схем, готових інтерпретацій і надмірного захоплення техніками. Чим глибше аналітик занурюється у дослідження психіки, тим виразніше усвідомлює необхідність використання різних підходів і методів, які відповідатимуть індивідуальним особливостям клієнта [76].

Одним із центральних положень юнгіанської психотерапії є твердження про те, що основним інструментом психотерапевтичного впливу залишається особистість самого аналітика. Саме тому необхідною умовою професійної діяльності психотерапевта є проходження власного особистісного аналізу. Такий аналіз сприяє досягненню більш високого рівня психологічної зрілості та самопізнання. Водночас фундаментальним правилом діалектичної взаємодії є визнання права клієнта на власний унікальний шлях розвитку, який має таку ж цінність, як і особистість самого аналітика.

Оскільки метою юнгіанської психотерапії є сприяння особистісному розвитку та реалізації внутрішнього потенціалу людини, психотерапевт може підтримувати терапевтичні зміни клієнта лише у тих випадках, коли вони не потребують надмірного руйнування його психічної цілісності. Якщо ж зміни неможливі шляхом прямого терапевтичного впливу, аналітик звертається до діалектичного процесу, залишаючи відкритим індивідуальний шлях зцілення. У такому випадку процес психотерапії фактично збігається з процесом індивідуації, тобто поступового становлення людини тією особистістю, якою вона є у своїй справжній сутності [12].

В аналітичній психології психотерапевтична робота ґрунтується на поступовому переході символічних змістів несвідомого у сферу свідомого життя. Результатом цього процесу стає нова форма психічного існування, яка більшою мірою відповідає справжній природі особистості та сприяє її

внутрішньому оздоровленню. У ході психотерапії активізуються архетипові та колективні змісти психіки клієнта. Оскільки психічний розлад часто виникає внаслідок невідповідності між свідомими установками та прагненнями несвідомого, терапевтичний процес спрямований на інтеграцію витіснених або неусвідомлених змістів у структуру свідомості [29].

Одним із найефективніших способів дослідження несвідомого в юнгіанському аналізі є інтерпретація символів, насамперед символів сновидінь. Мова сновидінь має архаїчний, символічний і дологічний характер. Символ у концепції К. Г. Юнга є не просто знаком чи образом, а носієм додаткового, прихованого значення, яке виходить за межі його буквального змісту. Символ завжди містить у собі щось невідоме, не до кінця усвідомлене або приховане від свідомості [36].

Юнг розглядав символ як форму трансформації психічної енергії. На його думку, символічний образ здатний надавати психічній енергії новий напрям і нову форму вираження. Саме тому образи, що виникають у сновидіннях, є проявом і водночас носієм внутрішньої психічної енергії людини.

Юнгіанський метод дає можливість психотерапевту не лише зрозуміти значення символів для конкретного клієнта, а й використовувати їх як важливий чинник розвитку свідомості та особистісного зростання. Терапевтична робота в аналітичній психології, з одного боку, спрямована на усвідомлення несвідомих змістів, а з іншого — на їх інтеграцію у цілісну структуру особистості.

Розповіді клієнтів про власні сновидіння, які виникають у процесі аналітично орієнтованого консультування, дають змогу наочно продемонструвати специфіку юнгіанської інтерпретації символів.

Наталія В., 21 рік, описала сновидіння, які повторювалися протягом останнього місяця та особливо запам'яталися їй у найдрібніших деталях, хоча зазвичай вона швидко забуває сни.

Сновидіння 1

У сновидінні вона працює покоївкою у чоловіка, який асоціюється з працівником спецслужб. Незважаючи на свій статус, він проживає у готелі. Вранці дівчина приносить йому сніданок, що складається із сирого м'яса, молока або кави з молоком та сиру. У момент, коли вона накриває стіл у сусідній кімнаті, її охоплює тривога через неприродність такої їжі. Згодом інша працівниця повідомляє їй, що чоловік харчується м'ясом молодих дівчат, і що сама сновидиця також має стати його жертвою. Після цього виникає паніка, збираються працівники готелю та міліція. Чоловіка затримують, хоча він намагається втекти. Наприкінці сну він говорить, що хотів «поласувати» нею, але йому це не вдалося.

Сновидіння 2

У другому сновидінні дівчина перебуває у Києві. Вона їде трамваєм надзвичайно довго, настільки, що сама дорога починає виснажувати її навіть уві сні. Наприкінці маршруту вона виходить на кінцевій зупинці разом із великою кількістю людей. Натовп прямує в один бік, а вона, незважаючи на застереження інших, обирає протилежний напрямок. Згодом перед нею постає заповідник, який нагадує Біловезьку пущу. Спочатку її захоплює краса природи: зелень, квіти, численні папути. Проте згодом відчуття захоплення змінюється страхом, коли вона бачить тигрів, пантер і левів, які вільно пересуваються територією. Сховавшись за деревом, дівчина усвідомлює небезпеку та тікає із заповідника.

Сновидіння 3

У сновидінні клієнтка перебуває в автомобілі типу «бобик», однак сидить спиною до напрямку руху. У салоні знаходяться ще кілька людей, але вона майже не звертає на них уваги, зосереджуючись лише на собі та власних переживаннях. Дівчина сидить біля дверей, а автомобіль рухається з дуже великою швидкістю. Крізь заднє скло вона помічає двох чоловіків, які прямують у тому самому напрямку, що й машина. Попри швидкий рух транспорту, ці чоловіки не відстають, а постійно залишаються поруч. Згодом дверцята біля неї починають відчинятися. Вона кілька разів намагається їх

зачинити, щоб не випасти з автомобіля, проте двері знову й знову прочиняються.

Усі розглянуті сновидіння об'єднують елемент непередбачуваності та внутрішньої тривоги, що зумовлено їх символічною природою. Символи завжди мають багатозначний характер і відкривають такі напрями розуміння психіки, які неможливо досягнути виключно раціональним шляхом. У перших двох сновидіннях простежується глибока внутрішня проблема клієнтки, пов'язана з її ставленням до чоловіків. Вона відчуває страх, недовіру та психологічну напругу у взаємодії з протилежною статтю.

У першому сновидінні дівчина звертається по допомогу до всього персоналу готелю, що символічно відображає її реальну поведінку: у складних ситуаціях вона прагне шукати підтримки у близьких людей — матері або подруги. У ході аналітичної роботи внутрішній світ Наталії поступово інтегрував витіснені несвідомі змісти, що призвело до трансформації її самооцінки та образу власного «Я». Клієнтка почала усвідомлювати наявність у собі негативних, тіньових рис, які суттєво ускладнювали її взаємини з чоловіками. Прояв Анімуса у першому сновидінні набуває загрозливого й навіть руйнівного характеру, що свідчить про внутрішній конфлікт між свідомими установками та несвідомими психічними змістами.

Друге сновидіння є більш насиченим символічними образами. Трамвай у цьому контексті символізує рух людини вперед у часі, тобто спосіб проживання нею власного психічного життя. Поїздка громадським транспортом свідчить про схильність клієнтки будувати свою поведінку відповідно до соціальних норм, правил та очікувань оточення. Проте у певний момент сновидіння її поведінка змінюється: вона відокремлюється від натовпу та йде в іншому напрямку, намагаючись діяти не так, як усі.

Це сновидіння також символічно відображає страх перед новим етапом процесу індивідуації, а саме — перед інтеграцією Анімуса. Довга та виснажлива дорога, поїздка трамваем, образ заповідника, велика кількість зелені, квітів та екзотичних птахів є типовими символами внутрішнього

психічного розвитку та трансформації особистості. Психолог пояснює клієнтці, що процес індивідуації неможливий без зустрічі з Анімусом, хоча така зустріч часто супроводжується сильним страхом та внутрішнім опором.

Тигри, леви й пантери у сновидінні символізують могутні та небезпечні аспекти Анімуса. Втеча дівчини із заповідника свідчить про прагнення уникнути цього складного етапу психічного розвитку. Проте саме інтеграція змістів Анімуса має сприяти гармонізації її стосунків із чоловіками та подоланню внутрішніх конфліктів.

Третє сновидіння також пов'язане із життєвими труднощами клієнтки, але вже у сфері навчальної діяльності. На момент звернення Наталія була студенткою четвертого курсу університету та переживала серйозні труднощі під час написання курсової роботи, хоча загалом навчалася успішно. Автомобіль у сновидінні символізує процес життєвого руху, пошуку та змін. Чоловіки, які постійно залишаються поруч із машиною, попри її високу швидкість, можуть символізувати проблеми, від яких клієнтка намагається втекти, але які продовжують її переслідувати.

У реальності ці труднощі були пов'язані з конкретними недоліками у курсовій роботі: проблемами зі складанням карти та описом рельєфу певної місцевості. Символіка дверей автомобіля, які постійно відчиняються, вказує на нестійкість ситуації та небезпеку втрати контролю. Сон фактично сигналізує про необхідність усунути прогалини у знаннях і завершити навчальний матеріал, оскільки уникнення проблем не призведе до їх зникнення. Рано чи пізно вони можуть проявитися у більш серйозній ситуації, наприклад під час захисту дипломної роботи.

Отже, аналіз наведеної серії сновидінь дозволяє зробити кілька важливих висновків:

1. Більшість образів сновидінь мають глибокий суб'єктивний зміст, який розкривається через багатозначність та різноманіття символічних образів.

2. Зміна символічних образів у сновидіннях безпосередньо пов'язана зі змінами психологічної ситуації особистості та окремих аспектів її внутрішнього життя.

Висновки до третього розділу

На основі проведеного теоретичного та емпіричного дослідження можна сформулювати такі висновки. У всіх трьох вибірках досліджуваних були виявлені всі вісім функціонально-психологічних типів особистості, описаних К. Г. Юнгом. Методика ЮТО дозволяє визначати не лише провідні, а й допоміжні психологічні функції особистості.

Урахування типологічних особливостей досліджуваних створює можливість для формування індивідуального підходу в навчанні, а також для розроблення практичних рекомендацій щодо професійної орієнтації особистості.

Здійснено аналіз можливостей застосування типологічного підходу К. Г. Юнга в аналітично орієнтованому психологічному консультуванні, а також розглянуто особливості юнгіанської психотерапії у контексті виявлення проблем і резервів особистісного розвитку клієнта.

Встановлено, що діагностика функціонально-психологічного типу особистості є важливим елементом початкового етапу психологічного консультування. Використання методики ЮТО дає змогу достатньо швидко та точно визначити провідні психологічні функції, тип установки, а також виявити змішані та викривлені типи особистості. Поєднання результатів типологічної діагностики з даними первинної бесіди сприяє глибшому розумінню психологічної специфіки клієнта, особливостей його внутрішніх конфліктів і можливих шляхів їх подолання.

З'ясовано, що знання психологічного типу клієнта дозволяє психологу більш ефективно будувати консультативний процес, обирати адекватні форми взаємодії, прогнозувати можливі труднощі у встановленні контакту та

враховувати прояви переносу і контрпереносу. Особливого значення це набуває у роботі аналітика-початківця, який може несвідомо реагувати на ті риси клієнта, що пов'язані з його власною типологічною структурою.

У ході дослідження було показано, що юнгіанська психотерапія ґрунтується на принципі діалогічної взаємодії між аналітиком і клієнтом. У цьому процесі психотерапевт виступає не лише як фахівець, який застосовує певні методики, а й як активний учасник спільного психічного розвитку. Центральною метою аналітичної психотерапії є сприяння процесу індивідуації, тобто поступового становлення внутрішньої цілісності особистості та наближення до Самості.

Доведено, що важливе місце в юнгіанському аналізі посідає інтерпретація символічного матеріалу несвідомого, насамперед сновидінь. Символи сновидінь відображають внутрішню динаміку психіки, конфлікти, страхи, витіснені переживання та потенційні можливості розвитку особистості. Аналіз сновидінь дозволяє клієнту усвідомити зміст несвідомих процесів, інтегрувати тіньові аспекти психіки, а також налагодити взаємодію між свідомими й несвідомими компонентами особистості.

Було встановлено, що архетипічні образи Аніми та Анімуса відіграють важливу роль у процесі психічного розвитку. Їх інтеграція сприяє досягненню внутрішньої рівноваги, гармонізації психічного життя та формуванню більш зрілої структури особистості. Водночас уникнення зустрічі з тіньовими аспектами психіки може ускладнювати процес індивідуації та провокувати внутрішні конфлікти.

Підтверджено, що процес індивідуації є складним, тривалим і багатоетапним явищем, яке вимагає активної участі самої особистості. Його успішне проходження пов'язане з усвідомленням власних несвідомих тенденцій, розвитком недостатньо диференційованих функцій та інтеграцією протилежностей психіки.

Аналіз практичних прикладів консультативної роботи засвідчив, що юнгіанський підхід дозволяє ефективно виявляти глибинні причини

особистісних труднощів клієнтів, сприяє розширенню самосвідомості, зниженню рівня внутрішньої напруги та підвищенню психологічної адаптації. Результати дослідження також підтвердили ефективність аналітично орієнтованого консультування на початкових етапах психотерапевтичної роботи, що проявляється у зменшенні тривожності, підвищенні впевненості у собі та покращенні загального психоемоційного стану клієнтів.

Отже, юнгіанська типологія та методи аналітичної психології мають значний теоретичний і практичний потенціал у сфері психологічного консультування, оскільки дозволяють глибоко досліджувати структуру особистості, виявляти приховані резерви психічного розвитку та сприяти гармонізації внутрішнього світу людини.

ВИСНОВКИ

У кваліфікаційній роботі здійснено комплексний теоретичний та практичний аналіз проблеми використання типологічного підходу К. Г. Юнга в аналітично орієнтованому психологічному консультуванні. Проведене дослідження дозволило поглибити розуміння психологічної типології особистості, особливостей функціонування свідомих і несвідомих структур психіки, а також можливостей їх практичного застосування у психотерапевтичній діяльності.

У результаті аналізу наукової літератури встановлено, що аналітична психологія К. Г. Юнга є одним із найбільш цілісних і глибоких напрямів психологічної науки, у межах якого особистість розглядається як складна багаторівнева система взаємодії свідомого та несвідомого. Визначено, що центральне місце у юнгіанській концепції посідають такі поняття, як архетип, колективне несвідоме, Самість, Тінь, Аніма та Анімус, а також процес індивідуації, який виступає основним механізмом психічного розвитку особистості.

З'ясовано, що типологічна теорія К. Г. Юнга базується на взаємодії двох психологічних установок — екстраверсії та інтроверсії — і чотирьох основних психічних функцій: мислення, почуття, відчуття та інтуїції. Поєднання цих характеристик формує функціонально-психологічні типи особистості, кожен з яких має специфічні особливості сприйняття реальності, мислення, емоційного реагування та поведінки.

У ході дослідження було охарактеризовано основні психологічні типи особистості за К. Г. Юнгом, проаналізовано їх особливості у навчальній, професійній та міжособистісній сферах. Встановлено, що представники різних типів мають відмінні способи засвоєння інформації, різний рівень адаптації до освітнього середовища, а також специфічні труднощі у процесі соціальної взаємодії. Це свідчить про необхідність урахування типологічних

особливостей у психологічному консультуванні, навчанні та професійному відборі.

Емпірична частина роботи підтвердила ефективність використання методики ЮТО для діагностики функціонально-психологічного типу особистості. Доведено, що запропонована методика дозволяє достатньо швидко й точно визначати провідні та допоміжні функції психіки, виявляти змішані й викривлені психологічні типи, а також встановлювати специфіку психологічної установки клієнта. Отримані результати можуть бути використані у психологічному консультуванні, психотерапії, професійній орієнтації та освітній практиці.

Встановлено, що знання типологічних особливостей клієнта суттєво підвищує ефективність психологічного консультування. Типологічна діагностика дозволяє психологу краще зрозуміти внутрішню структуру особистості, прогнозувати особливості поведінки клієнта, визначати джерела внутрішніх конфліктів та обирати найбільш адекватні методи психотерапевтичної взаємодії.

Особливу увагу в роботі приділено юнгіанському аналізу сновидінь як одному з основних способів дослідження несвідомого. Доведено, що символічні образи сновидінь відображають глибинні переживання, внутрішні конфлікти та приховані тенденції психічного розвитку особистості. Аналіз символів дозволяє інтегрувати витіснені аспекти психіки, усвідомити тіньові сторони особистості та сприяє гармонізації взаємодії між свідомим і несвідомим.

У роботі також встановлено, що процес індивідуації є центральним механізмом особистісного розвитку в аналітичній психології. Він передбачає поступове усвідомлення та інтеграцію несвідомих аспектів психіки, розвиток недостатньо диференційованих функцій і досягнення внутрішньої цілісності. Процес індивідуації супроводжується активізацією архетипічних образів, зокрема Тіні, Аніми, Анімуса та Самості, інтеграція яких сприяє психологічному дозріванню особистості.

Доведено, що ефективність юнгіанської психотерапії значною мірою залежить від особистості самого аналітика, його здатності до саморефлексії, усвідомлення власних несвідомих тенденцій та гнучкого використання різних психологічних функцій у процесі взаємодії з клієнтом. Особливого значення набувають явища переносу та контрпереносу, які можуть виступати важливим джерелом інформації про внутрішній світ клієнта.

Результати дослідження підтвердили, що психоаналітично орієнтоване психологічне консультування сприяє зниженню рівня тривожності, підвищенню впевненості у собі, покращенню психоемоційного стану та розвитку саморозуміння клієнтів. Використання юнгіанського підходу дозволяє не лише виявляти психологічні проблеми, а й активізувати внутрішні ресурси особистості, спрямовані на саморозвиток і досягнення внутрішньої гармонії.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абрамов В. В. Основи психотерапії : навчальний посібник. — Київ : Академвидав, 2021. — 320 с.
2. Александров А. А. Психотерапія : підручник для студентів закладів вищої освіти. — Київ : Медицина, 2019. — 512 с.
3. Ахмедов Т. І. Психотерапія: підручник. — Харків : Основа, 2022. 367 с.
4. Ахмедов Т. І. Практична психотерапія. — Харків : Фоліо, 2025. 250 с.
5. Бaley С. З психології творчості Шевченка. — Львів, 1926.
6. Бaley С. Нарис психології. — Львів : Накладом НТШ, 2020.
7. Бaley С. Психологія особистості та психоаналіз : вибрані праці. — Львів : ЛНУ ім. І. Франка, 2022.
8. Бех І.Д. Від волі до особистості. — К.: Україна-Віта, 2021. — 202 с.
9. Бринза І.В. Особливості переживання професійної кризи у осіб з різним типом емоційності: Автореф. дис. ... кандидата психол. наук. — Київ, 2021. — 16 с.
10. Бондаренко О. Ф. Психологічна допомога особистості : навчальний посібник. — Київ : Либідь, 2024. — 272 с.
11. Бондаренко О. Ф. Психологічне консультування і психотерапія : підручник. — Київ : Освіта України, 2025. — 480 с.
12. Бурлачук Л. Ф., Кочарян О. С., Жидко М. Є. Психотерапія : підручник. — Київ : Ніка-Центр, 2012.
13. Варій М. Й. Психологія особистості : навчальний посібник. — Київ : Центр учбової літератури, 2026. — 592 с.
14. Василюк Ф. Є. Психологія переживання : аналіз подолання критичних ситуацій. — Київ : Каравела, 2023. — 256 с.
15. Василюк Ф. Є. Психологія переживання. — Київ : Либідь, 2024.
16. Горностай П. П. Особистість і роль : теорія та практика психодрами. — Київ : Інтерпрес ЛТД, 2025. 230 с.

17. Горностай П. П. Консультативна психологія і психотерапія особистості. – Київ : Каравела, 2020.
18. Губенко О. В. Основи психокорекції та психотерапії : навчальний посібник. — Львів : Новий Світ-2000, 2020. — 318 с.
19. Зливков В. Л., Лукомська С. О. Психологічне консультування та психотерапія : теорія і практика. — Київ : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2019. — 354 с.
20. Карамушка Л. М. Психологічне здоров'я особистості : монографія. — Київ : Інкос, 2019. — 298 с.
21. Кочарян О. С. Основи психотерапії : навчальний посібник. — Харків : ХНУ імені В. Н. Каразіна, 2019. — 300 с.
22. Киричук О.В., Карпенко В.С. Метаморфози духу. До питання про предмет гуманітарної психології // Педагогіка і психологія. – К.: АПН України, 2022 – № 4. С. 3 – 8.
23. Кочарян О. С., Фролова Є. В. Психотерапія кризових станів : навчальний посібник. — Харків : Діса Плюс, 2021. — 276 с.
24. Кочарян О. С. Психоаналіз: історія, теорія, практика. – Харків : ХНУ ім. В. Н. Каразіна, 2020.
25. Кочарян О. С. Психологія сексуальності та психотерапія. – Харків : Основа, 2019.
26. Лящ О.П. Значення емоційного інтелекту у професійній діяльності юристів. URL: <http://dspace.wunu.edu.ua/bitstream/316497/23414/1/104-106.pdf>.
27. Макаренко Л.О. Теоретико-методологічні аспекти пізнання та формування правової культури: дис. ... докт. юрид. наук : 12.00.01 / Інститут держави і права імені В.М. Корецького НАН України. Київ, 2019. 423 с.
28. Максимова О.О. Толерантність : від епохи Відродження до сьогодення. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. Серія 11: Соціальна робота. Соціальна педагогіка. 2019. Вип. 20. С. 172–180. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu_011_2019_20_25.

29. Максименко С. Д. Психологія в соціальній та педагогічній практиці: методологія, методи, програми, процедури. К.: Наукова думка, 2022. 216 с.
30. Мамічева О. В. Теоретико-методологічні основи розвитку предметно-педагогічних здібностей викладачів вищих навчальних закладів гуманітарного профілю. Слов'янськ, 20019. 298. с.
31. Максименко С. Д. Генеза здійснення особистості : монографія. — Київ : КММ, 2026. — 240 с.
32. Максименко С. Д. Психологія особистості : підручник. — Київ : ТОВ «КММ», 2024. — 296 с.
33. Михайлов Б. В. Психотерапія психічних розладів. – Харків : Прапор, 2024.
34. Михайлов Б. В. Медична психологія та психотерапія. – Харків : Основа, 2011. 230 с.
35. Митрофанова С.С. Становлення професійної самосвідомості майбутніх психологів як освітня проблема. *Теорія і практика сучасної психології*. 2019. №3. Т.2. С. 54-59.
36. Москалець В. П. Психологія особистості : навчальний посібник. — Київ : Центр учбової літератури, 2019. — 416 с.
37. Моляко В. О. Психологічна теорія творчості. *Наукові записки Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України* / За ред. члена кореспондента АПН України Н. В. Чепелевої. К., Нора-Прінт, 2022. Випуск 22. 350 с.
38. Носенко Е.Л. “Картина світу” як інтегруючий та гуманізуючий фактор у змісті освіти. Дн-ськ: Вид-во Дніпропетр. ун-ту, 2021. 76 с.
39. Овсяннікова В.В. Взаємозв'язок ціннісних орієнтацій особистості та її соціального статусу. *Вісник Львівського університету. Філософські науки*. 2019. Вип.7. С.117-123.
40. Орищенко О. А. Диференційно-психологічний аналіз емпатії: дис. ... канд. психол. наук: спец. 19.00.01. Одеса, 2024. 202 с.
41. Папуча М. В. Внутрішній світ людини та його становлення : наукова

монографія. Ніжин: Видавець Лисенко М. М., 2011. 656 с.

42. Пасічник І. Д. Психологія поетапного формування операційних структур систематизації. Острог: Видавництво "Острозька академія", 1997. 188 с

43. Пасічник І. Д. Психологічні характеристики індивідуального мислення. *Наукові записки. Серія "Психологія і педагогіка"*. Острог: Вид-во Національного університету "Острозька академія", 2009. Випуск 13. С. 3-13.

44. Папуча М. В. Внутрішній світ людини та його становлення : наукова монографія. Ніжин: Видавець Лисенко М. М., 2021. 656 с.

45. Пасічник І. Д. Психологія поетапного формування операційних структур систематизації. Острог: Видавництво "Острозька академія", 2020. 188 с

46. Пасічник І. Д. Психологічні характеристики індивідуального мислення. *Наукові записки. Серія "Психологія і педагогіка"*. Острог: Вид-во Національного університету "Острозька академія", 2019. Випуск 13. С. 3-13.

47. Панок В. Г. Психологічна служба : навчально-методичний посібник. — Київ : Ніка-Центр, 2026. — 362 с.

48. Пов'якель Н. І. Практична психологія професійного мислення : монографія. — Київ : Професіонал, 2020. — 288 с.

49. Пезешкіан Н., Фільц О. Є. Позитивна психотерапія : теорія і практика. – Львів : Свічадо, 2020. 330 с.

50. Пілющенко В.Л., Шкрабак І.В., Словенко Е.І. Наукове дослідження: організація, методологія, інформаційне забезпечення. Київ: Лібра, 2024. 344 с.

51. Пов'якель Н.І. Професіогенез саморегуляції мислення практичного психолога: монографія. Київ: НПУ ім. М. П. Драгоманова. 2023. 295 с.

52. Рибалка В.В. Психологія розвитку творчої особистості: Навч. посібник. – К., 2021. 256 с.

53. Роменець В.А. Суб'єкт психічної активності як предмет історичної психології / Психологія суб'єктної активності особистості. – Київ: Інститут психології АПН України, 2023. – С. 81 – 82.

54. Роменець В. А. Історія психології ХХ століття. – Київ : Либідь, 2022.
55. Савчин М. В. Духовна парадигма психології : монографія. – Київ : Академвидав, 2023
56. Титаренко Т.М. Життєвий світ особистості: структурно-генетичний підхід: Автореф. дис. ... доктора психол. наук. – Київ, 2021. – 48 с.
57. Титаренко Т. М. Життєвий світ особистості : у межах і за межами буденності. – Київ : Либідь, 2023.
58. Титаренко Т. М. Сучасна психологія особистості. – Київ : Каравела, 2019. 250 с.
59. Фільц О. Є. Психотерапія посттравматичних розладів. – Львів : ЛНМУ, 2025.
60. Халецький А. Психоаналіз і проблема неврозів. – Одеса, 2022.
61. Чепелева Н.В. Психологічна ситуація особистості та її види // Вісн. Тернопольського експериментального інституту пед. освіти. – Тернопіль, 2021. №4. С.45-57.
62. Шевальов Є. Психотерапія неврозів. – Одеса : Одеський медичний інститут, 2019.
63. Яценко Т. С. Теорія і практика групової психокорекції. – Київ : Вища школа, 2024.
64. Яценко Т. С. Психодинамічна теорія та практика глибинної психокорекції. – Київ : НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2025. 120 с.
65. Яценко Т. С. Основи глибинної психокорекції: феноменологія, теорія і практика. – Київ : Вища школа, 2023.
66. Яценко Т. С., Гуменюк І. Л. Психоаналіз репродуктивної сфери особистості. – Київ : Марич, 2022. 230 с.
67. Яценко Т. С. Психоаналітична інтерпретація художніх творів. – Київ : НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2019.
68. Cannon, A. "Transference as Creative Illusion", J. Analyt. Psychol. ,13,2, 1968.

69. Guggenguhl-Craig, A. Power in the Helping Professions, London: Karnac Books, 1982.
70. Lambert, K. "Agape as a therapeutic factor in analysis", J. Analyt. Psychol. 18,1, 1973.
71. Lopez-Pedraza, R. Cultural Anxiety, Zurich: Spring 2011.
72. Meier C.A. 1969. Individuation und psychologische Typen / Individuation and psychological types /. Zeitschrift fuer Analytisch types /. Zeitschrift fuer Analytische Psychologie und ihre Grenzbiete.
73. Meier C.A. Individuation und psychologische Typen / Individuation and psychological types /. Zeitschrift fuer Analytisch types /. Zeitschrift fuer Analytische Psychologie und ihre Grenzbiete.1999
74. Milner, M. "The role of Illusion in Symbol Formation", New Directions in Psychoanalysis. (ed. by M. Klein), London: Tavistock., 1968.
75. Ricoeur P. De l'interpretation. Essai sur Freud. Paris, 2000
76. Rycroft, C. A Critical Dictionary of Psycho-Analysis, London: Nelson, 1968.
77. Jacoby, M. The Analytic Incounter: Transference and Human Relationships, Toronto: Inner City Books, 1984.
78. Janet P. L'évolution psychologique de la personnalite. Paris, 2011.
79. Fordham, M. Freud, Jung, Klein the fenceless field, London: Routledge, 2000
80. Fordham, M. "Technique and counter-transference", J. Analyt. Psychol. , 14,2, 2010.