

Мазяр О. В. Часові цикли психічної інверсії / О. В. Мазяр // Пріоритети розвитку педагогічних та психологічних наук у ХХ столітті : Збірник наукових робіт учасників міжнародної науково-практичної конференції (15-16 березня 2019 р., м. Одеса). – Одеса: ГО «Південня фундація педагогіки», 2019. – Ч. 1. – С. 24-26.

## **ЧАСОВІ ЦИКЛИ ПСИХІЧНОЇ ІНВЕРСІЇ**

**Мазяр О.В.**

кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри соціальної та практичної психології  
*Житомирського державного університету імені Івана Франка  
м. Житомир, Україна*

Проблема психічної інверсії не нова для психологічної науки, хоча досі не представлена цілісно, а є частиною науково-психологічних концепцій, здебільшого психотерапевтичного спрямування. Ідея інверсії визрівала у пошуках відповіді на питання про причини незбігу між реальною і декларованою поведінкою, що найбільш виразно представлено у ситуації невротичного розладу.

Чи не найбільш повно інверсійні процеси можна простежити у глибиннопсихологічних концепціях. Зокрема, К. Юнг виходить з ідеї гармонійної єдності протилежних психічних сил, які відповідно до принципу полярності повинні компенсувати дію одна одної (тобто змінювати одна одну, бути нерозривно поєднаними). Проте, на його думку, «свідоме і несвідоме зрідка приходять до узгодження щодо своїх змістів або їх тенденцій» [6, с. 19]. Це, в свою чергу, може призвести до формування невротичного розладу: «При невроті мають місце дві тенденції, строго протилежні одна одній, і одна з них несвідома» [7, с. 24]. Остання у певні моменти часу за своєю силою може перевершувати свідомі дії суб'єкта. Тобто відбувається така емоційна, когнітивна і поведінкова інверсія, в результаті якої витіснений раніше психічний матеріал бере гору в процесі саморегуляції, а свідомі процеси витісняються. Власне, принципи інверсії раніше були описані З. Фройдом у

положеннях про невдале витіснення, за якого нібито витіснений матеріал приховано впливає на активність суб'єкта і навіть визначає її результати [4].

Найбільш структуровано процес психічної інверсії описаний у працях Е. Берна. Показ комунікації з позиції зміни станів Я суб'єкта, встановлення етапності протікання психологічних ігор та життєвого сценарію [1] безпосередньо пов'язано з «перевертанням» вихідних позицій і неможливістю відстежити і попередити цей психічний процес.

Під психічною інверсією ми розуміємо процес зміни основних критеріїв психічного функціонування, результатом чого стає досягнення протилежних показників. Назагал це збігається з визначенням особистісної проблематики у положеннях Т.С. Яценко [8]. Однак ми розглядаємо процес інверсії більш широко, а його представленість в особистісній проблематиці вважаємо найбільш виразним випадком, який дозволяє докладно розглянути її у психодинаміці. Наведення психотерапевтичної різкості на психічну інверсію пов'язано з тим, що для суб'єкта природна інверсія стає проблемою, яку він не здатен здолати самотужки і потребує участі спеціаліста. При цьому самого спеціаліста варто розглядати як суб'єкта, який допомагає клієнту в об'єктивації інверсії та її подальшій закономірній трансформації, яка натомість не відбувається через дію певних внутрішніх чинників.

У відповідності до теоретичних положень, сформульованих нами раніше [2], фізіологічним підґрунтям психічної інверсії стає динаміка ультрапарадоксального стану людини. Принцип інверсії поширюється на всі цикли психічного функціонування. Відтак ми схильні умовно розрізняти малі, середні та великі цикли психічної інверсії. До малих циклів можна віднести зміну настрою, з'яву нав'язливих думок, непереборних імпульсів тощо. У транзакційному аналізі малі цикли можна простежити на рівні завчених суб'єктом нехтувань та погладжувань, окремих видів структурування часу (самозаглиблення, ритуал, проведення часу) [3]. Назагал малі цикли об'єктивуються у дискретних і зазвичай нестійких емоційних переживаннях. Вони стають предметом уваги лише у зв'язку з набуттям симптоматичного

характеру (невроз нав'язливості). Головна їхня процесуальна ознака – різка і зазвичай «безпричинна» *ситуативна зміна* психічної активності.

Середні цикли передбачають організацію взаємодії, яка має прогнозоване, стереотипне завершення. У транзакційному аналізі до таких циклів можна віднести весь спектр психологічних ігор (так звані вимагання й отримання купонів – отримання фізіологічної та соціальної вигоди). Цей цикл інверсії стає найбільш поширеним предметом звернення за психологічною допомогою, оскільки інверсія стає не тільки виразною, але й має найбільш деструктивний повторюваний характер. Транзакційний аналіз достатньо детально встановлює як чинники психологічних ігор, так і описує їхню динаміку, класифікує ігри, пояснює приховану мету, фізіологічні та соціальні вигоди [3]. Можна говорити про *ситуаційний характер інверсії* – створення специфічних фруструючих ситуацій, в яких суб'єкт виявляється приховано зацікавленим.

До великих циклів інверсії входять життєві сценарії, які включають життєві позиції, засвоєнні з дитинства заборони та прийняті рішення і директиви [5]. Цей цикл інверсії для клієнта є не таким очевидним і без допомоги спеціаліста недосяжний для усвідомлення суб'єктом. Щоправда, глибинна психологія саме цей цикл робить основним предметом дослідження і терапії, оскільки менші цикли, зрештою, виявляються підкореними йому. Відтак його можна назвати *диспозиційним циклом інверсії*. Глибинна психологія виходить з положення, що саме фінал життя, або несвідома мета, як висловився би А. Адлер, визначає характер життя, його загальну психодинаміку.

Не заперечуючи теоретичної аргументованості і практичної обґрунтованості загальних висновків родоначальників глибинної психології, ми акцентуємо увагу на тому, що усвідомлення особистісної проблеми – її сценарного перебігу чи неадекватності гіперкомпенсації комплексу неповноцінності – не має швидкого чи навіть обов'язкового терапевтичного ефекту. Адже психічна інверсія за такої методології виявляється надто віддаленою для внесення безпосередніх змін в її психодинаміку. Відтак результат стає досяжним лише у віддаленій перспективі. Разом із тим,

необхідно визнати, що отримання результату не гарантується ані витраченим часом, ані новітніми методами короткотривалої терапії, позаяк особистісна проблема міститься не у котромусь з інверсійних циклів (зокрема, в малому для короткотривалої терапії), а закладена в основу знакової системи. Психологічної корекції потребує знакова система як така, а цикли психічної інверсії дозволяють лише обирати стратегію внесення психологічних змін, причому без гарантування її успішності.

Тим не менше, ми вважаємо, що час терапії можна скоротити, якщо вдасться ефективно ідентифікувати окремі знаки, розвиток яких потужно гальмує психічне функціонування суб'єкта. Подібна ідентифікація можлива в межах психосемантичного підходу, який дозволяє вибудувати індивідуально орієнтовану категоріальну структуру свідомості суб'єкта.

### Література

1. Берн Э. Трансактний анализ в психотерапии : Системная индивидуальная и социальная психиатрия / Эрик Берн. – М. : Академический Проект, 2001. – 320 с.
2. Мазяр О. В. Психофізіологічний механізм формування невротичного розладу / О. В. Мазяр // Врaчебное дело. – 2017. – № 7. – С. 110-116.
3. Стюарт Й., Джойнс В. Основи ТА: Транзакційний аналіз / Й. Стюарт, В. Джойнс. – К. : ФАДА ЛТД, 2002. – 393 с.
4. Фрейд З. Очерки по психологии сексуальности / Зигмунд Фрейд. – Мн. : ООО «Попурри», 1999. – 480 с.
5. Штайнер К. Сценарии жизни людей. Школа Эрика Берна / Клод Штайнер. – СПб. : Питер, 2003. – 416 с.
6. Юнг К. Г. Избранное / Карл Густав Юнг. – Мн. : ООО «Попурри», 1998. – 448 с.
7. Юнг К. Г. Психология бессознательного / Карл Густав Юнг. – М. : ООО «Издательство АСТ», «Канон+», 2001. – 400 с.
8. Яценко Т. С. Психологічні основи групової психокорекції : навч. посібник / Тамара Семенівна Яценко. – К. : Либідь, 1996. – 264 с.