



УДК 159.95

МАКСИМІЗАЦІЯ АБСУРДУ ЯК МЕТОД СУБОСОБИСТІСНОГО АНАЛІЗУ

Мазяр О.В., к. психол. н.,
доцент кафедри теоретичної та практичної психології
Житомирський державний університет імені Івана Франка

У статті обґрунтовано метод максимізації абсурду, який має психотерапевтичний ефект. Зміна структурних і функціональних зв'язків особистості за застосування методу максимізації абсурду показана на прикладі поведінки літературного персонажа.

Ключові слова: субособистість, психотерапія, саморегуляція, невроз, фрустрація, абсурд.

В статье обоснован метод максимизации абсурда, который имеет психотерапевтический эффект. Изменение структурных и функциональных связей личности при применении метода максимизации абсурда показано на примере поведения литературного персонажа.

Ключевые слова: субличность, психотерапия, саморегуляция, невроз, фрустрация, абсурд.

Maziar O.V. MAXIMIZING THE ABSURD AS A METHOD OF SUBPERSONAL ANALYSIS

The article substantiates method of maximizing the absurd, which has a psychotherapeutic effect. The change in the structural and functional relationships of the individual in applying the method of maximizing the absurdity is shown on the example of the literary character's behavior.

Key words: subpersonality, psychotherapy, self-regulation, neurosis, frustration, absurd.

Постановка проблеми. Психотерапевтичний процес спрямований на нівелювання особистісної проблематики. Його специфіка визначається тим фактором, що суб'єкт недостатньо мірою усвідомлює глибинно-психологічні причини виникнення особистісної проблеми, а відтак йому істотно бракує інтелектуальних, емоційних і вольових ресурсів для її вирішення. Відповідно, психотерапевтичний процес вибудовується так, щоби розширити поле свідомості на неусвідомлювані ділянки життєвого досвіду, допомогти суб'єкту сформувати адекватні патерни поведінки. Вирішення цього завдання вимагає розвитку вміння долати психологічні захисти суб'єкта. Але суть психологічних захистів у тому й полягає, щоби викривлювати сприймання суб'єктом життєвої ситуації. Відтак одне з головних завдань психотерапії – розроблення ефективних методів подолання психологічних захистів й оптимізація поведінкової активності, мисленневих операцій, емоційних реакцій.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Глибинно-психологічну основу для розуміння особистісної проблеми закладено психоаналітичною теорією, яка підтверджує свою ефективність і сьогодні [1]. Назагал особистісну проблему визначають як неусвідомлювану в каузальних аспектах, внутрішню, стабілізовану в часі суперечність [2]. Ця суперечність являє собою зафіксовані абсурдні зв'язки, які особистість не здатна самотужки дезабсурдувати. Це зумовлює загальну проблему усвідомлення та саморозуміння особисто-

сті [3; 4], представлену на рівні інтерпретації несвідомого [5]. Ця неусвідомлена суперечність концептуалізована А. Адлером (як комплекс неповноцінності у формі гіперкомпенсаторної діяльності), К. Юнгом (як потужно заряджений неконтрольований суб'єктом комплекс), Е. Берном (як ігрова та сценарна програма поведінки). Йдеться про уточнення та розширення уявлення про фундаментальну внутрішню суперечність, яка активно захищається невротичною особистістю та яку можна означити поняттям абсурд. Кожна психотерапевтична школа намагається розробляти власні методи роботи з особистісним абсурдом на когнітивному, емоційному та поведінковому рівнях. Ці методи поєднує завдання створити умови, у яких суб'єкт захоче виявити невротичний зміст своєї особистості та нівелювати його – розірвати фіксовані абсурдні зв'язки. На побутовому рівні це має форму дотепності [6], що зазначалося ще З. Фройдом. Але в психотерапевтичній роботі дезабсурдизація відбувається цілеспрямовано, де однакову важливу роль відіграють і терапевт, і клієнт, адже тільки клієнт є індикатором правильності декодування несвідомої інформації, об'єктивованої, наприклад, у продуктах невербальної експресії [7].

Відтак існує необхідність розкриття механізму дезабсурдизації. У дослідженні пропонується авторська редакція методу максимізації абсурду в межах розробленого субособистісного аналізу [8], який спрямовано на здійснення внутрішньої дезінтеграції невротизованого суб'єкта.

Постановка завдання. Основним завданням нашого дослідження є окреслення психотерапевтичного фарватеру субособистісного аналізу й показ його методологічних відмінностей. Зокрема, проаналізовано окремі теоретичні положення субособистісного підходу, а також на емпіричному прикладі проілюстровано особливості методу максимізації абсурду.

Виклад основного матеріалу дослідження. Субособистісний аналіз – це метод дослідження функціональної активності структурних елементів особистості, форми та змісту їхньої кореспонденції. Особистісна проблематика трактується з позиції незавершеного процесу особистісного розвитку, а саме забезпечення необхідного рівня структурної кореспонденції. Відтак у психотерапевтичній діяльності ключовим стає зосередження уваги на природному завершенні психологічних процесів, блокування чи викривлення яких продукує психічні розлади різного ступеня важкості. Психотерапія в субособистісній редакції зорієнтована на моніторинг та управління цими процесами. Це стає можливим за умови, коли психотерапевт контролюватиме процес психологічних змін, розумітиме суть субособистісної кореспонденції.

Субособистісний аналіз виокремлює два рівні невротичного конфлікту. На *першому рівні* протистоять Еґо (психологічна субстанція, яка презентує природні потреби індивіда) та Альтер-Еґо (психологічна субстанція, яка оформлюється після фундаментальної фрустрації Еґо і стає результатом соціалізації суб'єкта). Цей конфлікт є універсальним, неминучим. Особливості його вирішення забезпечують загальний характер соціальної інтеграції особистості. За умови недорозвитку Альтер-Еґо або ж його витіснення з процесу саморегуляції найбільш виразним результатом може стати педагогічна занедбаність, психотизація, криміналізація суб'єкта. За умови потужного витіснення Еґо суб'єкт може стати конформістом, вдатися до самоізоляції. Натомість невротичним суб'єкта робить ситуація, за якої кореспонденція Еґо та Альтер-Еґо є непродуктивною, поготів утворюється конфлікт, який не вдається вирішити: суб'єкт невдало задовольняє Еґо-імпульси за край жорсткого контролю з боку Альтер-Еґо. Суб'єкт потрапляє в ситуацію, коли задовольнити потреби стає неможливо, але він все одно не відмовляється від цього природного імпульсу [8].

Зміст особистісної проблематики повною мірою оформлюється на *другому рівні* протиріччя, яке виникає в межах Альтер-Еґо. Ця соціально сформована психологічна

субстанція є неоднорідною, диференційованою на три субособистості, які виконують специфічні функції: 1) Ситуативне Я відповідає за зв'язок суб'єкта з конкретною ситуацією (орієнтування, прийняття рішення); 2) Досвідне Я – за рефлексію суб'єктом власного досвіду (пошук аналогій, проведення паралелей, асиміляція досвіду); 3) Імітоване Я – за копіювання суб'єктом поведінки референтних осіб. Субособистості контаміновані (змішані), перебувають у постійній кореспонденції і в такий спосіб забезпечують ефективну саморегуляцію суб'єкта. Виключення однієї із субособистостей, а то й втрата кореспонденції між трьома субособистостями (повна деконтамінація) призводить до витіснення Альтер-Еґо з процесу саморегуляції. Цей процес викликає появу захисної субстанції – Патологічної Субособистості, яка покликана тимчасово замінити Альтер-Еґо. Фактично йдеться про спробу створити нове Альтер-Еґо, субособистості якого зможуть досягти рівня контамінації, необхідного для соціальної інтеграції суб'єкта. Проте частіше Патологічна Субособистість тільки посилюється у своїй невідповідності принципу реальності. Власне, це становить суть особистісної проблематики: суб'єкт застрягає на рівні Патологічної Субособистості, яка не тільки не здатна розвиватися до рівня Альтер-Еґо, бути спонтанною та творчою, але й потужно перешкоджає актуалізації цих процесів.

Мета психотерапевтичного втручання – створення умов для контамінації субособистостей Альтер-Еґо. На початку роботи ідентифікується субособистість, яка є доміантною в певний момент соціальної комунікації. Нездатність ідентифікувати провідну субособистість складає методологічну помилку, яка унеможливує чи гальмує особистісні зміни клієнта. Існує принципова відмінність у тому, з ким взаємодіє психотерапевт – чи вже із функціональною Патологічною Субособистістю чи ще з ослабленими, неповністю деконтамінованими субособистостями Альтер-Еґо. Якщо першу належить в кінцевому випадку деконтамінувати, то другу варто посилювати, сприяти контамінації субособистостей. Ці два процеси мають принципово відмінні спрямованість і технологію. У першому випадку робота може вестися на рівні психологічної підтримки, консультування та соціально-психологічного навчання. У другому випадку йдеться власне про психотерапію, яка вимагає принципового оновлення змісту особистості.

Метод максимізації абсурду виконує завдання дезабсурдизації невротичного



комплексу. Процес деконтамінації Патологічної Субособистості передбачає доведення абсурду до логічного глухого кута, коли суб'єкт впевнюється в слабкості Патологічної Субособистості, її неспроможності позбавити його від дискомфорту. Контамінація Альтер-Его полягає у відновленні кореспонденції субособистостей та в прийнятті нових рішень.

Найбільш симптоматичною ознакою Патологічної Субособистості стає наявність очевидних суперечностей у почуттях, думках і поведінці, які суб'єкт не помічає та захищається від усвідомлення цього факту. Чому виникає абсурд? Річ у тім, що нова контамінація після фіаско Альтер-Его складається досить швидко та стихійно. Відтак уникнути неузгодженості стає неможливо. Якщо перекласти це на мову психофізіології, то йдеться про утворення ультрапарадоксального стану індивіда, коли розгальмовуються раніше загальмовані центри, які можуть бути об'єднані суперечливими зв'язками у формі дипластій (нетотожні, а то й протилежні реакції поєднуються в бінарні структури). Це породжує неадекватні рефлекси [9].

У психології феномен дипластії об'єктивується в категоріях «боротьба мотивів», «амбівалентні почуття», «когнітивні суперечності» тощо. Причина цього феномена в психоаналітичній парадигмі пояснюється неможливістю суб'єкта усвідомити значну частину психологічного матеріалу. При цьому вихідною психічною одиницею стає одинична реакція, до якої приєднується антагоністична реакція та створює внутрішній конфлікт. Перша реакція вважається невдало витісненою, друга – захисною.

Поняття абсурду висунуте Б.Ф. Поршневим як такого, що пояснює сутність дипластії, описує поведінку людини одночасно на психічному (фізіологічному) та психологічному (особистісному) рівнях. На психічному рівні абсурд є власне дипластією, на психологічному – боротьбою мотивів, амбівалентними почуттями. Але основна відмінність такого підходу полягає в розумінні вихідної психічної одиниці. Такою одиницею проголошується не одинична реакція, а подвійне реагування суб'єкта, динаміка якого може бути описана стадіями парабіозу.

Еволюційна перевага здатності утворювати абсурд полягає в здатності суб'єкта поєднувати все з усім, тобто забезпечує таку когнітивну свободу, яка піднімається до рівня абстрактного мислення. Формування абсурду – це стрибок в еволюції. Здатність утворювати абсурдні зв'язки забезпечується другою сигнальною систе-

мою та частково звільняє людину з лещат рефлексу (першої сигнальної системи). Відмінність між людиною і твариною полягає в здатності людини на значно більш тривалий час утворювати абсурдні зв'язки, причому вони є первинними щодо здібності виокремлювати одиничні елементи. В основі психічного функціонування лежать не одиничні елементи (цифра «один»), а дипластії (цифра «два»). Історичний підхід до психіки людини з позиції цифри «один» – це помилка раціоналізації, оскільки це вже результат психічного розвитку людини, який ученими сприймався як точка відліку. Такому висновку сприяло те, що й тваринна психіка неодмінно дає цифру «один». Явище дипластії (психофізіологічної «двійки») у тваринному світі нетривке: «двійка» порівняно швидко трансформується в «одиницю», що об'єктивується у формуванні рефлексу. Простіше кажучи, тваринна психіка спрямована на подолання абсурду. Натомість людська психіка спрямована на формування абсурдних зв'язків. Тваринна психіка у своїй основі рефлекторна, людська – абсурдна.

Людське мислення можна описати як безперервний процес дезабсурдизації та наступної абсурдизації психічних елементів. Абсурд стає майданчиком для розгортання мислення, у якому «одиниця» є результатом дезабсурдизації, а «четвірка» як подвоєна «двійка» – нова абсурдна конструкція. Б.Ф. Поршнев резонно зауважує, що у філогенезі «одиниця» з'являється після «четвірки» [9]. Ми пояснюємо таке положення тим, що формування абсурду є для людини більш природним процесом, ніж раціоналізація. Варто поверхнево ознайомитися з ходом людської історії, боротьбою науки з ірраціональними системами світогляду, щоби зафіксувати фундаментальний опір і складність процесу формування «одиниці». Наголошуємо, що вибір одиничного елементу психічної саморегуляції в психологічних концепціях – це момент формування раціонального погляду на життя, який був сприйнятий свідомістю як початок мислення, рефлексії. Помилка полягала в тому, що рефлексія спрямовувала суб'єкта винятково на шлях дезабсурдизації людського буття, а абсурд розглядали як процесуальні перепони на цьому шляху. Натомість ці «перепони» є природною сировиною мислення, глибиною сутності людського сприймання. Психіка людини – це інверсія психіки тварини.

Психотерапія будеється на пошуку методів нівелювання абсурду. Але оскільки абсурд захищається суб'єктом, то психотерапія шукає шляхи подолання захисної

поведінки. Досить цікавими в цьому плані є метод сократівського діалогу та метод парадоксальної інтенції [10].

У чому ж полягає специфіка застосування методу максимізації абсурду? Цей метод передбачає, що терапевт не намагається нівелювати психологічні захисти шляхом конфронтації. Навпаки, Патологічній Субособистості сприяють у тому, щоби дійти до закономірного усвідомлення абсурду – і в такий спосіб деконтамінуватися. Суть методу полягає в розвитку абсурду, посиленні його суперечності, а не в негайному спростуванні. Повністю уникнути конфронтації з клієнтом неможливо, але вона здебільшого передоручається Альтер-Его, яке попередньо буде підготовлене для такого природного завдання. Конфронтація стимулюється вже в момент деконтамінації Патологічної Субособистості й одночасної контамінації оновленого Альтер-Его. Контамінаційна нестійкість цих антагоністів забезпечує якісний прорив у самоусвідомленні та саморегуляції суб'єкта, адже відбуватиметься фіксація найбільш природного комфортного психологічного стану.

Представлений із художньої літератури приклад відображає системність особистісної проблеми суб'єкта, щоб можна було оцінити ступінь її наявної абсурдності й отриманого результату. Метод максимізації абсурду був блискуче застосований слідчим Порфирієм Петровичем у першу зустріч із Родіоном Раскольніковим (п'ятий розділ третьої частини роману Ф.М. Достоєвського «Злочин і кара»).

Спершу охарактеризуємо зміст Патологічної Субособистості головного героя. Раскольніков потрапив у скрутну життєву ситуацію, з якої не бажав виходити стереотипним шляхом (відмовлявся від того, щоби навчати дітей, не наймався ні на яку роботу). Симптоматичною є його розмова з Настасією: «...а ты что, умник, лежишь как мешок, ничего от тебя не видать? Прежде, говоришь, детей учить ходил, а теперь пошто ничего не делаешь? – Я делаю... – нехотя и сурово проговорил Раскольников. – Что делаешь? – Работу... – Какую работу? – Думаю, – серьезно отвечал он помолчав. Настасья так и покатила со смеху. <...> – Денег-то много, что ль, надумал? – смогла она наконец выговорить. – Без сапог нельзя детей учить. Да и наплевать».

Вочевидь, відбулася фундаментальна деконтамінація Альтер-Его Раскольнікова, коли Ситуативне Я відмовлялося йти звичним шляхом вирішення фінансових проблем, а Досвідне Я не мало ресурсів рефлексувати становище. Остаточна деконтамінація відбулася, коли Раскольніков

заклав в Альони Іванівни батьківський годинник й обручку сестри (символічна втрата Імітованого Я). Його «думання» – це спроба здійснити нову контамінацію, спираючись на нове Імітоване Я. Однак гідної кандидатури для імітації в оточенні Раскольнікова не знайшлося, а тому довелося шукати приклад для наслідування серед історичних персонажів (Наполеон, Лекурґ) і спиратися на випадково підслухані фантазії незнайомих людей щодо можливості та корисності вбивства Альони Іванівни.

Сформована Патологічна Субособистість спланувала злочин і здійснила його, дарма що із суттєвими огріхами. Назагал проблемний характер діяльності Патологічної Субособистості пояснюється недосконалою, часто-густо парадоксальною логікою суб'єкта. Абсурдність і непослідовність Раскольнікова водночас яскраво простежується в багатьох деталях. Наприклад, завчасно піклуючись про створення фальшивого закладу та зручної петлі для сокири, Раскольніков не хвилюється щодо наявності знаряддя вбивства: він наївно розраховує поцупити сокиру в день злочину в неочевидній ситуації. Раскольніков стає наче приреченим на здійснення злочину, коли випадково довідався, що в певний час не буде вдома сестри Альони Іванівни, ніби це достатня підстава вважати, що Альона Іванівна повинна бути вдома сама і в неї не буде відвідувачів. Інакше кажучи, Ситуативне Я Патологічної Субособистості не виконувало на належному рівні орієнтувальних функцій, а Досвідне Я Патологічної Субособистості недостатньо рефлексує власні ресурси.

Під час першої зустрічі Порфирій Петрович обговорював із Раскольніковим зміст його статті, у якій той обґрунтовував право видатної постаті на злочин. Раскольніков був змушений визнати інтерпретацію слідчого: «Это не совсем так у меня... – Впрочем, признаюсь, вы почти верно ее изложили, даже, если хотите, и совершенно верно... (Ему точно приятно было согласиться, что совершенно верно)». Тобто Порфирій Петрович досить точно діагностував абсурд Раскольнікова, причому настільки, що той не зміг вибудувати захисний мур супроти такої оцінки. Навіть більше, Раскольніков вже не може зупинитися, щоби не прийняти виклик: «Вы изволите говорить, что статья моя неясна; я готов ее вам разъяснить, по возможности». Але чим більше говорить Раскольніков, тим більше він поглиблює абсурдність своєї теорії.

Порфирій Петрович тонко поглиблює його парадокс: «– Так вы все-таки верите же в Новый Иерусалим? – Верую, – твердо



отвечал Раскольников... – И-и-и в бога веруете? Извините, что так любопытствую. – Верую, – повторил Раскольников, поднимая глаза на Порфирия. – И-и в воскресение Лазаря веруете? – Ве-верую. Зачем вам всё это? – Буквально веруете? – Буквально. – Вот как-с... так полюбопытствовал». Слідчий зафіксував цю суперечність, але не став її розвивати далі. Він дає можливість Раскольникову самому деконструвати Патологічну Субособистість: «...ведь их не всегда же казнят; иные напротив... – Торжествуют при жизни? О да, иные достигают и при жизни, и тогда... – Сами начинают казнить? – Если надо и, знаете, даже большею частью. *Вообще замечание ваше остроумно*».

Порфирий Петрович поставив під сумнів теорію Раскольникова, не вступавши у конфронтацію. Він доводив до логічного завершення патологічний міф. «Это замечание ваше еще даже остроумнее давешнего...», – був вимушений визнати Раскольников. Згодом закономірно з'ясувалося, що «В статье всего этого нет, там только намеки...», що вказує на те, що міф був якщо не спростований, то серйозно похитнувся навіть у свідомості Раскольникова.

Наприкінці Порфирий Петрович не тільки зруйнував його теорію, а й підготував підозрюваного до особистісних змін: «– Ну, а коль сыщем? – Туда ему и дорога. – Вы-таки логичны. Ну-с, а насчет его совести-то? – Да какое вам до нее дело? – Да так уж, по гуманности-с. – У кого есть она, тот страдай, коль сознает ошибку. Это и наказание ему, – oprичь каторги».

Ба більше, Порфирию Петровичу вдалося розвинути в підозрюваного критичність мислення, що вкрай важливо для особистісних змін: «– Позвольте вам заметить, – отвечал он сухо, – что Магометом иль Наполеоном я себя не считаю... ни кем бы то ни было из подобных лиц, следовательно, и не могу, не быв ими, дать вам удовлетворительного объяснения о том, как бы я поступил». Порфирию Петровичу вдалося довести абсурд Раскольникова до його часткового розуміння та означення.

Показовим є той факт, що Порфирий Петрович вийшов на пряму конфронтацію саме тоді, коли Раскольников уже був

готовий зізнатися в скоєному злочині. Ф.М. Достоевський майстерно зобразив це у фінальній сцені їхньої зустрічі, коли слідчий акуратно підводить ризику під абсурдністю поведінки Раскольникова і той, дарма що не визнаючи цього прямо, погоджується з його висновками.

Висновки з проведеного дослідження.

1. Метод максимізації абсурду спрямований на дезабсурдизацію невротичної особистості. Його мета полягає у відновленні здатності суб'єкта бути самокритичним і коригувати власну поведінку.

2. Метод максимізації абсурду передбачає наявність уміння діагностувати й розгортати в бесіді суперечливі, непослідовні думки суб'єкта. Цей метод не застосовується з метою створення прямої конфронтації із суб'єктом, яка є ризикованою та не прогнозованою, а радше є підготовчим для виникнення інсайту.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Васильева Н.Л. Факторы развития в психоаналитической теории личности и в имплицитных теориях. Вопросы психологии. 2007. № 6. С. 128–136.
2. Яценко Т.С. Психологічні основи групової психокорекції: навч. посібник. К.: Либідь, 1996. 264 с.
3. Знаков В. В. Понимание, постижение и экзистенциальный опыт. Вопросы психологии. 2011. № 6. С. 15–24.
4. Трунова М.С., Орлов А.Б. Метод биологической обратной связи: психотерапевтическая перспектива. Вопросы психологии. 2014. № 6. С. 33–43.
5. Васильюк Ф.Е. Майевтика как метод понимающей психотерапии. Вопросы психологии. 2008. № 5. С. 31–43.
6. Мусийчук М.В. О сходстве приемов остроумия и механизмов построения парадоксальных задач. Вопросы психологии. 2003. № 6. С. 99–105.
7. Волкова Д.Э., Орлов А.Б. Означение содержаний внутреннего мира клиента в разговорной и экспрессивной психотерапии. Вопросы психологии. 2009. № 2. С. 88–97.
8. Мазяр О.В. Онотогенез личности: субличностный поход. GESJ: Education Science and Psychology. 2016. № 5 (42). Р. 83–90.
9. Поршнев Б.Ф. О начале человеческой истории (проблемы палеопсихологии). М.: Академический проект, 2017. 544 с.
10. Франкл В. Человек в поисках смысла: сборник. М.: Прогресс, 1990. 368 с.