

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
імені В. Н. КАРАЗІНА

На правах рукопису

СВИНАРЕНКО ЮЛІЯ ВАЛЕРІЇВНА

УДК 159.23.3-055.2-058837:159.98

**ХАРАКТЕРОЛОГІЧНА РЕГУЛЯЦІЯ ПАРТНЕРСЬКОЇ
ПРИХИЛЬНОСТІ У ЖІНОК**

19.00.01 – загальна психологія, історія психології

Дисертація на здобуття наукового ступеня
кандидата психологічних наук

Науковий керівник:
доктор психологічних наук, професор
Кочарян Олександр Суренович

Харків – 2016

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1. КОНЦЕПТУАЛІЗАЦІЯ ПАРТНЕРСЬКОЇ ПРИХИЛЬНОСТІ ТА ЇЇ ХАРАКТЕРОЛОГІЧНОЇ РЕГУЛЯЦІЇ	10
1.1. Загальна характеристика прихильності та її типів...	10
1.2. Характер як внутрішній механізм регуляції особистості.....	22
1.3. Складові характерологічної регуляції особистості.....	36
1.3.1. Особливості організації селф-системи особистості.....	36
1.3.2. Нарцисична складова селф-системи особистості.....	39
1.3.3. Механізми психологічного захисту особистості.....	49
Висновки до розділу 1.....	53
РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ І МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	53
2.1. Характеристика дослідницької вибірки.....	56
2.2. Методи дослідження.....	59
2.3. Організація дослідження.....	68
Висновки до розділу 2.....	70
РОЗДІЛ 3. ОСОБЛИВОСТІ ХАРАКТЕРОЛОГІЧНОЇ РЕГУЛЯЦІЇ ТИПІВ ПАРТНЕРСЬКОЇ ПРИХИЛЬНОСТІ У ЖІНОК.....	71
3.1. Аналіз характерологічних особливостей у жінок з різними типами партнерської прихильності.....	71
3.2. Особливості організації селф-системи та нарцисичного компоненту особистості жінок з різними типами партнерської прихильності.....	90
3.3. Особливості психологічного захисту особистості жінок з різними типами партнерської прихильності.....	111
3.4. Узагальнені моделі характерологічної регуляції особистості жінок з різними типами партнерської прихильності.....	116
Висновки до розділу 3.....	125

РОЗДІЛ 4. ПРОГРАМА ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОРЕКЦІЇ ПОРУШЕНИХ ТИПІВ ПАРТНЕРСЬКОЇ ПРИХИЛЬНОСТІ У ЖІНОК.....	129
4.1. Теоретичні принципи психокорекційної програми порушених типів партнерської прихильності у жінок.....	130
4.2. Психокорекційні мішені для жінок з порушеними типами партнерської прихильності.....	136
4.3.Опис програми психологічної корекції.....	141
4.4. Оцінка ефективності психокорекційної програми.....	154
Визновки до розділу 4.....	158
ВИСНОВКИ.....	160
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	163
ДОДАТОК А.....	184

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. На сьогодні спостерігається значна поширеність розладів партнерської комунікації, які приймають різні форми: «узалежене кохання», «страх психологічної інтимності», «токсична любов», «інтимофобія» тощо [5, 62, 63, 64, 66, 70, 120, 124, 165, 177, 196, 197, 201]. Різноманітні порушення партнерської комунікації узагальнено у концепті «синдром емоційного холоду» [62, 70], який відбиває труднощі побудови та збереження стосунків психологічної інтимності. Розлади партнерської комунікації мають серйозні психосоціальні та медико-психологічні наслідки – почуття самотності, зростання чисельності розлучень, суїцидальна поведінка, адиктивні розлади тощо. У літературі [29, 30, 31, 62, 63, 64, 124] визначено декілька порушених типів партнерської комунікації, які спотворюють партнерську прихильність: псевдоавтономія, дезорієнтованість, надзалежність. Вони формуються в онтогенезі досить рано та відбивають типи взаємодії дитини насамперед з материнською фігурою [16, 17, 98, 108, 109, 123].

Серйозною передумовою труднощів у партнерських стосунках є інфантильні травми особистості. Характер за психодинамічною традицією [38, 84, 95, 106, 147, 148] розглядається як структурне утворення, стала стильова система захистів від специфічного виду психотравм. Характер містить механізми селф-регуляції, що спрямовані на підтримку нарцисичного балансу особистості. Ймовірно, характер є структурною основою функціонування системи прихильності, яка, перш за все, проявляється у стосунках психологічної інтимності. Саме такі стосунки є найбільш сенситивними до характерологічної регуляції через забезпечення нарцисичного балансу особистості [58, 59, 60, 61, 135, 143, 144, 145, 146, 148, 150].

На сьогодні існує багато досліджень, що свідчать про важливість якості сформованої прихильності у дорослості для успішної реалізації особистості,

побудови стосунків психологічної інтимності [29, 30, 31, 50, 51, 177, 196, 197, 201]. Проте, у літературі спостерігається нестача робіт, які описують чинники та механізми характерологічної регуляції партнерської прихильності жінок [124]. Розлади партнерських стосунків резистентні до психотерапевтичного впливу. Визначення характерологічних структурних регуляторів й чинників партнерської прихильності дозволить побудувати влучні «мішені» психокорекційного впливу на спотворені партнерські стосунки.

Ця обставина загострює необхідність поглиблення теоретичних уявлень щодо особливостей структурної регуляції функціонування системи прихильності у дорослості.

Зв'язок роботи за науковими програмами, планами, темами. Дисертаційне дослідження виконано відповідно до тематики наукових досліджень кафедри психологічного консультування і психотерапії Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна в рамках НДР «Гендерний розвиток особистості сучасної молоді: особливості соціалізації та життєвих стратегій» (№ д/р 0111U010554, 01.01.2012–31.12.2014), «Моделі формування гендерної ідентичності у сучасному просторі України» (№ д/р 0115U004051, 01.04.2015–31.12.2017). Тему дисертаційного дослідження затверджено на засіданні вченої ради факультету психології Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна (протокол № 11, від 20.12.2013) та уточнено (протокол № 1, від 19.01.2015).

Мета й задачі дослідження. *Мета роботи* – визначити особливості характерологічної регуляції партнерської прихильності у жінок.

Відповідно до мети роботи було сформульовано такі *задачі*:

- 1) провести теоретичний аналіз проблеми партнерської прихильності та її регуляторів;
- 2) виявити відповідність характерологічних радикалів різним типам партнерської прихильності у жінок;

- 3) визначити особливості організації селф-системи та нарцисичного компоненту особистості у жінок з різними типами партнерської прихильності;
- 4) визначити особливості психологічного захисту жінок з різними типами партнерської прихильності;
- 5) побудувати моделі характерологічної регуляції, що притаманні різним типам порушеної партнерської прихильності;
- 6) розробити програму психологічної корекції порушених типів партнерської прихильності у жінок.

Об'єкт дослідження – партнерська прихильність.

Предмет дослідження – характерологічна регуляція партнерської прихильності.

Методи дослідження: для реалізації дослідницької мети було застосовано комплекс методів: теоретичних (аналіз, систематизація, узагальнення психологічної літератури), емпіричних (психодіагностичний метод) та математико-статистичних (порівняння непов'язаних та пов'язаних вибірок, кореляційний та факторний аналіз).

Методологічну й теоретичну основи дослідження становлять принципи генетичної психології (С. Д. Максименко), теорія прихильності (Т.П. Григорова, М.Ю. Такмакова, М. Ainsworth, К. Bartholomew, J. Bowlby, С. Hazan, L.M. Horowitz), статеворольовий та гендерний підхід у сучасній психології (Т.В. Говорун, І.В. Головнєва, О.Ф. Іванова, О.М. Кікінежді, О. С. Кочарян), теорія характерологічного розвитку (Ст. Джонсон, Н. Мак-Вільямс, Л. Б. Морріс, Д. М. Олдхем), інтерперсональний психоаналіз (Г.Салліван), теоретичні підходи щодо нарцисизму та механізмів психологічного захисту (М.Є. Дмитрієва, Х. Когут, О.Т. Соколова, З. Фрейд, К.О. Шамшикова).

Наукова новизна одержаних результатів полягає в тому, що в дисертації:

вперше:

- визначено відповідність характерологічних радикалів порушеним типам партнерської прихильності, а саме: для псевдоавтономії – шизоїдний, для дезорієнтованості – психопатичний, для надзалежності – істеро-нарцисичний і мазохістичний;
- визначено особливості організації селф-системи у жінок з порушеними типами партнерської прихильності, а саме: псевдоавтономії притаманна позитивна селф-система, для дезорієнтованості – деструктивна селф-система, для надзалежності – негативна селф-система;
- побудовані моделі характерологічної регуляції які специфічні порушеним типам партнерської прихильності, що конституують чотири компоненти: тип організації селф-системи, характерологічний радикал, механізми психологічного захисту й нарцисичні риси;

уточнено:

- зв'язок соціально-психологічних настанов відношення до залежності (тривога) і незалежності (уникнення) у стосунках прихильності зі складовими селф-системи особистості;
- притаманні жінкам з порушеннями партнерської прихильності нарцисичні риси, а саме: очікування особливого відношення до себе, схильність до маніпуляцій в міжособистісних стосунках, відсутність емпатії, виражені почуття заздрості;

подальшого розвитку дістали уявлення щодо:

- особливостей психологічного захисту жінок з різними типами партнерської прихильності, а саме: автономії притаманні інтелектуалізація і компенсація, псевдоавтономії – проекція, дезорієнтованості – реактивне утворення, надзалежності – регресія й заперечення.

Практичне значення одержаних результатів. У дисертації розроблено програму психологічної корекції порушень партнерської прихильності у жінок. «Мішень» програми - особливості характерологічної

регуляції особистості жінок з порушеними типами партнерської прихильності.

Програму було впроваджено у діяльність навчально-наукової психологічної служби Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна (акт впровадження № 3701/164 від 14.04.2016), у консультативну та психотерапевтичну практику ВГО «Інститут клієнт-центрованої та експерієнтальної психотерапії», (м. Харків) (акт впровадження № 01-31 від 16.05.2016). Результати дослідження впроваджено у педагогічний процес підготовки психологів у Харківському національному університеті імені В.Н. Каразіна у дисципліни «Основи сексології», «Основи психотерапії», «Методи психокорекції та психотерапії» (акт впровадження № 3701/167а від 18.05.2016).

Особистий внесок здобувача. У працях, що написано у співавторстві з О.С. Кочаряном «Особенности формирования привязанности в постнатальный период», «Психологічні аспекти поняття репродуктивної установки та його розуміння у зарубіжних дослідженнях», з О.С. Кочаряном та Н.В. Баріною «Характерологічна обумовленість партнерської прихильності у дівчат» здобувачеві належить аналіз літературних джерел, розробка плану дослідження, добір емпіричного матеріалу.

Апробація результатів дисертації. Результати дослідження доповідалися на засіданнях кафедри психологічного консультування і психотерапії та на семінарах для аспірантів і молодих викладачів кафедри психологічного консультування і психотерапії ХНУ імені В.Н. Каразіна (2013–2016), наукових конференціях всеукраїнського та міжнародного рівня: IV Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні проблеми практичної психології» (Херсон, 2014), Міжнародній молодіжній науковій конференції «Вектори психології 2015» (Харків, 2105), Науково-практичній конференції студентів і молодих вчених «Психологія в сучасному світі» (Харків, 2015), II Міжнародній науково-практичній конференції «Когнітивні та емоційно-поведінкові фактори повноцінного функціонування людини:

культурно-історичний підхід» (Харків, 2015), VII Харківських міжнародних психологічних читаннях «Актуальні проблеми теорії та практики психологічної допомоги» (Харків, 2015), Науково-практичній конференції студентів і молодих вчених «Психологія в сучасному світі» (Харків, 2016).

Публікації. Основні положення і результати дисертаційного дослідження опубліковані в 14 наукових працях, з них – 5 статті у фахових виданнях України, 2 - статті у міжнародних періодичних виданнях з психології, 1 - стаття у виданні з психології, 6 – тези доповідей конференцій.

Структура й обсяг дисертації. Дисертація складається із вступу, чотирьох розділів, висновків, списку використаних джерел і додатків. Обсяг роботи становить 201 сторінку (з них 162 сторінки основного тексту). Дисертація містить 19 таблиць, 14 рисунків. Список використаних джерел – 201 найменування (з них 49 іноземною мовою).

Розділ 1. КОНЦЕПТУАЛІЗАЦІЯ ПАРТНЕРСЬКОЇ ПРИХИЛЬНОСТІ ТА ЇЇ ХАРАКТЕРОЛОГІЧНОЇ РЕГУЛЯЦІЇ

1.1. Загальна характеристика прихильності та її типів

Теорія прихильності є одним з найпопулярніших напрямків, як у сучасній європейській, так і у сучасній американській психології. Ця теорія виникла у надрах глибинної психології, згодом сформувалась у самостійну наукову школу. На цей час теорія прихильності є повноправною психологічною концепцією [14, 15, 88, 98, 99]. На сучасному етапі теорія прихильності знаходить своє використання у найрізноманітніших сферах психології: у соціальній, віковій, педагогічній, загальній та ін. Основа теорії прихильності – стосунки між двома людьми, їх міжособистісні зв'язки, які визначають увесь душевний та психологічний стан людини: самовідчуття себе, відношення до світу, тощо. Психологічно здорова особистість здатна до таких стосунків, в яких вона з одного боку здатна довіряти та спиратись на партнера й робити адекватний вибір партнера, а з іншого – самою бути надійним об'єктом прихильності для свого партнера. Функціонуючи здоровим чином особистість здатна до зміни ролей та є адаптивною відповідно до ситуації спілкування [14, 15, 26, 27, 41].

Оскільки перші зв'язки з іншою людиною виникають у віці немовляти, то витоком виникнення досліджень у цій школі є досвід стосунків з раннього дитинства. Вважаємо за доцільне детально висвітлити виникнення і розвиток поняття прихильності у психології і зазначити деякі детермінанти та умови формування прихильності у системі «мати - дитя», а також трансляцію цих відносин у дорослому житті.

Поняття прихильності у контексті батьківсько-дитячих стосунків вперше виникло серед психоаналітиків і поведінкових терапевтів початку 20-століття [16, 61, 65]. Теоретичне обґрунтування концепції прихильності належить Джону Боулбі, який вважається основоположником теорії прихильності. Його теорія прихильності базується на положеннях етології,

психоаналізу, кібернетики, інформатики та психології розвитку. Джерелом професійної діяльності Дж. Боулбі був психоаналіз, який дав імпульс і вектор розвитку даної теорії [14,15].

Стосунки, що отримали назву взаємовідносин прихильності, в психоаналізі іменуються об'єктними стосунками, вони стосуються взаємодії матері і дитини, тобто здійснюються між об'єктом (мати) і суб'єктом (дитина).

Необхідно відзначити, що однією з важливих постатей тих, хто займався проблемою об'єктних стосунків, була Мелані Кляйн. Згідно її теорії, саме в об'єктних стосунках вперше формується Супер-Его, пізніше добудовуючись хорошими і поганими фігурами, вперше у дитини з'являється поділ на «погане» і «хороше». Рене Шпіц, розділяючи деякі погляди Кляйн, вважав, що здатність немовляти розрізняти «поганий» і «хороший» об'єкт виникає завдяки функціонуванню розвиваючого «Я». У взаємодіях дитини, які нескінченно повторюються, відбувається злиття образів двох предоб'єктів, «поганої» і «хорошої» матері. З цього моменту з'являється «єдина» мати, тобто власне лібідозний об'єкт. Пізніше Рене Шпіц вводить поняття «діада», в якості терміна, який позначає «систему мати-дитя», в якій мати і дитина виступають не як самостійні суб'єкти, а як члени єдиної психобіологічної системи. Р. Шпіц посилається на праці Земмеля, в яких ще в 1908 році було сказано, що стосунки в групі «мати-дитя» є джерелом всіх соціальних відносин особистості у дорослому періоді. Р. Шпіц пише «Фрейд назвав цю пару «масою з двох», я ж заради стислості застосовую термін «діада». Відповідно до поглядів Р. Шпіца стосунки в діаді фундаментально відрізняються від всіх інших соціальних стосунків. Вони не симетричні, внесок матері і дитини в ці відносини нерівний [61].

Анна Фрейд запропонувала інше трактування розвитку дитини в період об'єктних відносин. Вона вважала, що фази об'єктних відносин пов'язані не з віковими періодами, а з лініями розвитку. Тобто об'єктні стосунки дробляться на певні види поведінки, особливості взаємодії, в нюансах яких і

відбувається формування особистості дитини [61]. В цілому, розгалужені ідеї психоаналізу про материнсько-дитячі стосунки стали свого роду провокацією для Дж. Боулбі і вплинули на розробку теорії прихильності.

Наступним важливим етапом у створенні теорії прихильності стали етологічні дослідження. Робота Конрада Лоренца [14], одного з творців сучасної етології, мала істотний вплив на критику ідей психоаналізу про батьківсько-дитячі стосунки. Увагу Дж. Боулбі привернуло відкрите Лоренцем явище запам'ятовування у птахів, а слідом за цим і етологічний напрямок у цілому [14].

Дж. Боулбі застосував етологічні принципи до стосунків матері і дитини. Він вважав, що прихильність є спеціалізованою функцією, і еволюційно виникла від функції захисту дитини від небезпеки. Хоча спочатку немовля посилає сигнали будь-якому з доглядаючих за ним опікунів, не розрізняючи їх, в подальшому він фокусує свою увагу на тих головних фігурах, які відгукуються на його крик і вводять його в соціальну взаємодію. Одного разу до когось прив'язавшись, дитина стає здатним використовувати об'єкт прихильності як безпечну базу для дослідження навколишнього середовища і місце, до якого повертаються після цього. Наскільки ефективною виявиться фігура прихильності в цій ролі, залежить від якості соціальних взаємодій, особливо від чутливості до дитячих сигналів, хоча сама дитина теж не позбавлена ролі в цій взаємодії [14, 15, 61].

Таким чином, в етології Дж. Боулбі знайшов важливе джерело нових ідей для подолання обмеженості психоаналізу і побудови своєї концепції прихильності. У 1957 році на засіданні Британського психоаналітичного товариства Дж. Боулбі здійснив спробу запропонувати науковому співтовариству свій погляд на природу стосунків «мати-дитя», підкреслюючи їх незалежний від задоволення фізичних потреб характер. Дж. Боулбі вважав, що їх первісний самостійний характер ніяк не пов'язаний із задоволенням фізіологічних потреб. Прихильність - це тісна взаємодія між

двома людьми, що характеризується взаємними емоційним прагненням до збереження близькості.

Дж. Боулбі стверджував, що необхідною умовою збереження психічного здоров'я дітей в дитячому і ранньому дитинстві є наявність емоційно теплих, близьких, стійких і тривалих стосунків з матір'ю (або особою, яка постійно її заміщує) - таких стосунків, які обом приносять радість і задоволення. Дж. Боулбі розумів і всіляко підкреслював, що величезну роль у цьому питанні відіграє не тільки сім'я, але і суспільство в цілому, оскільки тільки воно може створити макроекономічні умови, при яких можливі нормальні дитячо-батьківські відносини: «Якщо суспільство дорожить своїми дітьми, воно зобов'язано піклуватися про їхніх батьків» [14].

Також важливий вплив на розвиток теорії мали експериментальні дослідження М. Ейнсфорд, котрій вдалося підтвердити теоретичні дослідження Дж.Боулбі та доповнити теорію новими положеннями [61]. Нею досліджувалася поведінка дитини в ситуації розлучення з матір'ю на короткий період і тієї ситуації, яка сприймається нею як небезпека. За реакцією дитини на розлуку і зустріч з матір'ю М. Ейнсворт було виділено три типи прихильності у дитячому віці:

1. Надійна прихильність - реєструється у дітей, які не дуже сильно засмучувалися після відходу матері, легко заспокоювалися, коли вона поверталася, прагнули до тісного фізичного контакту з нею.

2. Уникаюча прихильність - цей варіант відзначається у дітей, які не заперечували проти відходу матері і продовжували гру, не звертаючи особливої уваги на її повернення.

3. Подвійна, маніпулююча прихильність - діти з цим варіантом сильно засмучуються після відходу матері, а коли вона повертається, спочатку дуже радіють, але потім швидко відштовхують. Така прихильність відноситься до ненадійної, патологічної [61].

Відповідно до теорії Джона Боулбі можна зробити висновок, що прихильність функціонує як різновид гомеостатического механізму модулювання тривоги. Це припущення виникло з розгляду ранньої взаємодії матері і дитини, коли мати залишає дитину [14, 61].

На той момент у дитини ще не сформований образ матері, і дитина не може утримати об'єкт ні фізично, ні подумки, внаслідок цього у нього виникає сигнальне почуття тривоги. Наростання тривоги і збудження підсилює прихильність, тому метою прихильності можна вважати надання допомоги індивіду в модуляції своєї тривоги і збудження. Обраний людиною об'єкт прихильності як не можна краще підходить для цих цілей, але при відсутності такого підійде будь-який. Навіть найбільш емоційно холодна людина краще, ніж нічого. Будь-який об'єкт прихильності може модулювати тривогу найрізноманітнішими способами і методами, наприклад стримувати емоційні реакції, забезпечувати інформацією, діючи при цьому послідовно і узгоджено з потребами особистості. Це афективне стримування можна розглядати як описану У. Біоном функцію материнського контейнування. Немовля проектує свої неконтрольовані емоції (контейнуєме) у спілкування з матір'ю (контейнер), щоб завдяки механізму проективної ідентифікації отримати їх назад в більш прийнятній для нього формі. Мати вбирає у себе проектуємі на неї дитиною частини її психіки і, надавши їм осмисленого змісту, повертає їх дитині. Проективна ідентифікація зумовлює динаміку стосунків між контейнером і контейнованим у плані їх подальшого розвитку. Мати, що реагує тривогою на плач дитини встановлює емоційний дистанцію між собою і дитиною, посилюючи переживання тривоги дитиною. Мати, як перший об'єкт стосунків прихильності допомагає дитині розвивати здатності мислити і переносити тривогу за рахунок своїх власних інтелектуальних психічних процесів [13, 14].

Автори теорії прихильності стверджують, що на наш психологічний розвиток і функціонування впливають прихильності до осіб, які патронують нас в ранньому віці. Недостатня або патологічна прихильність в дитинстві

обумовлює розвиток форм дезадаптивної прихильності в дорослому житті [88].

Головна ідея теорії прихильності полягає у тому, що перші відносини дитини є прототипами відносин у дорослості [26, 27, 47, 48]. Дж. Боулбі стверджував, що саме внаслідок стійкості дитячо-батьківської взаємодії формується певна поведінкова система прихильності. Ця система впливає як на особистісні риси людини, так і на уклад її сім'ї і передачу сімейних сценаріїв від покоління до покоління. Для позначення характеру прихильності Дж. Боулбі запозичив термін з когнітивної психології і ввів поняття «робоча модель прихильності». «Робоча модель прихильності» визначається як когнітивно-афективний конструкт, який виникає при спілкуванні матері і дитини. В результаті цього спілкування у дитини виникає уявлення про те, як функціонують близькі стосунки. Модель прихильності індивіда включає в себе постулати про роль обох сторін, які задіяні у відносинах. Поняття робочої моделі і її реалізації у дорослому житті перенаправили дослідження прихильності від спостереження за поведінкою немовлят до оцінки когнітивних і емоційних компонентів прихильності протягом усього життя людини [98, 99].

Якість прихильності у ранньому віці може безпосередньо впливати на подальші успіхи людини в сімейному житті, професійні досягнення та спілкування в цілому. Таким чином, за допомогою прихильності реалізуються основні еволюційно біологічні задачі людини як представника свого виду - народження здорового потомства, адекватної соціальної реалізації, а також завдання особистісного розвитку, подолання дитячої травматизації і інше [89].

Протягом 1970-х - початку 1980-х років, у зв'язку з появою психотерапії прихильності, сама теорія прихильності з американської психології розвитку була поширена на клінічну психологію і соціальну психологію. У той же час вперше виникла ідея про те, що романтичні

стосунки дорослих і взагалі любовні відносини по суті - відносини прихильності [26, 166, 187].

У зарубіжних дослідженнях прихильності дорослих людей увагу більшості дослідників було зосереджено на тому, що С. Хазан і Ф. Шейвер назвали стилем прихильності - стійким паттерном очікувань, емоцій і поведінки, пов'язаних зі стосунками [154, 165, 166, 173, 186, 187, 188]. У своєму первісному дослідженні С. Хазан і Ф. Шейвер розробили короткі описи трьох запропонованих типів прихильності:

1. Надійна(secure);
2. Тривожно-амбівалентна(anxious-ambivalent);
3. Уникаюча(avoidant).

Люди з надійною прихильністю схильні до позитивних поглядів відносно себе і партнера, у тому числі і про їхні стосунки. Вони задоволені стосунками, в більшій мірі, ніж люди з іншими типами прихильності. Вони відчують себе комфортно як в близькості з іншим, так і в незалежності. Люди, які мають тривожно-амбівалентну прихильність, шукають високого рівня близькості, схвалення, чуйності від свого партнера. При уникаючій прихильності люди схильні надзвичайно переживати відсутність любові, страх що партнер може розірвати стосунки з ними [186].

Слідом за С. Хазан і Ф. Шейвером проблемою класифікації типів прихильності займалися К. Бартольмью і Л. Горовіц, які запропонували більш логічний і теоретично обґрунтований підхід до вивчення даної проблеми [148]. В основі даного підходу також лежать ідеї Дж. Боулбі про те, що тип прихильності визначається внутрішньою робочою моделлю прихильності, яку можна охарактеризувати двома параметрами: «чи є об'єкт прихильності людини, який в цілому відповідає на заклики про допомогу і підтримку», і «чи я є людиною, яка може розраховувати на допомогу і турботу з боку оточуючих і, зокрема, об'єкта прихильності». Таким чином, дані параметри являють собою не що інше, як внутрішню модель Іншого (перший параметр) і внутрішню модель Себе (інший параметр).

Згідно з результатами дослідження К. Бартольмью і Л. Горовіц, типи прихильності можуть бути охарактеризовані за допомогою двох незалежних параметрів - тривоги з приводу прихильності і уникнення близькості [148, 154]. Ось тривоги і позиціонування людини дозволяє визначити, як сильно вона буде відчувати занепокоєння при нестачі уваги або чуйності партнера у важкі моменти життя. Позиціонування ж людини на осі уникнення свідчить, в якій мірі вона намагається підтримувати незалежність поведінки, самодостатність і емоційну дистанційованість від партнера. Дані особливості прихильності, в загальній моделі складаючі її тип, теоретично передбачуваним чином пов'язані з якістю стосунків і адаптацією особистості [186, 187].

Дослідження, присвячені аналізу зв'язків стилю прихильності до партнера в дорослому віці і задоволеністю стосунків з ним, також підтверджують, що такі показники прихильності партнерів як тривога і уникнення знижують їх ступінь задоволеності стосунками [26, 114].

У дослідженнях Т.М. Григорової [26] виділено поняття деструктивної прихильності як особливого феномену, який має специфічні характеристики, якісно відрізняють його як від ранньої дитячої прихильності, так і від залежної поведінки:

1. Біологічна основа прихильності дорослих, крім «гормону прихильності» окситоцину, активно виробляється як в організмі жінки під час пологів, так і в період закоханості дорослих індивідів, діє спільно з статевими гормонами, які обумовлюють статеву поведінку дорослих індивідів і сексуальний потяг зокрема.

2. Біологічна функція прихильності, яка пов'язана з пошуком об'єкта, емоційний зв'язок з яким забезпечує безпечну основу, у віці статевої зрілості індивіда, зміщує свій вектор від забезпечення захисту та безпеки з боку фігури прихильності в дитячому віці в бік задоволення інстинкту продовження роду і турботи про потомство в дорослому віці.

3. У дорослому віці особистість має можливість вибору об'єкта прихильності - романтичного партнера, а також має можливість свідомого розриву близьких стосунків і припинення поведінки прив'язаності. Цей простий висновок має величезне значення для розуміння специфіки прихильності у дорослому віці.

У той час як в дитинстві об'єктом прихильності, за рідкісними винятками, стає мати, що здійснює догляд, дитина практично не має можливості сфокусувати свою прихильність на іншому об'єкті, навіть якщо цей об'єкт більш уважний і турботливий стосовно нього. Єдиною можливістю розірвати емоційний зв'язок з об'єктом прихильності у ранньому дитинстві є «втрата» об'єкта - смерть, довгі, часті розлуки, тобто фізичне відділення від нього. У разі ж, коли потреби дитини не задовольняються належним чином, наприклад, мати проявляє по відношенню до неї недоступність, жорстокість, амбівалентність, виникають порушення прихильності, формуються небезпечні стилі прихильності, але емоційний зв'язок не переривається і не здатен перерватися. Однак, здорова доросла особистість, що володіє суб'єктністю, має можливість пошуку «підходячого» партнера-об'єкта прихильності, так і можливість розриву не задовольняючих її стосунків [26, 27].

Суб'єктам, які відчувають деструктивну прихильність до романтичного партнера, за нашими припущеннями, притаманні ряд особистісних рис і особливостей поведінки, пов'язаних саме з якістю прихильності. Вони також можуть мати ряд симптомів, що характеризують певні особистісні розлади. Ці симптоми можуть виражатися у них сильніше, ніж у суб'єктів з надійною прихильністю, але, їх особистість залишається нормально функціонуючою або відносно здоровою.

Таким чином, під деструктивною прихильністю Григорова розуміє дезадаптивну, якщо не піддається свідомому контролю модель поведінки, спрямовану на активне створення, зміцнення і утримання зв'язку з партнером в близьких стосунках, які не задовольняють потреб суб'єкта у любові,

прийнятті та безпеки; створює загрозу для його психологічного, психічного і фізичного благополуччя. Поведінка цієї прихильності сприяє виникненню у суб'єкта специфічних емоційних переживань і когнітивних установок, спрямованих на зміцнення зв'язку з об'єктом прихильності і зниження рівня виникаючого стресу.

У роботі Такмакової М.Ю. розглянуто специфіку побудови стосунків психологічної інтимності і жінок. Описано, що жінки при різних типах партнерської прихильності мають специфічні прояви у функціонуванні емоційної сфери особистості, у сфери міжособистісної взаємодії та організації структури любовних стосунків. Тип «Автономія», що визначено як здоровий тип партнерської прихильності характеризується більш зрілою організацією емоційної сфери, стабільним почуттям власної цінності. При цьому типі партнерської прихильності жінкам властива здатність до встановлення та підтримання стосунків психологічної інтимності, любовна структура включає високо виражені компоненти любовної тріади («Близкість», «Пристрасть», «Відданість»).

Псевдоавтономний тип партнерської прихильності об'єднує зрілі і незрілі форми регуляції простору особистості – над контроль над сферою імпульсів і потягів, внутрішня автономія. При побудові стосунків психологічної інтимності псевдо автономія проявляється у дистанціюванні та уникненні близькості. Також є властивим дружньо-нейтральний спосіб побудування стосунків любові та присутність захисної поведінки, що спрямована на посилення власної автономії.

Для типу «Надзалежність» властива схильність до розчинення границь особистості, ототожнення свого Я з партнером. Цей тип партнерської прихильності проявляється у амбівалентному ставленні до партнера – одночасно ідентифікація і відторгнення об'єкту прихильності. Особливості структури любовних стосунків при «Надзалежності» полягають у високій виразності емоційних проявів та недостатній розвинутості відповідальності за формування психологічної інтимності.

Дезорієнтований тип партнерської прихильності визначається як найбільш неефективний, при цьому присутній низький рівень сформованості границь особистості, що вказує на її незрілість. Специфіка побудови стосунків психологічної інтимності при цьому типі партнерської прихильності представляє собою найбільш дисгармонійне сполучення незалежності й уникнення близькості. Особливість структури любовних стосунків полягає у конфлікті між задоволенням потреби у злитті і безпеці та потреби у автономії й свободі, що проявляється у сценарії або дружньо-нейтральних стосунків, або любовної ейфорії та розчарування, драматизації стосунків.

Отже, порушені типи партнерської прихильності в цілому характеризуються незрілістю емоційної сфери, порушеними ґруницями особистості. Тобто функціонування особистості при порушеній партнерській прихильності має свою специфіку.

Карен Хорні досліджуючи невротичну потребу в любові та прихильності, писала: «Що таке любов - сказати дуже важко, але що не є любов'ю, які елементи їй чужі - визначити досить легко. Можна дуже глибоко любити людину, і в той же час іноді на неї сердитися, у чомусь їй відмовляти або відчувати бажання побути на самоті. Але є різниця між такими, що мають різні межі реакціями гніву і догляду і ставленням невротика, який завжди насторожі проти інших людей, вважаючи, що будь-який інтерес, який вони виявляють до третіх осіб, означає зневагу до нього. Невротик інтерпретує будь-яку вимогу як зраду, а будь-яку критику - як приниження. Це не любов» [139, 140].

К. Роджерс при описі теорії міжособистісних стосунків центральне місце виділяв когерентності, визначаючи її як чітку відповідність досвіду особистості, її свідомості та стратегії спілкування. При порушеннях міжособистісної комунікації присутня невідповідність між досвідом, що суб'єктивно є травматичним для особистості, болісним усвідомленням своєї самоцінності та спілкування, тми стратегіями побудови стосунків, що є

доступними для особистості. Особистість має певний «арсенал» способів побудови стосунків, що обумовлені її внутрішньо особистісними характеристиками. Захисні реакції, що є типовими для особистості не дозволяють їй повторно суб'єктивно травматичні ситуації у спілкуванні.

Закон міжособистісних стосунків Роджерса полягає у тому, що чим менше людина піклується про захист власного «фасаду», тим більш вона спроможна відкрито сприймати іншого та взаємодіяти з ним. Ступінь конгруентності особистості залежить від необхідності у захисті, захисному фасаді Я. У цьому аспекті характер особистості виступає як перевірений алгоритм поведінки, побудови стосунків, що дозволяє уникати повторної фрустрації, яка має інфантильне коріння.

Отже, прихильність у дорослому віці можна розглядати у двох аспектах: як функціональну характеристику особистості, що реалізується у побудові партнерських стосунків, та як структурна особливість характеру особистості. Партнерська прихильність забезпечує особливості побудови стосунків психологічної інтимності. Засвоєна у дитинстві прихильність впливає на особистісні риси людини, формування характеру. Відмінність прихильності у дорослості полягає у тому, що людина має можливість пошуку «підходячого» партнера, який би відповідав її емоційним потребам, та можливість розриву стосунків, що не задовольняють її. Актуальні проблеми при побудові партнерських стосунків є наслідком інфантильних травм. Тип партнерської прихильності фактично є внутрішньо особистісною репрезентацією характерологічної структури. Розлади партнерських стосунків зав'язані на порушених типах партнерської прихильності, що вбудована в характер особистості. Тому тип партнерської прихильності це фактично реалізація характерологічної структури особистості.

У наступному параграфі розглянемо особливості характеру як одного з регуляторів прихильності особистості.

1.2. Характер як внутрішній механізм регуляції особистості

Проблема дефініції характеру, маючи довгу і тривалу історію починаючи від античності до сьогодення, є однією з самих дискусійних і неоднозначних в психології. Важко знайти психологічний напрям або школу, які не приділяли б проблемі характеру значної уваги. Різниця понять «характер» і «особистість» залишається спірним питанням в психології і сьогодні. У психологічній літературі можна знайти всілякі варіанти співвіднесення цих двох понять: характер і особистість практично ототожнюються, тобто ці терміни вживаються як синоніми; характер розглядається як підструктура особистості; навпаки, особистість розуміється як специфічна частина характеру; особистість і характер розглядаються як «пересічні» утворення [10, 11, 12, 63, 67, 71].

Гіппенрейтер Ю.Б. в своїх роботах висловлює цікаву ідею про відмінність особистості і характеру [24]. За її висновками, нащадки використовують результати діяльності особистості, а не характеру. А ось з характером людини стикаються не нащадки, а безпосередньо оточуючі його люди: рідні та близькі, друзі, колеги. Вони несуть на собі тягар його характеру. Для них, на відміну від нащадків, характер людини є більш значущим, ніж його особистість. Тобто, суть відмінностей між характером і особистістю в тому, що риси характеру відображають те, як діє людина, а риси особистості - те, заради чого він діє. Цілком очевидно, що способи поведінки і спрямованість особистості відносно незалежні: застосовуючи одні й ті ж способи, можна добиватися різних цілей і, навпаки, прагнути до однієї і тієї ж мети різними способами.

Традиція розуміння характеру у зарубіжному та колишньому пострадянському просторі має ряд суттєвих відмінностей [66]. Н. Д. Левітовім були розглянуті причини того, чому в зарубіжній психологічній науці поняття характер не є загальноприйнятим. Однією з причин, на його думку, є «тенденція ототожнювати характер з особистістю»,

саме це вплинуло на те, що поняття характеру є непопулярним у відповідній зарубіжній науковій літературі [9, 10, 11, 13]. Для більшості зарубіжних теорій характерним є рівноцінне розуміння особистості та характеру.

У літературі пострадянського простору другої половини ХХ ст. проблемам вивчення характеру приділялася значна увага. Досліджувалось широке коло питань: розуміння сутності характеру, визначення його структури, оформлення класифікації, виявлення ролі індивідуального і типового, вивчення процесу його формування, визначення його місця у структурі особистості.

Узагальнюючи погляди вчених другої половини ХХ століття пострадянського простору, які займалися розробкою проблеми характеру [9, 10, 11, 13, 17, 52, 63, 66, 67, 79, 80], слід зазначити, що характер людини розуміється ними як взаємозв'язок індивідуального і типового. Індивідуальним є те, що властиво цій людині, відображає її своєрідність. Типове частіше розуміється як властивості, які більшою мірою характерні для окремої популяції в певній історичній епосі.

Актуальним є вивчення характеру не тільки через окремі характерологічні риси, що властиво сучасним дослідженням, але як цілісного, інтегрованого феномену, який передбачає системне дослідження, про яке йшла мова вченими ХХ століття. Так, С.Д. Максименко визначає характер як «певні стабільні форми поведінки і емоційного реагування конкретної людини, які проявляються і існують, перш за все, в її спілкуванні, соціальних зв'язках з іншими особистостями, і є настільки специфічними, оригінальними і різноманітними, що їх сукупність є своєрідним неповторним портретом особистості».

Досліджуючи характер, С.Д. Максименко виділяє ті стабільні, неповторні, унікальні зв'язки і відносини, які кристалізуються в риси. Риса характеру є системно утворюючим елементом всієї структури особистості. Риса - це певний образ дій, який характеризує спосіб взаємовідносин з іншими людьми; стабільну якість, усталений спосіб спілкування і взаємодії.

С.Д. Максименко розглядає характер не стільки з позиції раннього досвіду і минулих відносин людини, скільки з точки зору перспективного майбутнього, виділяючи ті риси, які сприяють подальшому розвитку особистості [74].

Риси характеру - це свого роду прогноз, так як вони стійкі, то роблять поведінку людини передбачуваною. Характерологічна риса відображає всю структуру особистості. «Демонстративність - не тільки характерологічна риса, тут як у краплі води відбивається вся особистість: це і особливий вплив переживань, своєрідна система цінностей; це і досвід, який свідчить чи потрібно людині рухатися вперед. Тут концентрується вся особистість» [74].

Проблеми вивчення характеру в психології найбільше пов'язані з невизначеністю предмета дослідження. Л.С. Виготський висловлював думку про те, що стагнація досліджень характеру обумовлена виключно статичним підходом до цього явища, в рамках якого займаються виключно класифікацією характерів і сперечаються лише з приводу того, чим є риса - частиною характеру або конструктором особистості. Л.С. Виготський пише: «Даремно характерологія від Гіппократа до Кречмера б'ється над класифікацією як над основною проблемою. Класифікація лише тоді може бути науково обумовленою і плідною, коли вона базується на суттєвих ознаках явищ, які розподіляються на різні класи, тобто коли вона спочатку передбачає знання суті явища ... проте «суть речей» є діалектикою речей, і вона відкривається в динаміці, в процесі руху, становлення і знищення, у вивченні генезису і розвитку» [74].

Останніми десятиліттями психоаналітичні концепції стають все більш популярними серед вітчизняних психологів. Це пов'язано, в першу чергу, з розвитком психотерапії та її підходів на території пострадянських країн. Характер, який є структурою особистості і представляє її лінію розвитку, власне є суттю психоаналітичного підходу [34, 73, 85].

Поняття особистості в рамках психоаналітичної парадигми можна звести до двох основних векторів: рівень розвитку особистості (який визначає ступінь психологічного благополуччя або порушення індивіда) і тип організації характеру (який з одного боку надає людині його унікальну неповторність, а з іншого - ріднить її з іншими) [85].

Таким чином, кожна людину можна описати як маючу певний рівень розвитку особистості (психотичний, прикордонний, невротичний) і тип організації характеру (істеричний, параноїдний, депресивний і т. д.). Це буде означати, що цій людині властивий певний патерн імпульсів, тривоги, захисних механізмів і об'єктних відносин, які в стресовій ситуації, що травмує, яка перевершує адаптаційні можливості індивіда, може зумовити декомпенсацію у вигляді відповідного розладу.

Класичний психоаналіз підходить до вивчення характеру двома різними шляхами, які ґрунтуються на двох моделях індивідуального розвитку. Перший варіант розуміння характеру базувався на фрейдівській теорії драйвів, відповідно до якої особистість розглядали на основі фіксацій (тобто на якому саме ранньому етапі розвитку даний індивід був психологічно травмований). Пізніше, з розвитком Еґо-психології характер був переосмислений як сукупність певних механізмів захисту (тобто якими саме способами даний індивід уникає стану тривоги). Обидва підходи можна вважати взаємодоповнюючими один одного [85, 119].

Завдяки розвитку Еґо-психології виникли нові поняття та метафори, які дозволили більш коректно визначити розуміння типу особистості і те, як розвиваються і реалізуються захисні і адаптаційні реакції.

Спочатку фрейдівська теорія розвитку особистості була біологічно обґрунтованою і підкреслювала первинність інстинктивних процесів, розглядаючи розвиток особистості через проходження фаз спрямованості уваги на різні ділянки тіла: від оральної фази до анальної і фалічної і потім - до фази спрямованості на геніталії. Провідна ідея цієї теорії полягала в тому, що спілкування немовляти і опікуна обумовлено необхідністю для

виживання дитини (годування, догляд за ним). Теорія драйвів декларувала: якщо дитина надмірно фрустрована або отримує надмірне задоволення на будь-якій ранній стадії свого психосексуального розвитку (результат конструкційних особливостей дитини і дій батьків), вона буде «фіксована» на проблемах даної фази. Характер особистості розумівся як вираження розтягнутих у часі впливів подібної фіксації: якщо доросла людина є депресивною особистістю, то нею або нехтували, або надмірно потурали у віці півтора років і т. п. [85].

Аналітики «Британської школи» психоаналізу хоча і приділяли увагу і враховували ідеї несвідомого в класичному психоаналізі, однак розходилися з Фрейдом у багатьох питаннях. Фейербейрн начисто відкидав біологізм Фрейда, стверджуючи, що люди шукають не стільки задоволення бажань, скільки встановлення взаємовідносин. Тобто, дитина не стільки сфокусована на отриманні материнського молока, скільки на сприйнятті турботи про себе і відчуття теплоти та прихильності як частини цього сприйняття. Ці ідеї знаходять розвиток в теорії прихильності Джона Боулбі.

Стівен М. Джонсон [34] зазначає, що сучасна психоаналітична психологія розвитку, яка є загальним визначенням для теорії об'єктних відносин, психології его і селф, набула широкої популярності в психотерапевтичній практиці. Класифікація Diagnostic Statistic Manual (DSM-IV-R. Посібник з діагностики і статистики психічних розладів), яка використовується Американською психіатричною Асоціацією, є відповідним пунктом для діагностики і класифікації характерів при проведенні сучасних зарубіжних досліджень. Типологія характеру в ключі психоаналітичної парадигми сьогодні має інтегрований характер, що дозволяє враховувати аспекти розвитку особистості і особливості її міжособистісного спілкування [85].

У теорії характерологічного розвитку кожна структура характеру виникає на базі однієї з основних, екзистенціальних, людських проблем. Кожна з цих проблем має фундаментальне значення для людського досвіду і

потребує постійного вирішення протягом всього життя. Відповідно до цієї моделі характерологічного розвитку провідні риси характеру і є похідною особистісних стереотипних відповідей на природну органічну реакцію на фрустрацію інстинктивних потреб людини, які викликаються оточенням. Тобто характер розуміють як складну реакцію особистості на фрустрацію, викликану середовищем, і завжди пов'язують з міжособистісним спілкуванням [34].

В описаній Стівен М. Джонсоном моделі характерологічного розвитку природа особистості і її характеру в значній мірі визначається типом фрустрації, з яким вона стикається в інтерперсональних відносинах.

Характерологічна структура особистості визначається природньою, інстинктивною реакцією на фрустрацію її потреб і тих методів, за допомогою яких особистість справляється і пригнічує власні реакції. Вибір механізмів пристосування обумовлений набором структурних умінь, доступних для рівня розвитку особистості в момент переживання фрустрації і - в рівній мірі - діапазоном можливостей, які є результатом моделювання з боку інтерперсонального оточення.

Далі розглянемо етапи розвитку характеру, які виділяються в рамках даної моделі [34]:

- 1) Самоствердження – початковий прояв інстинктивних потреб.
- 2) Негативна відповідь середовища - блокування або фрустрація цих потреб соціальним оточенням.
- 3) Органічна реакція - природня, внутрішньо викликана відповідь на фрустрацію, викликану оточенням - як правило, це переживання і прояв інтенсивних негативних почуттів, найчастіше злості, страху і жалю про втрату.
- 4) Самозаперечення - це форма звернення проти власного селф. Ця форма заснована на індивідуальній імітації навколишнього середовища та відмову від власних емоційних реакцій, інстинктивних імпульсів. Тобто,

особистість підлаштовується під ситуацію фрустрації навколишнього середовища, тим самим блокуючи свої інстинктивні, справжні реакції.

5) Адаптація - це проявлення особистістю найбільш ефективних захисних реакцій. Цей етап являє собою пошук компромісу для вирішення найважливішого внутрішнього конфлікту особистості між істинною, природною експресією і вимогами навколишнього середовища. Аналогічними поняттями у Г. Саллівен були «операція безпеки» і деструктивні форми селф-системи, а у Д. Віннікота «фальшиве я».

Процес самозаперечення визначає те, від чого особистість повинна відмовитися або що повинна придушити (чи заглушити). Процес адаптації відповідає за те, що особистість повинна перебільшити. Те, яка частина справжнього селф особистості піддається придушенню, а яка перебільшенню, в точності становить дефініцію характеру в рамках моделі характерологічного розвитку особистості.

У роботах С. Джонсона і Н. Маквільямс типологія характерологічних проблем представлена відповідно до структурного континууму: від порушення особистості, через невроз характеру, до стилю характеру і його структури. Ми в своїй роботі були зосереджені лише на характерологічній регуляції особистості, тобто в здоровій формі її прояву. В емпіричному дослідженні ми використовували методикку Олхема і Морріса «Автопортрет», яка узгоджується з класифікацією DSM-IV-R і моделлю характерологічного розвитку, і призначена для дослідження характерологічної структури особистості в нормі.

Далі буде розглянуто співвідношення основних характерологічних проблем, які виділені в моделі характерологічного розвитку і представлених типів особистості за методикою «Автопортрет особистості» (Джен М. Олдхем, Луї Б. Морріс). Ми представили у вигляді таблиці відповідність типів особистості до моделі характерологічного розвитку описаної Ст. М. Джонсоном. Це дозволить далі у емпіричному дослідженні розуміти

отримані результати в рамках характерологічної лінії розвитку особистості (табл. 1.1).

Таблиця 1.1

Співвідношення основних характерологічних проблем

Період розвитку	Прихильність		Розвиток селф			Розвиток селф у системі
	Шизоїдний (безпека)	Оральний (потреба)	Симбіотичний (границі селф)	Нарцисичний	Мазохістичний (свобода)	
Характер (фіксації)	Шизоїдний (безпека)	Оральний (потреба)	Симбіотичний (границі селф)	Нарцисичний	Мазохістичний (свобода)	Едіпов (кохання-секс)
Проблема	Оточуючі є причиною негативних переживань особистості	Потреби витиснені або не можуть бути задовільнені	Ідентичність виявляється в інших, заперечення власного селф	Ідентичність реалізується у фальшивому селф, власне істинне селф заперечується	Контроль над експресією власного селф, надмірна покірливість	Незрілість, розщепленість сексуальних імпульсів та емоційних романтичних переживань
Тип особистості (Джен М. Олдхем, Луї Б. Морріс)	Спостережливий	Ідеосинкратичний	Чутливий	Самовпевнений	Дозвільний	Драматичний
	Самотній					
		Серйозний				Агресивний

Розглянемо більш детально характерологічні проблеми та періоди розвитку, що обумовлюють певні види характерологічної регуляції.

Характерологічні проблеми, які виникають на самому ранньому етапі розвитку - періоді прихильності - це шизоїдна і оральна. По суті, шизоїдна і оральна проблеми часто зароджуються і проявляються вперше в рамках процесів розвитку, оскільки пов'язуються з фрустрацією тих інстинктивних

потреб, які присутні вже при народженні і які можуть бути виділені вже в цей момент або незабаром після нього. Адаптаційні можливості дитини обмежені. Базові аспекти її обмеженого репертуару поведінки перед лицем неприємної стимуляції - це віддалення від її джерел або «відключення». Ці механізми безсумнівно можуть широко використовуватися в більш пізній період для того, щоб впоратися з травмами, але найперші випадки їх застосування можуть виникати вже на початку життя.

Теорія характерологічного розвитку підтверджує, що в тій мірі, в якій ці механізми використовувалися в початковий період життя, вони будуть також мати сильну тенденцію проявлятися протягом усього життя у відповідь на ситуацію, яка сприймається, як подібна (напр. жорсткість, загроза, охолодження і т.д.).

Шизоїдні особистості: а) мають тенденцію до неприязного жорсткого трактування самих себе і б) часто висловлюють схильність до відносин і спільнот, які самі по собі виявляють такі риси. Характерологічна теорія пояснює цей феномен гіпотезою самозаперечення, що відповідає інтерперсональним концепціям [34, 85, 160, 168, 172]. Вважається, що особистість імітує опікунів і остаточно здійснює інтерналізацію їх налаштованості стосовно селф. Ця інтерналізація відіграє особливу роль, коли дитячі об'єкти викликають травматичну фрустрацію або ж є «поганими», оскільки дитина переносить інтерналізований об'єкт і свою ідентифікацію з ним у підсвідомість з метою уникнення болю, який може виникати. Таким чином, інтерналізоване селф і модель відносин селф-інші можуть відтворюватись у підсвідомості і таким чином впливати на досвід селф і відносини з іншими людьми.

Більшість шизоїдних особистостей на всіх рівнях структурного розвитку виявляють майже автоматичну схильність до роздвоєння - щоб не усвідомлювати свої почуття, не думати, і навіть не згадувати ті події, які були дуже важкими. Значною мірою такі особи дійсно позбавлені контакту з самим собою і найважливішими аспектами власного досвіду.

Поширені в клінічній практиці проблеми, що пов'язані з питаннями потреб, залежності та залежного перебільшення послужили основою для виділення таких категорій як «оральний» характер, порушення особистості залежної і співзалежної. Згідно з теорією характерологічного розвитку, коли виникає блокування «імпульсу» потреб і, як наслідок, з'являються компроміси, такі рішення будуть жорстко закріплені і не будуть піддаватися змінам всупереч переживанням, які потенційно могли б їх змінити. В основі цього, поряд з іншими факторами, закріплюється те, що потреби особистості у відносинах виявилися якимось чином задоволені в цих блоках і пристосувальних операціях і ці дії були вироблені під тиском виключно болючою депривації. «Патогенні переконання» і «сценарні рішення» зазвичай передбачають переконаність, що відключення блокади і допущення потреб призведе до повторення досвіду хворобливого розчарування і депривації. Часто також зберігається впевненість, нехай й неусвідомлена в тому, що внаслідок незадоволення потреб інших людей можна опинитися кинутим. Інші поширені переконання, це: «Мені нічого не потрібно. Всього цього я можу досягнути сам. Я знайшов себе в самовіддачі і любові. Мої потреби завеликі і могли б притиснути інших».

Людина з типовим оральним характером, який часто проявляється у переконаності в своїй омніпотенції (всемогутності), в тому, що може задовольнити потреби інших людей, проявляє серйозне звеличення. Це звеличення виконує захисні функції. Однак в періоди компенсації людина всерйоз забуває про себе, що і є основою неминучості наступного зриву. Оральний характер принципово позбавлений контакту зі своєю агресією і ворожістю. Навіть коли людина здатна ідентифікувати свої потреби, вона не в змозі так мобілізувати агресію, щоб отримати те, що бажає або організувати своє життя так, щоб воно дійсно склалося благополучно.

Симбіотична, нарцисична і мазохістська структура характеру за своєю суттю є результатом такої особистої історії, в якій дитину використовували для реалізації планів, намірів і потреб її опікунів. Тому, як наслідок, виникає

плутанина в ідентичності, головні риси якої, нав'язані ззовні, свідомо сприймаються, залишаючись в той же час хворими, неприродними або неповними. Разом з тим дуже природні форми вираження селф, від яких особистість відчували, залишаються недорозвиненими і розпалюють внутрішній конфлікт [38, 84, 95].

Симбіотична проблема стосується питання відділення від стереотипів інтерперсональних відносин, які оточують дитину з найперших днів її життя. Найпоширенішим предметом інтерпретації, в разі такої структури характеру, є багато складних способів, за допомогою яких людина страхує себе від справжніх стосунків, з усіма їх обмеженнями. Почуття, вчинки, мислення і симптоми, притаманні таким людям, найчастіше краще, ясніше розуміються через функції, які їх страхують. Усюди також виступають невротичні компроміси, які допускають якусь експресію автономії, одночасно її заперечуючи і витісняючи.

Нарцисична проблема пов'язана з почуттям власної цінності. Теорія характерологічного розвитку свідчить, що у такого типу структура характеру подібна характеру симбіотичному та є наслідком невідповідної фрустрації аутоекспресії. Однак тут фрустрації більш складні і різноманітні. Таку людину в минулому, як правило, принижували і «нарцисично травмували» в його спробах вираження амбітної аутоекспресії. Або його ідеалізували батьки і чекали, що він додасть своїм батькам значно більшу значимість, авторитет, повагу оточуючих ніж це було для нього можливо раніше.

Усі нарцисичні особистості живуть під постійним гнітом нерозв'язаного конфлікту між самозвеличуванням і відчуттям власної нікчемності. Цей процес конститує те, що Д. Віннікот [21] визначав як «фальшиве селф», яке в нарцисичному випадку є набагато фальшивішим і неприродним, як для інших, так і для самої людини, ніж в інших структурах характеру. Саме фальшиве селф представляє для особистості єдине джерело почуття власної гідності і тому воно принципово страхується за рахунок виняткової вразливості. Особистість не вірить в себе, оскільки її справжнє

селф не було оцінено (якщо взагалі не було принижено) і з легкістю прогнозує або розпізнає прояви неприязні в оточенні - вона виключно чутлива до найменших сигналів неприйняття або ж до найдрібнішої поразки.

Впевнена у собі нарцисична особистість самовозвеличується і захоплюється сама собою, проживає роль, щоб отримати надзвичайну похвалу, вірить у власну величність. Кожен стає частиною публіки, якою маніпулює для досягнення бажаного ефекту, але небажані фрустрації життя будуть викликати абсолютно протилежні переживання власної нікчемності, самоприниження і самогальмування активності. Це знову викличе захист перебільшеного фальшивого селф, який, як правило, буде ще більш несамовитим і іноді більш нереалістичною версією компенсації, що існувала до появи загрози.

Явище мазохізму пов'язано з проблемою контролю. Мазохістична проблема є наслідком жорстоких втручань, контролю і принизливого підпорядкування волі особистості в ранньому дитинстві. Найчастіше це особистості, які страждають, самопринижуються, саморуйнуються і займаються самобичуванням, які немов би жадають страждання і своїм стражданням мучать інших. У цих нещасних людей є сильна тенденція до скарг, постійна відсутність радості і якийсь хронічний параліч у поведінці і позі, яку Райх називає «мазохистською трясовиною». Ця безнадійна нерухомість вкрай фруструюча для будь-кого, хто намагається їм допомогти. У особистостей цього типу має місце відсутність довіри до інших, що виражається в почутті безнадійності по відношенню до себе і, тих же причин, щодо оточуючого світу [38, 84].

Життя мазохистської особистості вкрай обмежене вимушеною негативністю. Розрив цих зв'язків, звернення до інших людей за реальною допомогою, прийняття її і навіть радість від неї серйозно загрожують структурі, яка підживлюється потужним нашаруванням конфліктної енергії. Відкритість до довіри і надії також викликає небезпеку бути ошуканим,

приниженим і знову підкореним. Звідси величезний опір, який додатково посилюється особистою прихильністю до селф і «поганого об'єкту», які сформувалися під пресингом усього цього болю.

Стівен М. Джонсон і Н. Мак-Вільямс у своїх роботах зазначають, що на практиці в чистому вигляді мазохістична структура характеру зустрічається відносно рідко. Найчастіше це особи, у яких центральною є симбіотична проблема характеру, а реалізація мазохістичної стратегії є адаптивним, захисним механізмом функціонування особистості.

Едіпальна проблема це класичний комплекс питань, що включає любов, секс і суперництво. Зрозуміти цей комплекс проблем буде значно легше, якщо розглядати їх як подібні, в своїх фундаментальних аспектах, на інші проблеми розвитку, з якими стикається особистість і її оточення. Подібно шизоїдній, нарцисичній або мазохистській, едіпальна проблема виникає з нездатності оточення до оптимального задоволення і належної фрустрації екзистенціальних потреб особистості. Проблема едіпального періоду пов'язана або з використанням сексуально орієнтованої любові дитини і її суперництва, або зі страхом, погрозами або реакціями покарання, з якими дитина стикається у відповідь на ці форми експресії [34, 85].

Основна характеристика проблеми едіпального характеру проявляється в неадекватному посиленні і використанні сексуальності і суперництва. У літературі характерологічні проблеми в едіпальному періоді часто приписуються жінкам, але така структура характеру може бути виявлена і у чоловіків. Виділяють тип характеру фалічно-нарцисичний, який властивий чоловікам. У цьому випадку поведінка відрізняється від істеричного типу характеру, але динаміка обумовлюючих факторів часто дуже схожа. Істеричний характер жінок пов'язують з жорсткою, холодною матір'ю і емоційно-незрілим спокусником батьком. Дуже часто в таких випадках ізоляція з боку матері і особливі, сексуально обтяжені стосунки з батьком переносяться далі на доросле життя, викликаючи залежність дочки від

батька, невідповідне сексуальне посвячення або сексуально забарвлені інтеракції.

Описані вище характерологічні радикали представляють собою способи реалізації прихильності. Те, яким саме чином особистість вибудовує стратегію своєї поведінки у ситуаціях міжособистісного спілкування. Кожна з зазначених проблематик характеру обов'язково зачіпає внутрішнє переживання самоцінності, нарцисичний баланс особистості. Таким чином, характер являє собою багаторівневе утворення та є внутрішнім регулятором функціонування особистості. Тому у наступному параграфі розглянемо складові характерологічної регуляції особистості.

1.3.Складові характерологічної регуляції особистості

1.3.1.Особливості організації селф-системи особистості

У сучасній психології вважається, що послідовна, цілісна, стабільна і не викликаючи сумніву картина світу може формуватися в дитинстві і стабільно функціонуючи, може захистити від подальшої мінливості долі завдяки чуйному піклуванню, догляду за дитиною дорослих, тобто всередині своєрідного «контейнеру» відносин прихильності. [15, 16. 50]. Таким чином, відносини між дитиною та дорослим утворюють «простір», що забезпечує аффіліативне, живильне або навпаки «токсичне», інвалідизуючо-руйнуюче середовище, в якому формуються всі психічні функції, у тому числі регуляторні системи, когнітивні здібності, мова і символічні засоби зміни «нестерпного» афективного стану.

Придбані в дитинстві «робочі моделі прихильності» або «репрезентивні моделі об'єктних відносин» (варіантність термінів визначається рамками відповідних теорій), є відповідальними за несвідому диспозиційну готовність до специфічної організації актуальних взаємодій і впливають на афективну валентність їх сприйняття, дружню або ворожу. [106].

Г. Салліван виділяв «селф-система», як центральну, найбільш стабільну характерологічну особливість [96]. Селф-система – комплексний зразок поведінки, що забезпечує безпеку особистості, захищаючи її від тривоги. Селф - система - узгоджений динамізм (паттерн поведінки), що виникає в результаті міжособистісного спілкування. На основі індивідуального досвіду особистість гостро відчуває найменші коливання рівня внутрішнього занепокоєння, і сприймає їх як загрозу цілісності я. Селф-система є готовою, стійкою моделлю поведінки в травматичних умовах, щоб захистити цілісність особистості. З іншого боку, специфіка селф-системи полягає у стійкості до змін у зовнішньому середовищі, оточенні. Провідна функція селф-системи є захист людини від тривоги. За Салліваном джерелом занепокоєння є переживання уявної чи реальної загрози безпеки особистості, що викликані змінами у оточуваному середовищі. «Селф-система є основним каменем спотикання, що перешкоджає позитивним змінам особистості» [96]. Тобто, селф-система є ядерною, стержневою характеристикою особистості, що регулює функціонування характерологічної структури в цілому.

Особистість динамічна за своєю природою і знаходиться постійно в процесі розвитку та пошуку нових шляхів задоволення потреб, які виникають у відповідь на зміни оточуючого середовища. Селф-система з одного боку забезпечує стабільність і упорядкування функціонування психіки людини, з іншого є динамічною за своєю природою. Всі складові селф-системи комплексно організовані та пов'язані між собою. Зміни в частині її складових неминуче призведуть до змін у всіх елементах і системі. Селф виступає змістом свідомості у всіх випадках, коли людина відчуває себе досить комфортно з точки зору самоповаги, авторитету серед товаришів і тієї поваги і пошани, які їй виявляють [96].

У результаті розвитку селф-системи у особистості формується стабільний, уявний образ самого себе. Будь-який інший міжособистісний досвід, що не узгоджується з цим уявним стійким образом, стає

загрозливим. Найчастіше людина прагне заперечувати або спотворювати той міжособистісний досвід, який конфліктує з її самооцінкою. Стосунки психологічної інтимності у зв'язку з цим є найбільш небезпечними для стабільного почуття власної гідності людини. Саме прихильність у дорослому віці, як реалізація романтичних стосунків, є прототипом ранніх дитячих стосунків, в яких вперше виникло відчуття тривоги. Завдання селф-системи переформувати досвід міжособистісних стосунків так, щоб зменшити занепокоєння (тривогу), яка зародилася в ранніх відносинах.

Елементами селф-системи є представлені інтернально душевно-духовні і моторні компоненти, тобто всі свідомі або динамічно підсвідомі спогади, думки, фантазії, дії, які пов'язані з собою або афективно стосуються селф-системи, що стимулює або підтримує процеси регуляції у селф-системі. У селф-репрезентації вкладені всі суб'єктивно значимі, закріплені у пам'яті об'єктні образи. Ця система регулює, організовує і реорганізовує себе постійно протягом усього життя, ніколи не буває статично спокійною або нерухомою. Ті постійні способи переживань почуттів і поведінки, які створюють враження незмінного стану, активно включаються в процес регуляції селф-системи і підтримуються відповідно до специфічної форми селф-регулювання.

Г. Салліван стверджував, що починаючи з раннього дитинства, особистість конструє уявний образ себе та інших. Ці уявні образи називаються персоніфікаціями, можуть бути як адекватними, так і спотвореними почуттям тривоги. Як представник школи об'єктних відносин, Салліван керується логікою "поганих" і "гарних грудей", як об'єкту, що задовольняв потреби дитини. В результаті раннього досвіду об'єктних відносин формується три типи персоніфікації: Я-поганий, Я-хороший, Я-не Я. Кожний тип усвідомлення асоціюється з розвитком уявлень про себе, своє тіло і особливостями організації селф-системи [96].

Розглянемо більш детально види персоніфікації, як різновидності особливостей Я-системи.

Персоніфікація "Я поганий" - є наслідком дорікань, покарань і обмеження дитини з боку матері. Занепокоєння і тривога, які виникають, є досить сильними, щоб дитина засвоїла, що провинилася, не зробила, як потрібно. Пізніше, під час дорослого життя особистість переживає почуття провини і своєї "поганості" у ситуаціях за подібним сценаріями, тим самим відмовляючись від справжніх бажань і емоційних імпульсів. Тут селф-система реалізується за сценарієм переживання особистістю провини, "другосортності" і неповноцінності себе.

Уособлення "Я – хороший" є результатом відчуттів немовляти, що пов'язані з заохочуванням, похвалою. Коли дитина отримує від матері ніжність і любов, вона відчуває себе хорошою. Це зменшує тривогу і створює персоніфікацію "Я - хороший". Як наслідок, у особистості формується віра в себе, у свої власні сили, впевненість, надія на успіх; сприйняття себе в позитивному світлі.

Персоніфікація "Я не Я" - виникає в результаті сильної, раптової тривоги, занепокоєння такого рівня, що психіка не справляється. Виникає дисоціація, ці переживання, цей досвід не вкладаються в структуру селф-системи. У дорослому віці персоніфікація "Я не Я" проявляється в тому, що деякі емоційні переживання особистість свідомо не сприймає, в травматичних ситуаціях відбувається дисоціація. Це суттєво перешкоджає побудові міжособистісних стосунків, призводить до ізоляції людини. Коли індивідуум потрапляє в аналогічні дитячим травматичні ситуації (які викликали раптову, серйозну тривогу), це може призвести до панічних атак, психосоматичних розладів.

Селф-система є регулятором нарцисичного балансу особистості, який функціонально забезпечується індивідуальними особливостями психологічного захисту. Завдання селф-системи переформувати досвід міжособистісних стосунків так, щоб зменшити тривогу, що виникає в ранніх дитячо-батьківських стосунках. Специфіка організації селф-системи

особистості зумовлена особливостями переживання самоцінності, нарцисичного балансу. Далі розглянемо нарцисичну складову снлф-системи.

1.3.2. Нарцисична складова селф-системи особистості

Відповідно до сучасних психоаналітичних уявлень система нарцисичної регуляції особистості є самостійною та не менш важливою для психічного здоров'я, ніж система регуляції інстинктивних імпульсів. Нарцисичну регуляцію розуміють як підтримку афективної рівноваги по відношенню до відчуття внутрішньої стабільності, власної цінності, впевненості у собі, тобто відчуття самого себе, відчуття власного селф. Психоаналітичне розуміння селф визначає цілісність особистості, її біологічно-психологічну єдність. На відміну від Его, селф включає в себе свідому сферу і є регуляторною для особистості, а тому стержневою характеристикою. Розглянемо більш детально теоретичні засади розуміння нарцисичної проблематики і її значення для функціонування особистості.

У сучасній зарубіжній літературі, на додаток до численних наукових праць по клінічному нарцисизму виникли експериментальні і теоретичні дослідження здорових форм нарцисизму і порушень нарцисичного балансу особистості. Н. Мак-Вільямс вважає, що «... раніше проблеми нарцисизму не носили такого характеру епідемії, як сьогодні». К. Лаш називає сучасну нам культуру «...культурою нарцисизма», культурою «... конкурентного індивідуалізму, зведеного до рівня війни з усіма і всім, до гонитви за щастям, яка заходить у глухий кут повного занепокоєння собою». А. Купер висловлює думку, що відмінна риса сучасного суспільства: «Оскаженіле споживацтво... Мізерне почуття спільноти на користь окремого просування будь-якою ціною; ефект комерційного телебачення, який спантеличує, роблячи акцент на сексі, насильстві і гламурі; нестабільність родини; відсутність відданості у відносинах - все це вже називали як причиною, так і свідомством розквіту патології особистого нарцисизму». О. Лоуен

відзначає, що в наш час проблем, які виникають внаслідок почуттів провини, тривоги і фобій менше, ніж проблем, що обумовлені нарцисизмом [20, 68, 69, 111].

Проблематика нарцисизму є не тільки складною і мало розробленою, а й актуальною. Важливість досліджень нарцисизму в психології сьогодні обумовлена двома причинами. По-перше, все більше людей з нарцисичною патологією звертається за допомогою до фахівців. Психотерапевт будь-якого напрямку повинен мати уявлення про нормальний та патологічний нарцисизм, діагностувати патологію і вміти працювати з такими людьми.

По-друге, зростання інтересу до теми нарцисизму диктують соціальні трансформації. Збільшення нарцисичної патології знаходиться у причинно-наслідковому зв'язку з сучасними соціальними змінами. Іншими словами, суспільство споживання формує нарцисів, а нарциси формують суспільство споживання - і замикається порочне коло. Суспільство споживання, в якому ми сьогодні живемо, постійно провокує нас на нестримне прагнення до успіху і перфекціонізму. Як результат - нарцисичні механізми кожної людини мають постійну стимуляцію і певний тиск з боку суспільства, саме це у багатьох людей призводить до порушення адекватного нарцисичного балансу і запускає нарцисичну регресію [4, 28, 29, 35].

У працях вітчизняних науковців поняття «нарцисизм» часто розглядається спрощено та одномірно, прирівнюється до побутового поняття "егоїзм" та "зарозумілість" (гордовитість). Концетруючись на найбільш яскравих прикладах такої поведінки, такий підхід залишає поза увагою широкий спектр феноменів і явищ, пов'язаних з неграндіозним аспектом нарцисизму. При повному дослідженні нарцисизму як компонента особистості, необхідно враховувати як грандіозний, так і не грандіозний бік цього явища і внутрішні зв'язки між його складовими [20, 43, 50, 108].

У нашому дослідженні ми спираємось на психодинамічну класифікацію характерологічних типів особистості [34, 85]. У Американській DSM-IV виділяється група «нарцисичних особистостей», що

наближена до істеричних порушень. Зазначимо, що у цьому випадку термін «нарцисична особистість» не є клінічним, мається на увазі широкий спектр нехворобливих проявів особистісного нарцисизму у індивіда. Однак, мета нашої роботи вивчення характерологічної структури в цілому у жінок з різними типами партнерської прихильності. Таким чином, ми досліджуємо нарцисизм як невід'ємну рису характеру особистості та його прояви.

Формування нарцистичних рис характеру і уявлень про себе проходить через надмірне підлаштування під вимоги і бажання внутрішнього оточування у ранньому дитинстві, коли особистість дитини замінюється на той образ, який влаштовує або вигідний оточуючим. Таким чином, формування позитивної селф-системи порушується, тому що селф-система включає в себе не тільки реальні компоненти, але ті риси і особливості, які є бажаними і заохочуваними оточуючими. При цьому потенційно бажані риси та особливості селф-системи перевищують малосвідомі реальні можливості селф [18, 35, 57].

Сьогодні термін «нарцисизм» став розповсюдженим у «вік нарцисизму» і при цьому його зміст залишається розмитим і суперечливим. В цілому під нарцисизмом розуміються одночасно сексуальна перверзія і самоповага, переміщення лібидозної енергії в селф і тип міжособистісних відносин, стадія розвитку і клінічний синдром [28, 29, 39].

У психоаналізі першим ввів термін «нарцисизм» З. Фрейд у 1905 році, слідом за П. Неке і Х. Еллісом, що використовували його при описі особливого виду сексуальної перверзії. Вже з 1915 року на рівні феноменології З. Фрейд розглядав нарцисизм одночасно як особистісний, так і як клінічний феномен. Під нарцисизмом вчений мав на увазі специфічний стан, згідно з яким людина концентрує повністю свій інтерес на самому собі. Фрейд не включив нарцисизм ні в свою теорію потягів, ні у структурну модель психіки, але у той же час ніколи навіть не робив спроб від нього відмовитися. При цьому він наполягав, що нарцисизм повинен зайняти законне місце у процесі нормального психічного розвитку людини. Це

зумовило формування абстрактної концепції нарцисизму, яка відразу ж вийшла за рамки психоаналізу і породила численні дослідження у зарубіжній психології. За останні сто років слідом за З. Фрейдом про нарцисизм було написано безліч робіт [23, 24, 118, 121].

У теорії В. Райха поняття нарцисизму стало ключовим. Відходячі від фрейдівської теорії потягів і стриманих бажань, Райх вважав, що психічні проблеми не є виключним результатом конфліктів інфантильних бажань і вимоги Супер-его. Одним з основних положень його наукових праць є висновок, що формування психіки відбувається протягом всього життя людини, і як відповідь на взаємодію з навколишнім середовищем формується характер, або панцир характера, чия функція полягає у захисті нормального нарцисизму. «Характерний панцир - це сформований у психічній структурі, прояв нарцисичного захисту». Залежно від рівня функціонування індивіда такий захист може бути більш-менш ригідним або більш-менш функціональним. Крім того, описуючи техніку роботи з опором пацієнта, Райх відзначає опір психотерапії виключно як «нарцисичний бар'єр» [182].

При спробі зрозуміти нарцисизм необхідно враховувати складний баланс, який регулює відносини людини з самою собою і своїми об'єктами. Можна виділити дві основні тенденції серед психоаналітиків, які мають справу з питанням нарцисизму. Перші наслідують концепції Фрейда про первинний нарцисизм, виходячи з того, що існує фаза на початку життя, коли у немовляти відсутнє знання об'єкта. Другі вважають, що об'єктні відносини існують з самого початку життя, і що фаза первинного нарцисизму не існує. Перший напрямок бере свої витoki від М.Балінта, Д.Віннікотта, К.Хорні, Б.Е.Мура, Д.Файна [21, 129, 130] та інших, і відображає позицію Х.Кохута [55, 56, 57, 58]. Другий заснований на ідеях М. Кляйн, представлений в роботах Г.Розенфельда та інших, і відображає позицію сучасного теоретика нарцисизму О.Ф.Кернберга [49, 94].

В рамках підходу О.Ф. Кернберга нарцисизм визначають у широкому діапазоні - від нормальної до його патологічної форми - за ступенем в проявленні нарцисичних рис і серйозності розладу особистості. Ця традиція була закладена Г.Розенфельдом, який розглядав нарцисизм як норму і як патологію, і пов'язана з припущенням З. Фрейда про те, що особистість може бути більш-менш нарцисична.

О.Ф. Кернберг, відштовхуючись від найбільш вираженої «не-норми» і приписуючи їй статус пріоритетного вектора у формуванні досліджуваної ознаки, розробив особливий таксон «нарцисичний розлад особистості», який входить до класифікатору «Діагностичне і статистичне керівництво з психіатричних захворювань» Американської психіатричної асоціації (DSM APA). Даний кластер базується на психоаналітичній теорії, відображає неодноразово підтвержену статистикою діагностику клінічного нарцисизму і визначається як перебільшене почуття власної значущості і підвищеної стурбованості питаннями самоповаги (з проявами театральності, емоційності і лабільності). Діагноз цього виду особистісного порушення може бути встановлений тільки при наявності п'яти і більше стійких виражених нарцисичних рис і тільки якщо вони спостерігаються не менш ніж протягом півроку [49].

Другий підхід до розуміння нарцисизму з позиції Х. Кохута відображається в ідеї про те, що зміст нарцисичної проблеми полягає не в тому, наскільки та чи інша особистість нарцисична, а у тому, як та чи інша особистість регулює свій нарцисизм. Психічна активність є нарцисичною у тій мірі, в якій її функцією є захист, заповнення та збереження структурної цілісності, тимчасової стабільності і позитивно-афективного забарвлення уявлення про себе. Існують стійкі нарцисичні способи регуляції уявлення про себе, які є універсальними для всіх, хоча вони можуть індивідуально розрізнятися, породжуючи континуум перехідних форм нарцисизму [55, 56, 57, 58].

В рамках теорії психоаналіза Хайнц Когут сформулював нову теорію власного «Селф»: розвиток, можливі порушення та лікування. Внесок Когута [55, 56, 57, 58] виявся корисним не лише у тому, що він намагався зрозуміти і допомогти нарцисичним клієнтам. Він сприяв загальній переорієнтації у бік розгляду пацієнтів з точки зору селф-системи, ставлення до власного «селф» (self -представництва), досліджував як самооцінка стає залежною від внутрішніх процесів. Ненсі Мак-Вільямс наводить клінічний приклад, який підтверджує доцільність такого доповнення до теорії. Два пацієнта можуть бути клінічно депресивними і мати майже ті ж симптоми вегетативного прояву [85]: безсоння, порушеннями апетиту, плаксивість, психомоторну відсталість тощо. Але вони радикально відрізняються за своїм суб'єктивним досвідом переживань. Один відчуває себе погано з точки зору моральної недосконалості. Він розмірковує про самогубство, тому, що вважає, що його існування лише посилює проблеми світу, і він тільки полегшить планеті, коли припинить своє існування. Інший відчуває не стільки аморально, скільки внутрішньо спустошеним, потворним. Він також думає про самогубство, але не для того, щоб зробити світ кращим, а тому, що не бачить сенсу в цьому житті. Перший відчуває почуття сильної провини, другий – всеосяжного сорому. Подібно виділений персоніфікація за Г. Салліваном "Я - поганий" і "Я не Я" можна розділити цих клієнтів за особливостями організації селф-систем та їх само відношення [96].

Нарцисичні способи регуляції уявлення особистості про себе є самостійними одиницями, що забезпечують психічне здоров'я, регулюють і підтримують оптимальний нарцисизм особистості, який проявляється, як здатність по-справжньому повно сприймати свої сили і можливості, реалізовувати їх, прощати собі помилки, засвоювати необхідні уроки з невдач і тим самим збільшувати свій життєвий потенціал. Нарцисичні способи регуляції відіграють принципову роль для всіх людей (безумовно, з різним ступенем важливості), а не тільки для тих, кого прийнято

діагностувати у клінічній літературі як приклад нарцисичної патології [4, 20, 46, 62].

Таким чином, поняття «нарцисизм» до сьогоднішнього дня не має загальноприйнятого визначення і розглядається більшою мірою, виходячи з методологічних переваг зарубіжних і вітчизняних дослідників, відтворюючи досить розрізнену картину підходів, концепцій, теоретичних знахідок і експериментальних даних, в цілому не інтегрованих і до кінця не осмислених сучасною психологією. І хоча, всі без винятку, автори розуміють нарцисизм як безперервний континуум його перехідних форм, що розвивається від його здорових до злякисних форм, однак область здорових нарцисичних проявів особистості залишається як і раніше не розробленою.

Далі ми розглянемо прояви здорового нарцисизму і патологічного. Психологічні аспекти вивчення патологічного нарцисизму пов'язані з особливостями самосвідомості та самоідентичності, а також принципами психотерапії, яким відводиться вирішальна роль у питаннях адаптації таких «важких» для самих себе та оточуючих особистостей. Складно визначити причини розвитку нарцисичної особистості. Сьогодні цей складний процес мало вивчений. Єдине, що можна сказати точно, що при деструктивному нарцисизмі завжди є порушення в ранніх об'єктних відносинах [86, 87, 101].

Нарцисично організована людина - це дитина, яку використовували. Дитину використовували для віддзеркалення, підняття власної цінності, реалізації амбіцій та ідеалів батьків [34, 104, 105]. Тобто дитину використовували як нарцисичне розширення. Під нарцисичним розширенням розуміють те, що мати бачить у своїй дитині продовження своїх достоїнств. А самої дитини – її індивідуальність і автономію - не бачить і не в змозі зрозуміти і побачити. Фрейд звертав особливу увагу на зв'язок об'єктної любові і нарцисизму в своїх роботах. Він вказував на те, що зворушлива і чиста батьківська любов є нічим іншим як відродженням нарцисизмом батьків. Тобто дитина для батьків стає свого роду продовженням достоїнств (або недоліків).

У такій ситуації у дитини формується так зване «фальшиве селф», тобто особистість розвиває ті якості, за які її високо цінують, при цьому справжні потреби і бажання навпаки - блокуються. Фальшиве селф стає для людини єдиним джерелом почуття власної гідності. Тому будь-яка критика на її адресу і відсутність схвалення з боку оточуючих (підживлення селф) є трагедією і руйнівною для особистості. Коли фальшиве селф не справляється з основним завданням - будь-якими способами підтримати самоповагу, то людина стає вкрай чутливою до сорому і приниження, відчуває свою нікчемність, з'являється іпохондрія, психосоматичні порушення, відчуття порожнечі, важка нарцисична депресія, відчуття розпаду особистості [86].

Особистості з порушеним нарцисичним балансом знаходяться постійно під гнітом нерозв'язаного конфлікту між самозвеличуванням, грандіозністю свого «Я» і відчуттям власної нікчемності. Під нарцисичним балансом ми розуміємо оптимальний рівень самоповаги, автономне почуття самоцінності, без підживлення ззовні. Потреба утримання завищеної самооцінки і «самовдосконалення» змушує нарциса безперервно включатися в активність по переробці власного Я. Особистість перетворюється на свого роду «біографічний конструктор», що трансформується і збирається під впливом різноманітних соціальних ролей і очікувань оточуючих [34, 86, 87, 104, 105]. Для людей з порушеним нарцисичним балансом життя втрачає привабливість, присутня нудьга, а всі зусилля сконцентровані на підтримці самоповаги. Сутність нарцисичного самоствердження полягає також у безперестанній шліфовці маніпуляцій, які змушують інших людей звертати увагу на «блискучий фасад» і не помічати жахливої внутрішньої порожнечі, суб'єктивного почуття убогості і порочності Я. Самооцінка стає залежною від внутрішніх процесів.

Як було вищезазначено, область здорових нарцисичних проявів особистості залишається як і раніше не розробленою. Існуючі сьогодні підходи до розуміння нарцисизму, які розглядають здоровий нарцисизм як універсальну і специфічну систему саморегуляції, спрямовану на захист,

заповнення та збереження структурної цілісності, тимчасової стабільності і позитивно-афективного забарвлення уявлення особистості про себе [108, 109, 123, 124].

Нарцисизм у межах психічної норми як особистісний феномен, відображає неусвідомлювану частину уявлення особистості про себе, існує як континуум перехідних форм, може бути градуйований за рівнем виявленості нарцисичних рис, проявляється у нарцисичних станах, актуалізується у нарцисичних стратегіях особистості та нарцисичних способах регуляції уявлення особистості про себе. Оптимальний нарцисизм особистості розглядається як гармонійний і інтегрований стан цілісності, тимчасової стабільності і позитивно-афективного забарвлення уявлення особистості про себе, яке сприймається як «ідеальний стан» гарного самопочуття і впевненості у собі і виявляється як орієнтоване на себе та інших сприйняття реальності [108, 109, 125, 127, 131].

Нормальний нарцисизм існує і є необхідною умовою розвитку особистості. Для розвитку та збереження психологічного здоров'я необхідно підтримувати в рівновазі любов до себе та іншого. У своїй статті присвяченій проблемі нарцисизму психоаналітик Айке Хінце [125] наводить приклад з своєї практики. Молодий чоловік починає брати уроки боксу. З одного боку, це можна зрозуміти як його спробу стати сильнішим у своїй едіпальній битві проти батька як аналітика. Але, з іншого боку, це слід також розглядати як його спробу розвивати власне тіло, відчувати себе, свою силу та енергію, підвищити самооцінку. Звичайно, обидва аспекти постійно змішуються. Нарцисичні рани зберігають свою деструктивну силу навіки, якщо їх докладно не пропрацювати [86, 125]. Також Айнке Хінце висловлює своє припущення про те, що нарцисична психопатологія явище світу чоловіків. Він пояснює це тим, що для жінок вагітність і турбота про немовлят і дітей, можливо, є захисною компенсацією проти нарцисичної заглибленості у себе. Це абсолютно суперечить початковим ідеям Фрейда про нарцисизм у жінок [118, 121]. Нарцисичний баланс особистості

функціонально забезпечується індивідуальними особливостями психологічного захисту.

1.3.3.Механізми психологічного захисту особистості

Поняття психологічного захисту бере свій початок у класичному психоаналізі. Вперше це поняття було введено З. Фрейдом у 1894р [119]. Більше століття ідея захисного механізму є найбільш розповсюдженою і продуктивно використовується як у психотерапевтичній практиці, так і при побудові і аналізі різних теорій особистості. У перетворених формах ідея психологічного захисту використовується практично у всіх психотерапевтичних школах. З. Фрейд відносив психологічний захист до вторинних психічних процесів, протиставляючи їх первинним (уява, сновидіння, мрії).

Первісна розробка цієї теми пов'язана з вивченням генези невротичних симптомів і лібідо. Механізм психологічного захисту виступав як засіб вирішення конфлікту між свідомістю і несвідомим. Пізніше, виходячи з розробленої теорії особистості, механізми психологічного захисту розглядалися як функції Его, що відповідають за інтеграцію та адаптацію при загрозі цілісності особистості. За З. Фрейдом захисні механізми є вродженими; вони запускаються в суб'єктивно травматичній ситуації для цілісності Его і виконують функцію "зняття внутрішнього конфлікту".

Не випадково, вводячи поняття "захисні механізми", З. Фрейд визначав їх як "захист Я" в конфліктних ситуаціях, що породжують тривогу. Механізми психологічного захисту (МПЗ) за своїми проявами несвідомої психічної активності здатні погіршити, пом'якшити або нейтралізувати особистісні реакції на емоційно значимі травматичні стимули [119].

Механізми психологічного захисту відіграють роль регулятора внутрішньо нарцисичного балансу, за рахунок погашення домінуючої емоції.

Мета психологічного захисту - зниження емоційної напруженості і запобігання дезорганізації поведінки, свідомості та психіки в цілому. МПЗ забезпечують регуляцію, спрямованість поведінки, редукують тривогу і емоційну поведінку. У цих процесах беруть участь всі психічні функції особистості, але кожен раз в якості МПЗ виступає переважно одна з них і бере на себе основну частину роботи з подолання негативних переживань [82].

Сучасне психоаналітичне розуміння МПЗ будується в основному на теоріях особистості динамічного розвитку. Класично орієнтовані психоаналітики однією з рушійних сил особистості визнають страх (тривогу). Ця традиція бере свої витoki у З. Фрейда і його послідовників і існує до сьогоднішніх днів. Пізніше в Его-психології специфічний набір певних захисних механізмів, властивий особистості, стали трактувати як характер. З розвитком психоаналітичної клінічної теорії почала проводитися відмінність між більш архаїчними і більш зрілими захисними реакціями. Перші характеризуються психологічним униканням або радикальним неприйняттям фактів життя, що турбують, останні - більшу пристосованість до реальності. Іншим важливим клінічним припущенням, яке випливало з Его-психології, стала гіпотеза, що для психологічного здоров'я необхідно мати не тільки зрілі захисні реакції, але також бути здатним використовувати різноманітні захисні процеси [82, 85]. Іншими словами, стало зрозуміло, що людина, яка відповідає на будь-який стрес звичним для нього способом (скажімо, проекцією) не є настільки психологічно благополучною, як людина, що користується різними, залежними від обставин способами. Поняття типу "ригідність" особистості і "панцир характеру" [182] є відображенням ідеї, що душевне здоров'я пов'язано з емоційною гнучкістю.

Серед оригінальних ідей З. Фрейда можна зустріти висновок про те, що тривожні реакції викликаються захистами, а найбільш явні - придушенням (мотивоване забування). Почуття, які не знаходять виходу, розглядалися як джерело внутрішньої напруги, що вимагає розрядки і відчутні як тривожні.

Коли Фрейд змістився на позиції структурної теорії, він, навпаки, почав розглядати витіснення як одну з реакцій занепокоєння, за допомогою яких люди прагнуть уникнути нестерпних почуттів або ірраціонального страху. Фрейд почав розглядати психопатологію як стан, при якому захисні механізми не працюють, коли тривога відчувається, незважаючи на звичні способи боротьби з нею, коли поведінка, яка маскує тривогу, є само руйнівною [119]. Механізми психологічного захисту проявляються як здорова, творча адаптація і продовжують діяти протягом усього життя. Особистість, чия поведінка носить захисний характер, несвідомо прагне виконати одне або обидва з таких завдань : (1) уникнути або опанувати потужним загрозливим почуттям - тривогою, іноді сильним горем або іншими дезорганізуючими емоційними переживаннями; (2) збереження самоповаги.

Его-психологи виділяють функцію захисту як засіб подолання тривоги. Теоретики об'єктних відносин, які роблять акцент на прихильності і сепарації, запровадили уявлення про те, що механізми захисту діють і проти горя. Селф-психологи приділяють увагу функції захисту в психічних зусиллях, які служать для підтримки сильного, несуперечливого, позитивного почуття власного "Я". Згідно психоаналітичним ідеям кожна людина віддає перевагу певному захисту, який стає невід'ємною частиною його індивідуального стилю боротьби з труднощами.

Це переважне автоматичне використання певного захисту чи різних захистів є результатом складної взаємодії щонайменше чотирьох чинників: (1) вродженого темпераменту; (2) природи стресів, які були пережиті в ранньому дитинстві; (3) захистів, зразками для яких (а іноді і свідомими вчителями) були батьки або інші значущі фігури; (4) засвоєних дослідним шляхом наслідків використання окремих захистів (на мові теорії навчання - ефект підкріплення). Мовою психодинаміки несвідомий вибір індивідом улюблених способів подолання труднощів "наддетермінований", що

відображає кардинальний аналітичний принцип "множинної функції"[82, 85, 182].

Хоча і не існує доказів того, що захисти з'являються один за одним у певній строгій послідовності у процесі розвитку дитини, серед більшості психодинамічно орієнтованих дослідників досягнута згода в тому, що деякі процеси захисту є більш «примітивними» процесом, ніж інші. Як правило, до захистів, що розглядаються як первинні, незрілі, примітивні, або захисти «нижчого порядку» відносяться ті, що мають справу з межею між власним "я" і зовнішнім світом. Захисти, які причисляють до вторинних, більш зрілих, більш розвинених або до захисту "вищого порядку", "працюють" з внутрішніми межами - між Его, супер-Его і Ід або між спостерігаючи ми і переживаючими частинами Его. Примітивні захисти діють загальним, недиференційованим чином у всьому сенсорному просторі індивіда, сплаваючи між собою когнітивні, афективні і поведінкові параметри, в той час як більш розвинені способи захисту здійснюють певні трансформації чогось одного - думок, почуттів, відчуттів, поведінки або деякої їх комбінації.

До "примітивних" захистів відносять: ізоляцію, заперечення, загальний контроль, примітивну ідеалізацію, знецінення, проектну та інтроєктивну ідентифікацію, розщеплення Его. Серед примітивних захисних механізмів також прийнято виділяти певну ієрархію. Так, заперечення вважається маніфестацією більш примітивного процесу, ніж витіснення. Для витіснення чогось, воно спочатку має бути розпізнано будь-яким шляхом, а потім вже переведено в несвідоме. Заперечення - це миттєвий, позараціональний процес. "Це не сталося" - більш магічний спосіб поводження з чим-небудь неприємним, ніж "це сталося, але я забуду про це, тому що це занадто болісно".

Таким чином, більшість дослідників [82, 85, 119, 182] сходяться в тому, що наявність механізмів психологічного захисту є необхідною умовою функціонування психіки. Проблеми виникають лише в тих випадках, коли є

брак більш зрілих психологічних навичок або коли механізми захисту наполегливо використовуються для виключення можливих інших. У нормі для особистості є властивим одночасна представленість декількох захисних механізмів.

Висновки до розділу 1:

1. Прихильність – це тісна взаємодія між двома людьми, що характеризується взаємним емоційним прагненням до збереження близькості. Перші відносини дитини з матір'ю є прототипами прихильності у дорослості. Ця засвоєна у дитинстві прихильність впливає на особистісні риси людини, формування характеру. Прихильність функціонує як різновид гомеостатического механізму модулювання тривоги. Наростання тривоги і збудження підсилює прихильність, тому метою прихильності можна вважати надання допомоги індивіду в модуляції своєї тривоги і збудження. Будь-який об'єкт прихильності може модулювати тривогу найрізноманітнішими способами і методами, наприклад стримувати емоційні реакції, забезпечувати інформацією, діючи при цьому послідовно і узгоджено з потребами особистості. Недостатня або патологічна прихильність в дитинстві обумовлює розвиток форм дезадаптивної прихильності в дорослому житті. Ця система впливає як на особистісні риси людини, так і на уклад її сім'ї і передачу сімейних сценаріїв від покоління до покоління. Виявлено здоровий та порушений типи партнерської прихильності, які суттєво розрізняються за здатністю особистості до стосунків психологічної інтимності. Порушена партнерська прихильність є деструктивною прихильністю, яка обумовлена неконтрольованою поведінкою, що спрямована на підтримку близьких стосунків які не здатні задовольняти емоційні потреби особистості. Прихильність має функціональний та структурний виміри: перший реалізується як певний тип партнерських стосунків (нормальних, або порушених); другий – як стала характерологічна структура, що проявляється

у характерологічних типах та особливостях забезпечення нарцисичного балансу.

2. У психоаналітичній парадигмі характер розуміють у двох напрямках. Перший, як результат фіксації на одному з етапів психосексуального розвитку. Другий, як сукупність властивих для особистості захисних механізмів.

3. Найбільш розповсюджена сьогодні у консультативній та психотерапевтичній практиці модель характерологічного розвитку особистості бере свій початок від традицій школи об'єктних відносин, селф-психології. У теорії характерологічного розвитку кожна структура характеру виникає на базі однієї з основних, екзистенціальних, людських проблем. Кожна з цих проблем має фундаментальне значення для людського досвіду і потребує постійного вирішення протягом всього життя. Відповідно до цієї моделі характерологічного розвитку провідні риси характеру і є похідною особистісних стереотипних відповідей на природну органічну реакцію на фрустрацію інстинктивних потреб людини, які викликаються оточенням. Тобто характер розуміють як складну реакцію особистості на фрустрацію, викликану середовищем, і завжди пов'язують з міжособистісним спілкуванням.

4. Характерологічна структура особистості визначається природньою, інстинктивною реакцією на фрустрацію її потреб і тих методів, за допомогою яких особистість справляється і пригнічує власні реакції. Вибір механізмів пристосування обумовлений набором структурних умінь, доступних для рівня розвитку особистості в момент переживання фрустрації і - в рівній мірі - діапазоном можливостей, які є результатом моделювання з боку інтерперсонального оточення.

5. Селф Селф-система – комплексний зразок поведінки, що забезпечує безпеку особистості, захищаючи її від тривоги. Селф - система - узгоджений динамізм (паттерн поведінки), що виникає в результаті міжособистісного спілкування. На основі індивідуального досвіду особистість гостро відчуває

найменші коливання рівня внутрішнього занепокоєння, і сприймає їх як загрозу цілісності я. Селф-система є готовою, стійкою моделлю поведінки в травматичних умовах, щоб захистити цілісність особистості. З іншого боку, специфіка селф-системи полягає у стійкості до змін у зовнішньому середовищі, оточенні. Провідна функція «селф-системи» є захист людини від тривоги.

6. У результаті розвитку селф-системи у особистості формується стабільний, уявний образ самого себе. Будь-який інший міжособистісний досвід, що не узгоджується з цим уявним стійким образом, стає загрозливим. Найчастіше людина прагне заперечувати або спотворювати той міжособистісний досвід, який конфліктує з її самооцінкою. Стосунки психологічної інтимності у зв'язку з цим є найбільш небезпечними для стабільного почуття власної гідності людини. Саме прихильність у дорослому віці, як реалізація романтичних стосунків, є прототипом ранніх дитячих стосунків, в яких вперше виникло відчуття тривоги. Завдання селф-системи переформувати досвід міжособистісних стосунків так, щоб зменшити занепокоєння (тривогу), яка зародилася в ранніх відносинах.

7. Нарцисичні способи регуляції уявлення особистості про себе є самостійними одиницями, що забезпечують психічне здоров'я, регулюють і підтримують оптимальний нарцисизм особистості, який проявляється, як здатність по-справжньому повно сприймати свої сили і можливості, реалізовувати їх, прощати собі помилки, засвоювати необхідні уроки з невдач і тим самим збільшувати свій життєвий потенціал. Механізми психологічного захисту відіграють роль регулятора внутрішньо нарцисичного балансу, за рахунок погашення домінуючої емоції. Мета психологічного захисту - зниження емоційної напруженості і запобігання дезорганізації поведінки, свідомості та психіки в цілому.

8. Для зрілої особистості є властивим різноманітна представленість механізмів психологічного захисту та оптимальний рівень нарцисичного балансу. Психологічно здорова особистість визначається не відсутністю

примітивних механізмів психологічного захисту (МПЗ), а обов'язковою наявністю зрілих МПЗ. Оптимальний рівень нарцисичного балансу визначається як автономне почуття самоцінності без підживлення ззовні.

РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ І МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Характеристика дослідницької вибірки

Відповідно до поставленої мети та завдань дослідження була сформована дослідницька вибірка. У дослідженні брали участь 164 жінки у віці 19-21 років, за них 25 жінок склали групу психокорекційної програми. За соціальним статусом усі досліджувані були студентками харківських вишів. За сімейним станом усі досліджувані є незаміжніми та не мають дітей. Дотримання цих критеріїв обумовлено важливістю створення однакової вибірки з точки зору досвіду побудови партнерських стосунків. У вибірку дослідження увійшли лише ті жінки, які на момент дослідження вже мали досвід близьких стосунків з чоловіками (успішний чи ні за особистою оцінкою жінок під час співбесіди з психологом).

Віковий період обумовлений метою та завданнями дослідження. Цей вік особистості відноситься до двох періодів – юність та рання дорослість. Обидва вікових періоди є суміжними за змістовними завданнями для особистості.

Юність – період життя людини між підлітковим віком та дорослістю. Одне з досягнень юності - новий рівень розвитку самосвідомості. Центральне психологічне новоутворення юнацького віку - становлення стійкої самосвідомості і стабільного образу «Я». Головне психологічне придбання ранньої юності - відкриття свого внутрішнього світу в його індивідуальній цілісності і унікальності. Особистість усвідомлює себе в якості неповторної, не схожої на інших, з власним світом думок, почуттів і переживань, з власними поглядами і оцінками. І свою особистість як щось особливе, не схоже на інших, людина хоче затвердити серед оточуючих людей. Надзвичайно важливий компонент характерний для самосвідомості особистості в період юності це самоповага. Юнаки та дівчата з низькою самоповагою (неприйняття себе, незадоволеність собою, презирство до себе,

негативна самооцінка), як правило, менш самостійні, більше схильні до навіювань, більш неприємно ставляться до оточуючих, конформні, більш ранимі й чутливі до критики, вразливі до глузувань. Знижений рівень самоповаги провокує складності у побудові міжособистісного спілкування. Та навпаки, юнаки та дівчата з більш високим рівнем самоповаги (прийняття і схвалення себе) більш відкриті успішні у міжособистісному спілкуванні, що є провідним для цього періоду. Згідно концепції Е. Еріксона почуття его-ідентичності полягає у зростаючій впевненості в тому, що внутрішня індивідуальність і цілісність, що мають значення для себе, так само значимі і для інших.

Рання дорослість є періодом, який настає після юності й характеризується стабільністю у психофізіологічному, психологічному та соціальному аспектах розвитку. У цьому віковому періоді особистість активно збагачує свій психологічний і соціальний досвід, оволодіває багатьма соціальними ролями. Розвиток особистості у цей вік передусім зумовлюється побудовою сімейного й професійного життя. Вона виходить з батьківської сім'ї, обирає супутника життя, приймає рішення про шлюб і сімейне життя. Одночасно з побудовою партнерських стосунків особистість продовжує свій професійний розвиток, формування уявлення про себе та самоповагу.

Таким чином, дослідницька вибірка за віковим критерієм є такою, що найбільш відповідає меті та завданням дослідження, оскільки провідними завданнями вказаного вікового є побудова партнерських стосунків та самовизначення особистості, то саме в цей період найбільш яскраво будуть проявлятися типологічні особливості партнерської прихильності, а з іншої – характерологічна регуляція, самовідношення та самоповага.

За результатами опитувальника «Досвід близьких стосунків» ECR-R (в адаптації Кочарян О.С., Фролова Є.В., Такмакова М.Ю.) з загальної дослідницької вибірки було виокремлено 4 групи жінок з різними типами партнерської прихильності (автономія, псевдоавтономія, дезорієнтованість,

надзалежність). У зв'язку з тим, що для опитувальника «Досвід близьких стосунків» ECR-R (в адаптації Кочарян О.С., Фролова Є.В., Такмакова М.Ю.) сьогодні ще не має нормативних показників, нами було використано медіанний метод. Ми скористалися методом перехресної класифікації (2x2). Обидва показники «Тривоги» та «Уникнення» мають два ступені виразності – високий і низький. Виокремлення груп здійснювалось за медіаною кожної шкали. Для шкали тривоги медіана склала 66,1 балів, для шкали уникнення – 57,5 балів. Тому усі випробувані були розділені на чотири групи за типом прихильності. Нижче на рис. 3.1 кількісна та відсоткова представленість жінок по групам відповідно до типу партнерської прихильності.

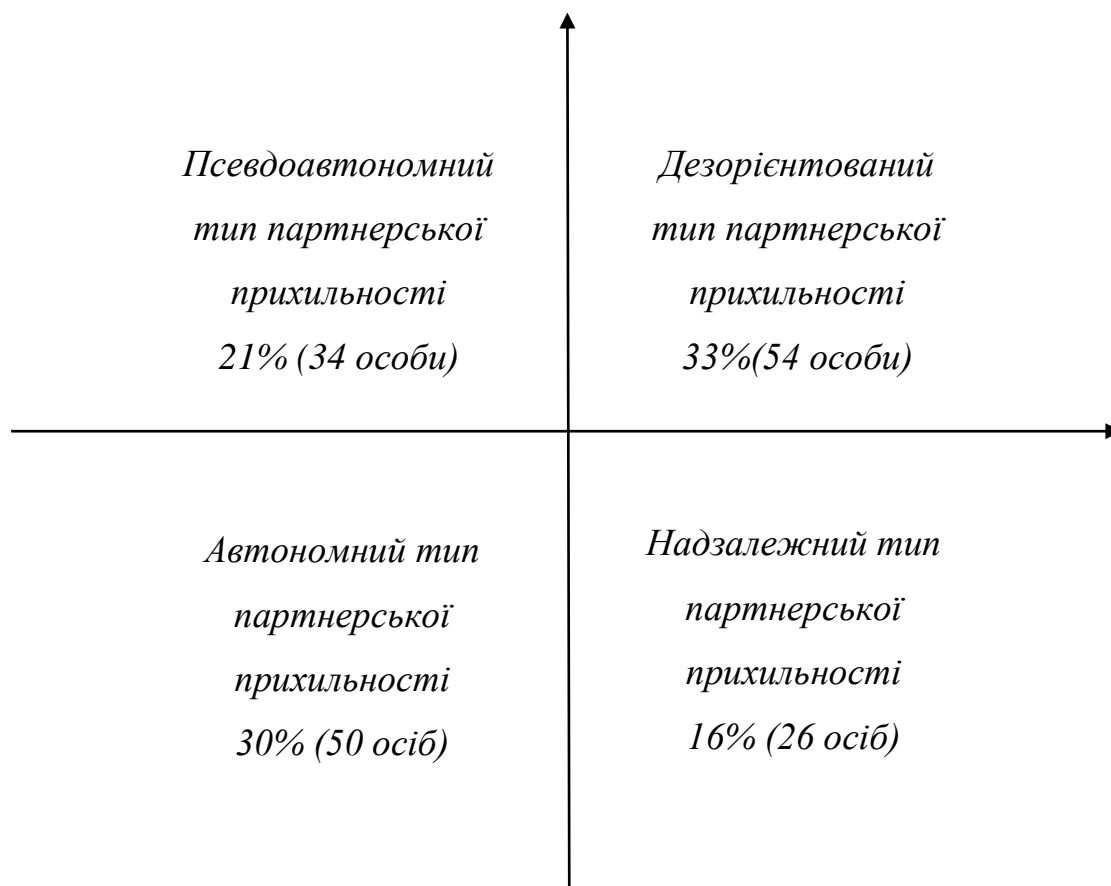


Рис. 2.1. Розподіл досліджуваних за типами партнерської прихильності

2.2. Методи дослідження

Відповідно до реалізації завдань дослідження нами були використані наступні групи методів:

а) метод діагностики типу партнерської прихильності: опитувальник «Досвід близьких стосунків» ECR-R (в адаптації Кочарян О.С., Фролова Є.В., Такмакова М.Ю.);

б) метод дослідження характерологічних радикалів особистості: тест «Автопортрет особистості», Джен М. Олдхем, Луї Б. Морріс;

в) методи дослідження особливостей організації селф-системи особистості: «Індекс функціонування Self-системи» (Залуцька Н. М. зі співавт., 2003); Особистісна шкала проявів тривоги (Дж. Тейлор, адаптація В.Г. Норагідзе); Нарцисичні риси особистості (Шамшикова О.А., Клепікова Н.М.);

г) метод дослідження особливостей психологічного захисту: методика «Індекс життєвого стилю» Р.Плутчика, Х.Келлермана;

Математична обробка результатів проводилася за допомогою методів математичної статистики (програмний пакет SPSS Statistics 21): методи перевірки достовірності відмінностей зв'язаних вибірок (G-критерій знаків) та незв'язаних вибірок (U-критерій Манна-Уїтні); методи багатовимірної статистики - кореляційний аналіз (за методом Кендалла) та факторний аналіз (аналіз головних компонент з ротацією Varimax).

Розглянемо більш детальну характеристику психодіагностичних та математико-статистичних методів:

1. Опитувальник «Досвід близьких стосунків» ECR-R (в адаптації Кочарян О.С., Фролова Є.В., Такмакова М.Ю.) направлений на визначення типу партнерської прихильності через співвідношення рівня виразності двох соціально-психологічних настанов: ставлення до залежності і незалежності у контексті партнерських стосунків. Методика складається з 36 тверджень, що представлено двома шкалами: тривоги і уникнення (по 18 тверджень). За результатами методики визначається один з чотирьох типів партнерської прихильності, шляхом поєднання рівня виразності шкал:

- *автономія* (низький рівень тривоги, низький рівень уникнення) – тип партнерської прихильності, котрий властивий для особистості з

усвідомленням власної цінності та самодостатності, при цьому вона приймає взаємозалежність від партнера у стосунках. Це є свідомо, комфортна форма залежності у стосунках, що виражається у здатності до побудови гармонійних, тривалих стосунків психологічної інтимності;

- *псевдоавтономія* (низький рівень тривоги, високий рівень уникнення) – тип прихильності, що характеризується прагненням уникнути психологічної близькості, перебільшене значення власної незалежності демонстративна самодостатність та дистанціювання у стосунках. Особистість не приймає жодної форми залежності від партнера та розцінює подібне як посягання на власну свободу та цінність, для них властивим є пригнічення і приховування своїх емоцій і почуттів;

- *дезорієнтованість* (високий рівень тривоги, високий рівень уникнення) – цей тип партнерської прихильності є найбільш неефективним, адже представляє собою сполучення високих рівней виразності і тривоги, і уникнення. Для особистості властива негативна установка як на взаємозалежність, так і на самодостатність. При цьому типі прихильності прагнення відсторонитись від партнера обумовлено страхом бути відторгнутим та покинутим. Людям з цим типом прихильності надто складно побудувати гармонійні партнерські стосунки, бути відкритими до нового емоційного досвіду, переживань;

- *надзалежність* (високий рівень тривоги, низький рівень уникнення) - при цьому типі партнерської прихильності особистість прагне постійного підтвердження своєї значимості та потрібності для партнера. Потреба у високому ступені емоційної близькості с партнером обумовлює високий рівень тривоги та трах бути покинутим. Особистість визнає свою залежність від партнера та повністю відкидає свободу та незалежність у стосунках, сприймаючи це як відсутність почуттів з боку партнера.

2. Тест «Автопортрет Особистості» Джен М. Олдхем, Луї Б. Морріс – розроблена для виявлення різних типів особистості, ступені виразності у досліджуваних того чи іншого типу. Розроблений

американськими психоаналітиками Джоном М. Олдхемом та Луї Б. Моррісом. Методика дозволяє виявити виразність чотирнадцяти типів особистості, побудувати профіль особистості. Ця методика ґрунтується на загальних теоретичних положеннях виданої в США класифікації розладів особистості «Американської психіатричної асоціації» (1994 рік) DSM-IV.

Дана методика дозволяє діагностувати здорові прояви акцентуацій певних типів особистості. Автори методики відмічають: «Ніхто не зможе з повною впевненістю стверджувати де закінчується тип особистості, як норма поведінки, та починається розлад особистості. Однак ми у своїй роботі спираємося на те, що особистість здатна до взаємодії з оточуючими, реалізовувати свої інтереси та отримувати задоволення, а отже ця особистість відноситься до здорового рівня функціонування».

Стимульний матеріал складають 107 тверджень, що стосуються різних сторін поведінки людини. Досліджуваному пропонується три можливих варіанти відповіді: стверджувальний, негативний і невизначений. Кінцевою метою обробки «сирих» показників є побудова «автопортрета особистості» досліджуваних у вигляді графіка. Діагностуються наступні типи особистості:

1. Добросовісний;
2. Самовпевнений;
3. Драматичний;
4. Спостережливий;
5. Діяльний;
6. Відданий;
7. Самотній;
8. Дозвільний;
9. Чутливий;
10. Идеосинкратичний;
11. Авантюрний;
12. Самопожертва;
13. Агресивний;

14. Серйозний.

3 «Індекс функціонування Self-системи» (Залуцька Н. М. зі співавт., 2003);

«Індекс функціонування селф-системи» (тест оцінки нарцисизму) – клініко-психологічна тестова методика, розроблена F.-W.Deneke і V.Nilgenstock і адаптована в 2003 році Н.М. Залуцькою, А.Я. Вукс під керівництвом В.Д.Віда у НДПНІ ім. В.М. Бехтерева.

Опитувальник складається з 163 тверджень, відповіді формуються за шкалою Ліккерта. У підсумку можна отримати відомості по 18 шкалами і підрахувати нарцисичний коефіцієнт і загальний індекс функціонування селф-системи:

1.Безсиле селф – ця шкала в цілому відповідає за стійке відчуття своєї слабкості та безпорадності. Ця шкала сигналізує о загальній ослабленості селф-системи, а саме:

- відчуття неконтрольованої тривоги, відчуття самотності, сприйняття соціального оточення як екзистенціальної загрози;
- інтенсивні депресивні переживання відсутності мети життя, низької самоцінності, внутрішньої пустоти, безпорадності;
- деструктивні прояви агресії проти себе.

2.Втрата контролю емоцій – послаблення особистості за цим показником свідчить про нездатність особистості до контролю власних емоцій. Хаотична зміна емоцій вказує на ослаблення рівня організації селф-системи особистості.

3. Дереалізація / Деперсоналізація – диссоційоване самоприйняття та нереалістичне бачення оточення свідчать про активізацію захисних механізмів, за рахунок яких особистість дистанціюється від загрозливих для її цілісності ситуацій. Завдяки цим архаїчним механізмам особистість намагається заперечувати переживання, що її внутрішньо дестабілізують.

4. Базовий потенціал надії – цей показник вказує не просто на фасадну самовпевненість, а максимальну переконаність особистості у власний потенціал, максимальна настанова на реалізацію особистісних ресурсів.

5. Незначне селф - характеризує ослаблення організації селф-системи, що супроводжується болісними сумнівами в цінності власної особистості. Це порушення регуляції почуття власної цінності супроводжується домінуючим переживанням сорому і страху розкриття оточуючими своєї малоцінності.

6. Негативне тілесне селф – цей показник вказує не про об'єктивну самооцінку, а про хворобливість сприйняття своїх можливих дефектів тіла (не "красиво / некрасиво», а «страждаю від цього / не страждаю»).

7. Соціальна ізоляція - ослаблення особистості за цим параметром проявляється в наростанні соціального уникнення з метою захисту від нарцисичної травматизації.

8. Архаїчна регресія - відображає неконтрольоване наростання регресивних тенденцій з фантазіями єднання з природою і уникненням міжособистісних стосунків. Регресія тут має специфічну якість - це пошук об'єктів, які, на відміну від ненадійних людських об'єктів, були б постійно доступними і задовольняючими. З психоаналітичної точки зору це зберігається з раннього дитячого періоду прихильності до материнського об'єкту, загроза втрати якої є екзистенціальною небезпекою.

9. Грандіозне селф - настанова на досягнення успіху, свою соціальну ефективність. Вказує на достатньо високу самооцінку.

10. Прагнення до ідеального селф-об'єкту – високий рівень виразності цього параметру відображає зниження задоволеності собою з одночасним пошуком зовнішнього ідеалізованого об'єкту, який в фантазіях випромінює силу. Ідентифікація з ним стимулює слабку особистість, дозволяє брати участь у його могутності і блиску, компенсуючи таким чином власний нарцисичний дефіцит.

11. Жага до похвали та компліментів – спроби компенсувати відчуття власної малоцінності безпосередньо соціальним схваленням.

12. Нарцисична лют - під впливом негативних емоцій, пов'язаних з образою, соромом, приниженням, розчаруванням сильна особистість мобілізує свою готовність до захисту, свої резерви у відповідь люті і помсти. Ця реакція стабілізує селф-систему і захищає особистість від нарцисичного шоку і втрати власної цінності.

13. Ідеал самодостатності – прояв феноменів перфекціонізму і трудоголізму є спробами захисту від власної актуальної або уявної недостатності.

14. Знецінення об'єкта – тенденція до знецінення оточуючих, сприйняття їх небезпечними, такими, що розчаровують.

15. Ідеал цінностей - рцисичну направленість осотистості - визнання себе моральним досконалим, перфекціонізм і гіперболізація своїх моральних цінностей, жорстке нав'язування їх оточуючим.

16. Симбіотичний захист селф - тенденція шукати «хороший» селф-об'єкт, який був би психологічною копією себе і підкріплював б реальність існування слабкої особистості повною відповідністю установок, думок і системи цінностей.

17. Іпохондричний захист від тривоги - психодинамічно іпохондрія є реакцією індивіда на загрозу фрагментації селф з деструкцією його саморегулюючих функцій.

18. Нарцисична вигода від хвороби – від іпохондрії цей показник відрізняється акцентом на фантазію: «я, власне, сам здоровий і продуктивний, це моє тіло відмовляє».

19. Індекс функціонування селф-системи – оцінка індексу функціонування селф-системи відображає ефективність механізмів, що регулюють її діяльність, і є зведеним кількісним показником сили особистості.

20. Нарцисичний коефіцієнт - кількісне вираження числа "крайніх" відповідей на ряд питань. Його підвищене значення може свідчити про нарцисично організовану особистість.

4. Нарцисичні риси особистості (Шамшикова О.О., Клепікова Н.М.). - опитувальник, що дозволяє ефективно дослідити різноманітні конфігурації нарцисичних рис, що утворюють континуум перехідних форм нарцисизму. Цей опитувальник орієнтований на широкий контингент психічної норми та спрямований на діагностику нарцисичних станів, що характеризуються сукупністю нарцисичних рис, котрі входять до структури нарцисичного розладу особистості, але не досягають рівня необхідного для діагностики патологічного нарцисизму згідно DSM-IV. При цьому специфічне сполучення нарцисичних рис розглядається як система психологічних «фільтрів», що забезпечують певне сприйняття оточуючого світу.

Опитувальник складається з 9 шкал, що споріднені критерію нарцисичного розладу за DSM-IV:

1. *Грандіозне відчуття самозначимості* – виражається у перебільшенні власних можливостей, досягнень та очікування високої оцінки з боку оточуючих, визнання унікальності власної особистості.
2. *Захопленість фантазіями* – фантазії виникають за умови загрози цілісності я-концепції особистості. Зміст фантазій є конкретним, наближеним до реальності, але ніколи не реалізуємий насправді.
3. *Віра у власну унікальність* - відсутність спроб критичного осмислення себе та впевненість у тому, що оцінити подібну унікальність особистості спроможні лише обдаровані, гідні люди.
4. *Потреба в постійному схваленні та захопленні* – подібна потреба обумовлена внутрішнім занепокоєнням переживання власної неповноцінності. Прагнення бути завжди у центрі уваги (наприклад, завдяки голосного, демонстративного сміху), постійний пошук

оточення, яке б задовольняло потребу схвалення та створювало сприятний психологічний клімат для особистості.

5. *Очікування особливого ставлення* - впевненість у тому, що особистість заслуговує на особливе ставлення. Нереалізованість очікувань стосовно власної унікальності провокує дратівливість та вразливість особистості.
6. *Маніпуляції в міжособистісних відносинах* – використання інших для посилення власних соціальних позицій, досягнення мети. При міжособистісних контактах інтереси інших особистостей не бере до уваги.
7. *Відсутність емпатії* – проявляється у нездатності розпізнавати й розуміти почуття та потреби інших людей, небажанні ідентифікуватися з іншими, неспроможність емоційно сопереживати іншим, допомагати.
8. *Стурбованість почуттям заздрості* – заздрість до оточуючих та переживання того, що інші всі також заздять. Реальні чи уявні інших (матеріальні чи соціальні) над особистістю сприймаються як загрозові для ціліності Я.
9. *Зухвала, зарозуміла поведінка* – прояви гордовитої, зарозумілої поведінки. Інтереси та погляди інших людей особистість не враховує, комунікації має односторонній характер.

5. Особистісна шкала проявів тривоги (Дж. Тейлор, адаптація В.Г. Норакідзе);

Особистісна шкала проявів тривоги Джанет Тейлор (Teilor's Manifest Anxiety Scale) призначена для вимірювання проявів тривожності. Опублікована Дж. Тейлор в 1953 р. Відомий варіант методики в адаптації В. Г. Норакідзе, який в 1975 р. доповнив опитувальник шкалою брехні, що дозволяє судити про демонстративність, нещирості у відповідях. Опитувальник складається з 60 тверджень.

6. Методика «Індекс життєвого стилю» Р.Плутчіка, Х.Келлермана - опитувальник направлений на визначення механізмів психологічного захисту. Складається з 97 тверджень, що вимагають відповіді за типом «вірно - невірно» та дозволяє виявити рівень виразності восьми видів захисних механізмів: витіснення, відкидання, заміщення, компенсація, реактивне утворення, проекція, інтелектуалізація (раціоналізація) і регресія. Кожному з цих захисних механізмів відповідають від 10 до 14 тверджень, що висвітлюють особистісні реакції людини, що виникають в різних ситуаціях. На основі відповідей будується профіль захисної структури обстежуваного.

Дана методика створена на основі психоеволюційної теорії Р. Плутчіка та структурної теорії особистості Х.Келлермана. Методика «Індекс життєвого стилю» Р. Плутчіка, Х. Келлермана вважається найбільш вдалим діагностичним засобом, що дозволяє виявити усю систему механізмів психологічного захисту, виявити провідні, найбільш властиві для особистості механізми. Небажана для психіки інформація на шляху до свідомості спотворюється. Спотворення реальності за рахунок механізмів психологічного захисту може відбуватися таким чином:

1. ігноруватися або не сприйматись;
2. будучи сприйнятою, забуватися;
3. у разі допуску до свідомості і запам'ятовування, інтерпретуватися зручним для індивіда чином.

Ступінь зрілості механізмів психологічного захисту визначається способом спотворення небажаної для психіки інформації. Прояви механізмів захисту залежить від вікового розвитку і особливостей когнітивних процесів. У цілому, вони утворюють шкалу примітивності-зрілості.

Першими виникають механізми, в основі яких перцептивні процеси (відчуття, сприйняття і уваги). Саме перцепція несе відповідальність за такі види захисних механізмів, що пов'язані з незнанням, нерозумінням інформації. До них відносять заперечення і регресію, що визнаються

найбільш примітивними. Особистість для якої подібні механізми є провідними можна визначити як емоційно незрілу.

Далі виникають механізми психологічного захисту, що пов'язані з пам'яттю, а саме з забування інформації, це витіснення і придушення. У міру розвитку процесів мислення і уяви, формуються найбільш складні і зрілі види захистів, пов'язані з переробкою і переоцінкою інформації, це раціоналізація. Механізми психологічного захисту, грають роль регулятора нарцисичного балансу, за рахунок гасіння домінуючою емоції.

2.3. Організація дослідження

Дослідження проводилося на базі Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна протягом 2014-2015 років.

Дослідження проводилось у три етапи:

На першому етапі було проведено теоретичний огляд з теми дослідження, підбрано психодіагностичний інструментарій та сформовано чотири дослідницькі групи жінок за типом партнерської прихильності.

Другий етап дисертаційної роботи був присвячений визначенню особливостей характерологічної регуляції типів партнерської прихильності.

Було виявлено найбільш виражені типи особистості для кожної з чотирьох груп досліджуваних. Наступним було виділення характерологічних радикалів особистості жінок та їх відповідність типам партнерської прихильності. Для вирішення цього завдання нами був використаний тест «Автопортрет особистості» Джен М. Олдхем, Луї Б. Морріс.

Результати тестування оброблялися за допомогою методів математичної статистики: U-критерій Манна-Уїтні, факторний аналіз (ротація за методом Varimax).

Далі було виявлено особливості організації селф-системи особистості та її нарцисичної складової. Було виділено три типи організації селф-системи

та їх відповідність до груп досліджуваних. Виділено взаємозв'язок складових селф-системи з соціально-психологічними настановами до залежності та незалежності, що утворюють тип прихильності. Було досліджено особливості нарцисичних рис та рівня тривожності жінок з різними типами партнерської прихильності.

Були використані такі психодіагностичні методи: «Індекс функціонування Self-системи» (Залуцька Н. М. зі співавт., 2003); особистісна шкала проявів тривоги (Дж. Тейлор, адаптація В.Г. Норакидзе); опитувальник «Нарцисичні риси особистості» (Шамшикова О.А., Клепікова Н.М.).

Результати тестування оброблялися за допомогою методів математичної статистики: коефіцієнт кореляції за методом Кендалла; U-критерій Манна-Уїтні, факторний аналіз (ротація за методом Varimax).

Було виявлено особливості психологічного захисту жінок з різними типами партнерської прихильності за допомогою методики «Індекс життєвого стилю» Р.Плутчика, Х.Келлермана. Результати тестування оброблялися за допомогою методу математичної статистики U-критерій Манна-Уїтні.

Третій етап виконання дисертаційної роботи був присвячений побудуванню узагальненої моделі характерологічної регуляції особистості відповідно для кожного порушеного типу партнерської прихильності. На цьому етапі було використано результати попередніх етапів емпіричного дослідження.

Четвертий етап виконання дисертаційної роботи полягав у розробці програми психокорекції, що була направлена на формування здорового типу партнерської прихильності шляхом корекції характерологічної регуляції особистості жінок.

Висновки до розділу 2

1. Дослідницька вибірка достатня за обсягом, репрезентативна і рандомізована, це означає, що результати, отримані на цій вибірці, можуть бути поширені на генеральну сукупність.

2. Методи і методики, використані в роботі, відповідають вимогам сучасної психодіагностики. Вибраний комплекс методів і методик дослідження відповідають меті та задачам дослідження.

3. Методи математичної статистики відповідають типовій дослідницькій потребі і структурі вихідних даних.

РОЗДІЛ 3. ОСОБЛИВОСТІ ХАРАКТЕРОЛОГІЧНОЇ РЕГУЛЯЦІЇ ТИПІВ ПАРТНЕРСЬКОЇ ПРИХИЛЬНОСТІ У ЖІНОК

3.1. Аналіз характерологічних особливостей жінок з різними типами партнерської прихильності

На першому етапі нашої роботи було визначено характерологічні особливості та їх виразність серед жінок з різними типами партнерської прихильності

У психоаналітичній парадигмі розуміння характеру ґрунтується за двома напрямками: перший – розуміння характеру як результат фіксації на одному з періодів психосексуального розвитку; другий – характер як сукупність механізмів психологічного захисту, що виникли через особливості психосексуального розвитку. У своїй роботі ми спираємося на теорію характерологічного розвитку та DSM-IV. Для дослідження особливостей та типів характеру ми використали методику «Автопортрет особистості» (Д. М. Олдхем, Луї Б. Морріс), що дозволяє побудувати профіль особистості та визначити найбільш виражені типи особистості. Ця методика за класифікацією типів особистості ґрунтується також на положеннях DSM-IV.

Першим кроком було визначення ступені виразності характерологічних особливостей досліджуваних за тестом «Автопортрет особистості». Отримані первинні сирі бали для кожної шкали були переведені у вторинну стенову шкалу (станайни), де середнє – 5, а стандартне відхилення дорівнює 2.

Необхідність переведення сирих балів у станайни обумовлена тим, що тест «Автопортрет особистості» складається зі шкал, що містять різну кількість питань та відповідно максимальну кількість балів за шкалу. Отже, завдяки стандартизації сирих балів були побудовані графіки-профілі на яких видно співвідношення між виразністю шкал, у нашому випадку - це типи особистості.

Переклад проводився наступним чином: спочатку сирі бали, отримані за методикою, упорядковувалися від меншого до більшого, а потім вибірка

розбивалася на нерівномірні інтервали з числом випадків, пропорційним частотам у нормальному розподілі.

Таблиця № 3.1

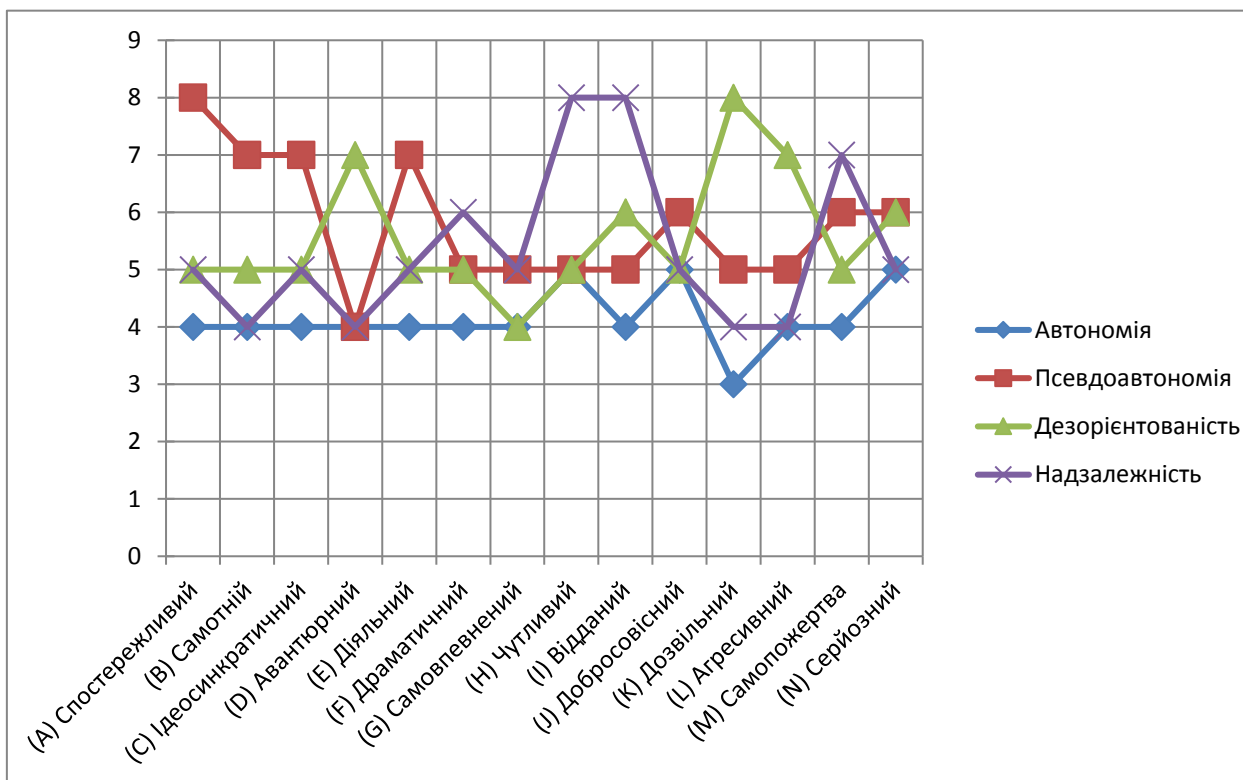
Конверсійна таблиця переводу сирих балів у станайни

Відсоток вибірки	4	7	12	17	20	17	12	7	4
Накопичений процент	4	11	23	40	60	77	89	96	100
Станайни	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Рівень виразності	Низький			Середній			Високий		

Нижче наведено профілі особистості жінок з різними типами партнерської прихильності.

Рис.3.1.

Профілі особистості жінок з різними типами партнерської прихильності



Тип особистості за методикою Д. М. Олдхем, Л. Б. Морріс представляє собою сполучення стійких стратегій реагування та поведінки, сценарії побудови стосунків. Кожен з чотирнадцяти типів має свою відмінну особливість, тому комбінація рівнів виразності їх у профілі створює певний характерологічний портрет особистості.

Виходячи з малюнку видно, що у жінок з типом партнерської прихильності «Автономія» профіль особистості має більш сплющений вигляд. Більшість типів особистості має середній рівень виразності, окрім типу особистості «Дозвільний», що має низький рівень виразності. Подібна врівноважена динаміка виразності типів особистості у жінок з цієї групи вказує на гармонійність їх особистості. Виходить, що для жінок з автономним типом партнерської прихильності складно виявити єдину стратегію їх поведінки. Отже, характерологічна обумовленість типу партнерської прихильності «Автономія» полягає у багатоаспектній розвиненості типів особистості.

Для жінок з типом партнерської прихильності «Псевдоавтономія» всі показники знаходяться у діапазоні від 4 до 8 станаївнів. Високий рівень виразності мають такі типи особистості як: спостережливий, самотній, ідіосинкратичний та діяльний. Інші типи особистості у цій групі мають середній рівень виразності у цій групі досліджуваних.

Для жінок з типом партнерської прихильності «Дезорієнтованість» всі показники знаходяться у діапазоні від 4 до 8 станаївнів. Високий рівень виразності мають такі типи особистості як: авантюрний, дозвільний, агресивний. Інші типи особистості мають середній рівень виразності у цій групі досліджуваних.

У групі жінок з типом партнерської прихильності «Надзалежність» високий рівень виразності мають такі типи особистості як: чутливий, відданий, самопожертва. Інші типи особистості мають середній рівень виразності у цій групі досліджуваних.

Виходячи з цього, ми припустили, що для кожного типу партнерської прихильності, є властивим певний набір особистісних типів. Тому наступним етапом нашого дослідження було виявлення статистично значимих відмінностей між групами жінок з різним типом партнерської прихильності у виразності типів особистості.

Були виявлені значимі відмінності за допомогою непараметричного U – критерію Манна-Уїтні в рівні виразності типів особистості серед досліджуваних груп. Спочатку попарно ми порівняли групу жінок з типом партнерської прихильності «Автономія», що вважається нормальним, та групи жінок з порушеними типами партнерської прихильності («Псевдоавтономія», «Дезорієнтованість», «Надзалежність»). Результати представлено у таблиці 3.2.

Таблиця 3.2.

Відмінності у виразності типів особистості між жінками з нормальним та порушеними типами партнерської прихильності

Тип особистості	U - критерій	Тип партнерської прихильності	
		Автономія	Псевдоавтономія
Спостережливий	66	26,82	65,56
Самотній	192	29,34	61,85
Ідесинкратичний	222	29,94	60,97
Діяльний	336	32,22	57,62
Дозвільний	520	35,90	52,21
Самопожертва	370	32,90	56,62
		Автономія	Дезорієнтованість
Спостережливий	1022	45,94	58,57
Самотній	1034	46,18	58,35
Ідесинкратичний	942	44,34	60,06
Авантюрний	492	35,34	68,39
Діяльний	862	42,74	61,54
Дозвільний	236	30,22	73,13
Агресивний	696	39,42	64,61
Самопожертва	744	40,38	63,72

Продовження таблиці 3.2.

		Автономія	Надзалежність
Спостережливий	462	34,74	45,73
Діяльний	382	33,14	48,81
Драматичний	398	33,46	48,19
Чутливий	296	31,42	52,12
Відданий	54	26,58	61,42
Самопожертва	114	27,78	59,12

Примітки: 1) у таблиці представлені лише значущі результати
 2) жінки з типом партнерської прихильності «Автономія» $n = 50$;
 жінки з типом партнерської прихильності «Псевдоавтономія» $n = 34$;
 жінки з типом партнерської прихильності «Дезорієнтованість» $n = 54$;
 жінки з типом партнерської прихильності «Надзалежність» $n = 26$.

Між групами з порушеними типами прихильності та групою жінок з нормальним типом прихильності «Автономія» виявлені значимі відмінності. Для жінок з псевдоавтономним типом прихильності значно більш виражені такі типи особистості: спостережливий, самотній, ідіосинкратичний, діяльний, дозвільний, самопожертва. Для жінок з дезорієтованим типом прихильності у порівнянні з автономним типом більш виражені типи особистості: спостережливий, самотній, ідіосинкратичний, авантюрний, діяльний, дозвільний, агресивний та самопожертва. Жінки з надзалежним типом прихильності відрізняються від групи жінок з автономним типом прихильності за такими типами особистості: діяльний, драматичний, спостережливий, чутливий, відданий та самопожертва. Для жінок з типом прихильності «Автономія» не було виявлено значимо більш виражених типів особистості, відносно інших груп. Тобто їх профіль типів особистості має більш сплющений вид порівняно з іншими групами. Варто зазначити, що у всіх групах з порушеним типом прихильності значно більш виражений тип особистості «Самопожертва». Це свідчить про те, що при порушених типах прихильності жінки значно більш схильні до альтруїзму та самопожертвенної поведінки при побудові стосунків психологічної інтимності.

Далі розглянемо відмінності у виразності типів особистості між жінками з порушеними типами партнерської прихильності (табл. 3.3.).

Таблиця 4.3.

Відмінності у виразності типів особистості між жінками з порушеними типами партнерської прихильності

Тип особистості	U - критерій	Тип партнерської прихильності	
		Автономія	Псевдоавтономія
Спотережливий	264	35,74	23,65
Самотній	40	42,32	15,04
Ідесинкратичний	212	37,26	21,65
Діяльний	300	34,68	25,04
Чутливий	256	25,03	37,65
Відданий	158	22,15	41,42
Праздний	306	34,50	25,27
		Псевдоавтономія	Дезорієнтованість
Спотережливий	552	55,26	37,72
Самотній	466	57,79	36,13
Ідесинкратичний	566	54,85	37,98
Авантюрний	376	28,56	54,54
Діяльний	638	52,74	39,31
Дозвільний	694	37,91	48,65
Агресивний	708	38,32	48,39
Самопожертва	766	48,97	41,69
		Дезорієнтованість	Надзалежність
Самовпевнений	508	36,91	47,96
Чутливий	396	34,83	52,27
Відданий	384	34,61	52,73
Дозвільний	168	50,39	19,96
Агресивний	394	46,20	28,65
Самопожертва	418	35,24	51,42

Примітки: 1) у таблиці представлені лише значущі результати
 2) жінки з типом партнерської прихильності «Автономія» n = 50;
 жінки з типом партнерської прихильності «Псевдоавтономія» n = 34;
 жінки з типом партнерської прихильності «Дезорієнтованість» n = 54;
 жінки з типом партнерської прихильності «Надзалежність» n = 26.

У жінок з псевдоавтономним типом партнерської прихильності, порівняно з жінками з надзалежним та дезорієнтованими типами, значно більш виражені типи особистості: спотережливий, самотній,

ідіосинкратичний, діяльний. У групі жінок з типом прихильності «Дезорієнтованість», порівняно с групами жінок «Псевдоавтономія» та «Надзалежність», значно більш виражені типи особистості: авантюрний, дозвільний, агресивний. Для жінок з надзалежним типом прихильності, у порівнянні з жінками групи «Дезорієнтованість», більш властиві такі типи особистості, як чутливий, відданий, самопожертва, самовпевнений. При порівнянні груп «Псевдоавтономія» та «Надзалежність» також були виявлені значимі відмінності, так для жінок з надзалежним типом прихильності виявились більш властивими типи особистості – чутливий і відданий.

Виходячи з отриманих результатів ми виділили специфічні типи особистості для типів прихильності, що відображено в таблиці 3.4.

Таблиця 3.4.

**Специфічні типи особистості для жінок з різними типами
партнерської прихильності**

Тип партнерської прихильності	Відповідні типи особистості
Автономія	Не виявлено
Псевдоавтономія	Самотній, Ідеосинкратичний, Спостережливий, Діяльний,
Дезорієнтованість	Авантюрний, Дозвільний, Агресивний
Надзалежність	Чутливий, Відданий, Самопожертва, Самовпевнений

Характер особистості завжди представляє собою сполучення певних найбільш виражених рис та характерологічних особливостей. Неможливо виділити одну характерологічну особливість, та вважати її стержневою для особистості. Структура характеру психологічно зрілої особистості є полімодальною та «живою» у проявах. Однак, чим більш особистість є неефективною у самореалізації, тим більш її характер має ригідну структуру

(«панцир характеру» А. Лоуена). Надалі ми мали за мету виявити характерологічні радикали.

Для вирішення цього завдання було використано факторний аналіз (аналіз головних компонент ротація Варімакс). Нами було виявлено факторну структуру типів особистості, яка представлена чотирма факторами. Сумарна дисперсія цього простору становить 68%. Нижче у таблиці 3.5 наведена факторна структура типів особистості за методикою «Автопортрет особистості» (Джен М. Олдхем, Луї Б. Морріс).

Таблиця 3.5.

Факторна структура типів особистості

1 фактор Шизоїдний	2 фактор Мазохістичний	3 фактор Психопатичний	4 фактор Істерико- нарцисичний
Спостережливий (0,81) Самотній (0,78) Ідеосинкратичний (0,83)	Чутливий (0,86) Відданий (0,79) Самопожертва (0,67)	Авантюрний (0,61) Дозвільний (0,68) Агресивний (0,83)	Діяльний (0,52) Драматичний (0,84) Самовпевнений (0,83)
<i>Вага фактору</i> 29,95%	<i>Вага фактору</i> 13,57 %	<i>Вага фактору</i> 11,79%	<i>Вага фактору</i> 10,16 %

Примітка: в таблицю винесено тільки значущі навантаження за факторами (від 0,40)

Розглянемо склад та змістовне наповнення характерологічних радикалів більш докладно:

1) *перший фактор з вагою 29,95 % отримав назву «Шизоїдний»*. До складу цього фактору увійшли типи особистості «Спостережливий», «Самотній», «Ідеосинкратичний». Яскравою рисою спостережливого типу

особистості є відчуття власної автономії та самостійності. Людина з вираженим спостережливим типом особистості особливу увагу у стосунках приділяє відстоюванню своїх прав та свободи. Така людина, зазвичай, не є ініціатором стосунків, стрімкий розвиток стосунків викликає в неї відчуття тривоги та бажання відсторонитись. Вони не проявляють своєї захопленості стосунками, однак мають міцну прихильність до партнера. Умовно суб'єктивна дистанція у стосунках психологічної близькості надає відчуття контролю над ситуацією. Самотній тип особистості проявляється в емоційній ізольованості. Люди з високо вираженим самотнім типом демонструють байдужість до людських задовольень, яскравих емоцій. Сексуальне життя їх не надто бентежить, з одного боку вони раді отримувати задоволення від сексу, з іншого - не помітять його відсутності. Самотній тип особистості вільний від сентиментальності і здатен досить раціонально сприймати оточуючих. Такі люди ігнорують свої психологічні переживання. Вони знецінюють, уникають психологічної близькості, пояснюючи це для себе високою цінністю внутрішньої свободи. Ідеосинкратичний тип сильно відрізняється від інших. Такі люди налаштовані на себе, не прагнуть глибокої психологічної близькості. Ці особистості наповнюють своє життя, замість реальних стосунків, фантазіями о власній неповторності та унікальності своєї життєвої ситуації.

Сполучення цих типів особистості створює психологічний «портрет» людини, що уникає психологічної близькості та демонструє свою незалежність від партнера. Така особистість цінує відчуття внутрішньої свободи, підкреслює свою унікальність. Питання власної цінності є актуальним для них. Страх втрати контролю над ситуацією та стати психологічно залежним від партнера обумовлює їх відлюдкуватість та емоційний холод у стосунках. Відсутність емоційного досвіду комфортної, безпечної психологічної близькості провокує уникання цієї близькості у стосунках з партнером.

Виділені у цьому факторі типи особистості змістовно об'єднані спільними етапи характерологічного розвитку – період ранньої прихильності та період формування селф-системи. Згідно з теорією характерологічного розвитку це відноситься до шизоїдної проблеми. Властива характеристика шизоїдним особистостям, за психоаналітичною традицією, полягає у внутрішньому розриві між почуттями та їх свідомим переживаннями. Така тенденція відчуження від власного емоційного досвіду та почуттів дозволяє людині уникнути високий рівень тривоги та страху повторного переживання травмуючої ситуації.

Подібна особистість має схильність бачити неприязнь та жорстокість там, де її нема; сприймають себе занадто суворо та схильні о неприязного оточення, у якому їх емоційні потреби були б задовільнені звичним для них способом (дефіцитом уваги, неприйняття, відсутність емоційної близькості з партнером).

Викривлене сприйняття себе та міжособистісного спілкування обумовлює потребу людини з одного боку у певній відстороненості та нечутливості у спілкуванні, а з іншого – спроба активної діяльності, прагнення продемонструвати власну унікальність. Идеосинкратичний тип особистості у цьому сполученні врівноважує переживання особистості внутрішньої дефіцитарності емоційної близькості, безумовного прийняття, психологічно інтимних стосунків, що проявляються у спостережливому та самотньому типах.

2) *другий фактор з вагою 13,57 % отримав назву «Мазохістичний».* До складу цього фактору увійшли типи особистості «Чутливий», «Відданий» та «Самопожертва». Особистість з вираженим чутливим типом відчуває себе вільно у своєму знайомому просторі. У звичній зоні комфорту вони можуть реалізувати свої творчі здібності та дослідницький дух. Для них дуже важлива думка інших про їх особистість. Такі люди відчувають себе впевнено лише у знайомій очікуваній ситуації. Чутливий тип особистості прагне емоційної безпеки, створюючи власне коло близьких людей. Такі

люди вибудовують міцні емоційні зв'язки, зазвичай це родинне спілкування, уникаючи нових знайомств та зближення з іншими людьми. У партнерських стосунках вони розкриваються і прив'язуються емоційно до партнера, якщо відчують себе психологічно безпечно. Девіз відданого типу особистості є «Я щасливий, якщо ти щасливий». Піклування про близьку людину є метою життя для відданого типу особистості. Для цього типу головною цінністю життя є стосунки. Відданий тип особистості є дуже застережливим у побудові стосунків. Страх втрати партнера обумовлює їх покірливість. Вони чутливі до інших та завжди прагнуть догодити партнеру, бути зручними у спілкуванні. Людина з переважаючим типом відданий ідеалізує свого партнера, а складності у стосунках викликають почуття провини. Вони вбачають сенс життя у іншій людині. Втрата партнера та розрив стосунків є тяжким ударом для особистості відданого типу. Тип особистості самопожертва проявляється у повній відданості партнеру, навіть всупереч власним бажанням. Вони з легкістю поступаються своїми інтересами, адже бажання та цінності партнера для них важливіші за власні. Свої проблеми вважають за краще вирішувати самотійно, не обтяжуючи інших. Для них життя набуває сенсу, якщо воно присвячено іншій людині.

У основі сполучення типів особистості у цьому факторі лежать проблеми, що виникли на етапі розвитку селф-системи, фіксації на симбіотичній та мазохістичній проблемах. Загальні складності формування характеру за цим трендом стосуються проблеми становлення власної ідентичності, заперечення власного селф, контроль над експресією та надмірна покірливість. Властива недорозвинутість стабільного відчуття ідентичності проявляється типом особистості «Чутливий» та обумовлює високий рівень виразності типу особистості «Самопожертва». Схильність до відмови від власних інтересів та самопожертви продиктована страхом бути відторгнутим та втрати об'єкту. Іманентне переживання провини за сепарацію та відчуття своєї індивідуальності обумовлює присутність типу особистості «Відданий» у цьому сполученні.

Мазохистична проблема зазвичай не виступає в ролі самостійної та центральної у характерологічній структурі особистості. Мазохистичний тренд виступає як адаптивний механізм внаслідок симбіотичної проблеми. Мазохизм (тип «Самопожертва») сполучений з симбіотичною проблемою (типи «Чутливий», «Відданий») виступає як характерологічне пристосування, що трансформує почуття провини у самозвинувачення та самобичування. Складності з експресією та пригніченням агресивних проявів є наслідком симбіотичного селф, відсутності власної ідентичності.

3) *третій фактор з вагою 11,79% отримав назву «Психопатичний».* До складу цього фактору увійшли типи особистості «Авантюрний», «Дозвільний» та «Агресивний». Авантюрний тип особистості має свою власну систему цінностей. Вони не переймаються думкою інших та готові йти на ризики заради нових вражень. Вони енергійні, рухливі, прагнуть нових знайомств та спілкування. Про таких кажуть «живе одним днем». У стосунках, сексуальній сфері цей тип попри все йде на ризик, аби задовольнити власні забаганки. Вони не потребують схвалення з боку оточуючих. Авантюристам дуже важливо відчуття внутрішньої свободи. Вони не приховують своїх почуттів, демонстративно проявляючи їх партнеру. У стосунках люди з вираженим даним типом бояться рутини та одноманітності емоцій. Романтичні стосунки для них це гра, довготривалі стабільні стосунки їх стомлюють. Вони швидко емоційно виснажуються від партнера. Авантюрний тип особистості відрізняється вираженою потребою у нових сексуальних зв'язках, що суперечить стабільності у парі.

Власні бажання та задоволення є найголовнішими цінностями у житті для праздного типу. Праздний тип особистості прагне стосунків та близькості, але за умови, що це не буде його обтяжувати. Вони остерігаються посягань на власну свободу та маніпуляцій з боку партнера. Агресивний тип особистості проявляє себе у лідерстві. Вони прагнуть займати керуючі позиції, володіти ситуацією. Агресивний тип особистості вміє взяти своє, їм комфортно відчувати владу та відповідальність. У стосунках агресивний тип

є лідером та прагне підкорити собі партнера. Ці особистості не переймаються інтересами та почуттями партнера.

З точки зору теорії характерологічного розвитку третій фактор представляє собою складне сполучення фіксацій на етапах розвитку, а саме: нарцисична, мазохістична та едипальна проблематика у період формування селф-системи. Змістовне наповнення нарцисичної проблематики полягає у тому, що формування ідентичності особистості відбувається за трендом розвитку фальшивого селф. Блокуються істинні прояви селф особистості, експресія. Формуються механізми підтримки відчуття власної величності, закріплення фальшивого селф. Як наслідок, відбувається поляризація переживань особистістю власної нікчемності та величності. Нарцисична проблематика забезпечується типом особистості «Авантюрний».

Проблематика мазохізму полягає у контролі на ініціацію істинного селф, що пригнічене надмірною величністю батьківської фігури. Для цього характерологічного тренду властиві переживання підкорення, почуття провини, пасивна агресія, жалість до себе. Ця проблематика може виражатись у поляризації позиції особистості у стосунках – контролюючий та контрольований. Мазохістична проблематика забезпечується типом особистості «Праздний», який ґрунтується на пасивно-агресивних сценаріях поведінки особистості.

Едипальна проблематика представляє собою конфлікт між інфантильною сексуальністю та суперництвом з батьківською фігурою своєї статі. Зміст цього характерологічного тренду полягає у недорозвиненості чи розриві сексуальних імпульсів. Ця проблематика забезпечується типом особистості «Агресивний».

Сполука вказаних характерологічних трендів описує складність утворення третього фактору. Отже, особистість з властивим характерологічним радикалом «Психопатичний» є внутрішньо розбалансованою з порушеним нарцисичним балансом та фальшивим селф.

4) четвертий фактор з вагою 10,16 % отримав назву «Істерико-нарцисичний». Діяльний тип проявляється у надто високій активності. Ці люди знаходяться у постійному активному пошуку вражень, захоплень, нових переживань. Вони емоційні, імпульсивні, енергійні та зацікавлені у романтичних стосунках. Діяльний тип особистості допитливий до усього, що оточує його. Драматичний тип особистості надзвичайно емоційний, демонстративний у проявах почуттів. Ці особистості прагнуть уваги, для них є важлива власна привабливість, захопленість оточуючих ними. Для них важлива сексуальна сфера, їм подобається бути спокусливими. У стосунках вони проявляють себе як чуттєві, темпераментні та активні партнери. Драматичний тип легко йде на зближення з партнером, емоційно прив'язується до нього. Для нього стосунки – це наче театральна постановка, з яскравими емоціями та демонстрацією почуттів. Самовпевнений тип особистості відрізняється стійкою вірою у себе та амбіціями. Людина з цим вираженим типом є цілеспрямованою та діяльною. Самовпевнений тип є головним над іншими типами особистості. У поєднанні з діяльним типом надає людині сміливості та рішучості у досягненні успіху. Така особистість не має сумнівів у власній талановитості та унікальності. Самовпевнена особистість є привабливою для партнера. Цей тип особистості прагне приймати любов та увагу, аніж віддавати партнеру. Самовпевнений тип особистості у стосунках вдається до маніпуляцій, аби бути центром уваги партнера.

Типи особистості, що представлені у цьому факторі, згідно теорії характерологічного розвитку, відносяться до едипальної та нарцисичної проблематики. Психологічний зміст едипального і нарцисичного трендів характеру зазначено в описанні третього фактору. Відносно цього фактору доповнемо, що сполучення цих типів особистості фактично представляє собою істріонічний характер. Лейтмотивом функціонування подіюної характерологічної структури є – кохання інфантильний секс, гендерне суперництво, інцестуозні тенденції. В. Райх стверджував «Істеричний

характер ... представляє собою найпростіший тип характерологічної зброї ... найбільш очевидна риса як жіночих, так і чоловічих представників цього типу, це їх складне відношення до сексу». У дорослості істерична особистість проявляється у хаотичній, неврівноваженій та нестабільній поведінці, що дуже стійка до психотерапевтичного впливу. Сплав типів особистості «Самовпевнений», «Драматичний» та «Діяльний» об'єднані саме ідеєю хаотичної, активної та непослідовної поведінки.

Виявлені характерологічні радикали фактично є варіаціями відношення особистості до себе та людей. У таблиці 3.6 ми представили співвідношення характерологічного радикалу та направленості Его.

Таблиця 3.6.

Співвідношення характерологічного радикалу та направленості

Его

Характерологічний радикал	Направленість Его
Шизоїдний	<u>Его направлено від людей</u> (дистанціювання, уникнення близькості)
Мазохістичний	<u>Его направлено до людей</u> (орієнтація на інших у власних бажаннях)
Психопатичний	<u>Его направлено на себе</u> (захоплює, зваблює, провокує)
Істерико-нарцисичний	<u>Его направлено на себе</u> (егоїстичність, імпульсивність)

Розглядаючи характерологічні радикали, як спосіб відношення до себе та людей є доцільним визначити їх властивість для особистості жінок з різними типами партнерської прихильності. На наступному етапі нашої роботи ми визначили, чи є якісь характерологічні радикали специфічними лише для жінок з певним типом партнерської прихильності за допомогою непараметричного U – критерія Манна-Уїтні. У таблиці 3.7. наведені результати.

Відмінності виразності характерологічних радикалів серед жінок з різними типами партнерської прихильності

Тип особистості	U - критерій	Тип партнерської прихильності	
		Автономія	Псевдоавтономія
Шизоїдний	312	25,74	67,15
		Автономія	Дезорієнтованість
Шизоїдний	980	45,10	59,35
Мазохістичний	940	44,30	60,09
Психопатичний	396	33,42	70,17
		Автономія	Надзалежність
Мазохістичний	124	27,98	58,73
Істерико-нарцисичний		35,34	44,58
		Псевдоавтономія	Надзалежність
Шизоїдний	40	42,32	15,04
Мазохістичний	204	23,50	39,65
		Дезорієнтованість	Надзалежність
Мазохістичний	300	33,06	55,96
Психопатичний	216	49,50	21,81
		Псевдоавтономія	Дезорієнтованість
Шизоїдний	352	61,15	34,02
Психопатичний	532	33,15	51,65

Примітки: 1) у таблиці представлені лише значущі результати
 2) жінки з типом партнерської прихильності «Автономія» n = 50;
 жінки з типом партнерської прихильності «Псевдоавтономія» n = 34;
 жінки з типом партнерської прихильності «Дезорієнтованість» n = 54;
 жінки з типом партнерської прихильності «Надзалежність» n = 26.

За отриманими результатами були виявлені значимі розбіжності за характерологічним радикалом «Шизоїдний», який є значимо вищий у групі жінок з типом партнерської прихильності «Псевдоавтономія» у зрівнянні з іншими групами досліджуваних. Характерологічний радикал «Психопатичний» значимо більш виражений у групі жінок з дезорієтованим типом партнерської прихильності. У групі жінок з надзалежним типом партнерської прихильності найбільш вираженими є характерологічні радикали «Мазохістичний» та «Істерико-нарцисичний».

Нижче на рисунку 3.2. представлено відповідність характерологічних радикалів типам партнерської прихильності.

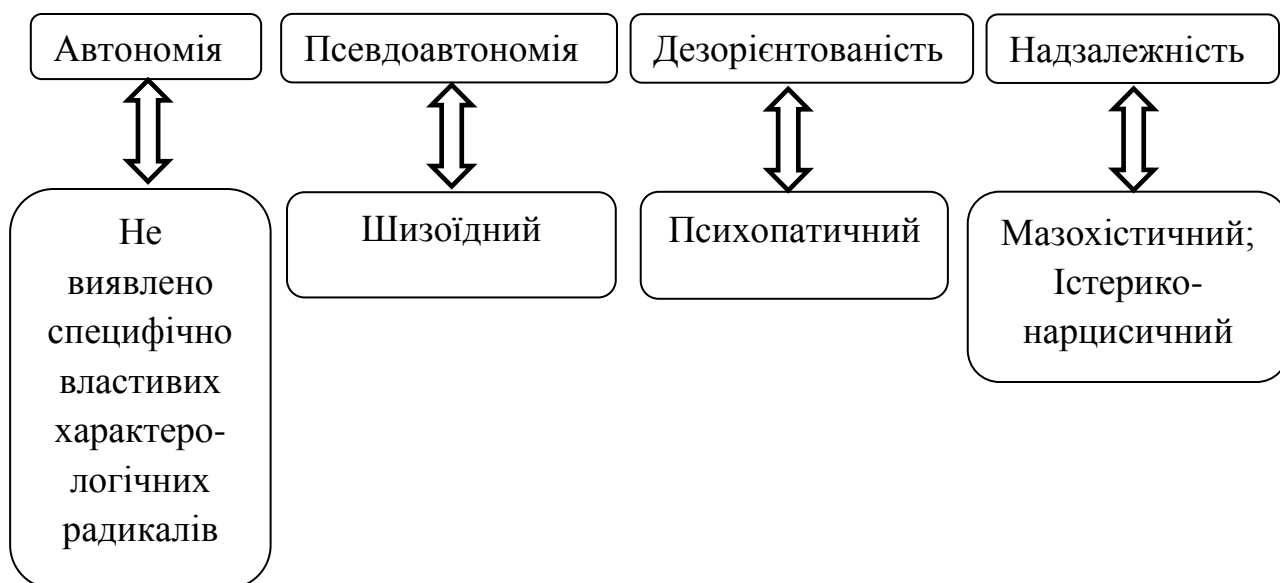


Рис. 3.2 Відповідність характерологічних радикалів типам партнерської прихильності

Отже, нормальний тип партнерської прихильності «Автономія» не має обумовленості окремим характерологічним радикалом. Виходячи з цього, ми припускаємо, що характер, як стійкий стильовий захист, задає напрям та специфіку порушення партнерської прихильності особистості. Виявлено специфічно властиві характерологічні радикали лише для порушених типів партнерської прихильності. Характер як інструментальна реалізація порушення прихильності. Характерологічний радикал «Шизоїдний» відповідає псевдоавтономному типу партнерської прихильності. Психологічний зміст цього характерологічного радикалу кореспондує з високим рівнем уникнення, що властивий для псевдоавтономного типу партнерської прихильності.

Надзалежний тип партнерської прихильності забезпечується мазохістичним та істерико-нарцисичним характерологічними радикалами. Обидва характерологічні радикали у загальному змісті проявляються у

порушеній цілісності ідентичності та границь особистості. Надзалежний тип партнерської прихильності предиспонує міжособистісній залежності, яка виступає для особистості варіантом втечі від відчуття власної малоцінності та фрагментарності ідентичності. Сценарій побудови стосунків при мазохістичному радикалі полягає у тому, що особистість йде на контакт через служіння та самопожертву. Відмова від власних переживань та почуттів супроводжується болісними переживаннями власної цінності, позиція жертви, залежності від партнера. Істерико-нарцисичний радикал обертає направленість Его на свою особистість, розгортання власної «душевної драми», провокувати у партнера виникнення почуття провини. Ми припускаємо, що подібна комбінація характерологічних радикалів при надзалежному типі партнерської прихильності дозволяє врівноважувати внутрішній конфлікт особистості жінки, що обумовлений високим рівнем тривоги.

Дезорієнтований тип партнерської прихильності є сполучення високого рівня уникнення та тривоги, тому вважається найбільш деструктивним. Для цього типу прихильності є відповідним психопатичний радикал. Цей характерологічний радикал проявляється у безобачній впевненості власної правоти та імпульсивності бажань. Загальне змістовне наповнення цього радикалу полягає у відкиданні та неприйнятті власних почуттів та почуттів оточуючих. Нездатність побудувати стосунки психологічної інтимності у жінок з дезорієтованим типом партнерської прихильності кореспондує з порушеною саморегуляцією, високою примативністю.

Таким чином, виявивши характерологічні радикали особистості жінок та їх відповідність порушеним типам партнерської прихильності ми розглянули їх поведінкові стратегії. Однак, при описі кожного характерологічного радикалу ми мали справу з порушеним відчуттям самоцінності особистості, особливостями її самосприйняття. Актуальним постає питання нарцисичного балансу особистості як невід'ємної умови її функціонування. Функція нарцисичного балансу полягає у підтримці

афективної рівноваги по відношенню до відчуття внутрішньої стабільності, власної цінності, впевненості у собі, тобто відчуття самого себе, відчуття власного селф. Тому наступним етапом нашого дослідження було виявлення особливостей організації селф-системи особистості жінок з різними типами партнерської прихильності.

3.2. Особливості організації селф-системи та нарцисичного компоненту особистості жінок з різними типами партнерської прихильності

Відповідно до сучасних психоаналітичних уявлень система нарцисичної регуляції особистості є самостійною та не менш важливою для психічного здоров'я, ніж система регуляції інстинктивних імпульсів. Нарцисичну регуляцію розуміють як підтримку афективної рівноваги по відношенню до відчуття внутрішньої стабільності, власної цінності, впевненості у собі, тобто відчуття самого себе, відчуття власного селф. Психоаналітичне розуміння селф визначає цілісність особистості, її біологічно-психологічну єдність. На відміну від Его, селф включає у себе свідому сферу і є регуляторною для особистості, а тому стержневою характеристикою. Селф-система розуміється як організована система світу людини, в центрі якого знаходиться власна особистість. Усі компоненти, що утворюють селф-систему, є комплексно організованими та системними.

Побудова стосунків психологічної інтимності є тригерною для прояву особливостей нарцисичної складової особистості. Якість прихильності до партнера проявляється у способі вираження почуттів та особливостях переживання своєї цінності у цих стосунках. Уявлення про себе та відчуття самоцінності конструюється людиною під час діяльності та спілкування. Нарцисичний компонент, як невід'ємна складова особистості особливо жваво проявляється у міжособистісному спілкуванні та побудові стосунків психологічної інтимності. Для дослідження особливостей нарцисичної

регуляції ми використали методику «Індекс функціонування Self-системи» (Залуцька Н. М. зі співавт., 2003)

Нами було виявлено факторну структуру типів організації селф-системи, яка представлена трьома факторами. Сумарна дисперсія цього простору становить 65%. Для вирішення цього завдання біло використано факторний аналіз (аналіз головних компонент ротація Варімакс). Результати представлено у таблиці 3.8.

Таблиця 3.8

Факторна структура організації селф-системи особистості жінок

Позитивна селф-система	Негативна селф-система	Деструктивна селф-система
Базисний потенціал надії (0,734)	Безсиле селф (0,684)	Безсиле селф (0,477)
Грандіозне селф (0,652)	Дереалізація / Деперсоналізація (0,434)	Втрата контролю емоцій і спонукань (0,667)
Прагнення до ідеального селф-об'єкту (0,828)	Незначне селф (0,792)	Негативне тілесне селф (0,425)
Жага до похвали та компліментів (0,764)	Негативне тілесне селф (0,677)	Нарцисична лють (0,535)
Ідеал цінностей (0,678)	Архаїчна регресія(0,416)	Знецінення об'єкта (0,590)
Симбіотичний захист селф (0,763)	Грандіозне селф (- 0,443)	Іпохондричний захист (0,662)
	Ідеал самодостатності (-0,707)	Нарцисична вигода від хвороби (0,792)
	Нарцисичний коефіцієнт - (-0,573)	
Вага фактору 36,69 %	Вага фактору 16,17 %	Вага фактору 10,35 %

Примітка: в таблицю винесено тільки значущі навантаження за факторами (від 0,40)

Розглянемо фактори, що виділено більш докладно:

Перший фактор з вагою 36,69 % отримав назву «Позитивна селф-система». Об'єднує складові, що відбивають її ефективне функціонування у захисному сенсі збереження Я-концепції - впевненість у собі, віра особистості у власний потенціал. Фактор відбиває феномен грандіозного нарцисизму, описаний О. Кернбергом. Цей тип організації селф-системи відповідає персоніфікації (Я-образу особистості) «Я-хороший».

Базисний потенціал надії проявляється в максимальній впевненості особистості у реалізації власних ресурсів та задатків. Це підкріплено життєвим досвідом подолання труднощів, високим рівнем самоконтролю, стійким оптимізмом. Рівень складності проблеми прямо пропорційний мобілізації зусиль та віри в себе. Грандіозне селф відповідає за високий рівень самооцінки, установки на успіх та соціальної ефективності. При цьому особистість безболісно сприймає свої недоліки та критику. Прагнення до ідеального селф-об'єкту проявляється у здатності особистості приймати допомогу від інших, брати приклад з авторитетної фігури, прислухатись до порад. При цьому особистість зберігає власні кордони та цінності, отримуючи задоволення від спілкування з привабливими для неї людьми. Жага до похвали та компліментів – цей показник свідчить про значимість та очікуваність позитивної оцінки для особистості з боку оточуючих. Ідеал цінностей проявляється у тому, що особистість має сформований світогляд, ієрархію цінностей та стійкі життєві принципи. Симбіотичний захист виражається у тенденції шукати такий «хороший» об'єкт, що був би наче психологічною копією особистості та підтверджував її погляди, систему цінностей. Це виключає можливі суперечки та конфлікти у стосунках, при цьому виникає захисна фантазія стабільних стосунків, в яких неможливе розчарування та розрив. Видумане злиття з партнером дає особистості відчуття захисту та компенсує її слабкі сторони.

Таким чином, до першого фактору увійшли складові селф-системи, що відповідають позитивному само відношенню та націленості особистості на активну діяльність і віру у себе. Позитивна селф-система кореспондує з

персоніфікацією «Я хороший» згідно теорії Г. Саллівана. Тобто, особистість усвідомлює себе позитивно. Специфіка функціонального значення селф-системи, стрижневого компоненту характерологічної структури, полягає у нарцисичній регуляції. Оскільки природа нарцисизму біполярна, тобто представляє собою перехідний континуум від «реального Я» до «грандіозного Я», то виявлений даний тип організації селф-системи є однією з варіацій стану нарцисичного балансу особистості. Позитивна селф-система є реалізацією непатологічного грандіозного нарцисизму, проявом порушення нарцисичного балансу у бік віри у власну величність.

Другий фактор з вагою 16,17 % отримав назву «Негативна селф-система» містить компоненти, що свідчать про неефективність функціонування - низьку самоцінність особистості, депресивний нарцисизм (О. Кернберг).

Безсиле селф виражається у відчутті абсолютної безпорадності особистості. Особистість відчуває себе слабкою, характерне поглинаюче відчуття самотності, депресивні переживання, відчуття своєї безперспективності та малоцінності. Присутнє самобичування, аутоагресія. Дерезалізація/деперсоналізація – цей показник свідчить про активність захисних механізмів особистості з ослабленим селф. Спроби відсторонитись від загрозової реальності та дисоціювати недоліки своєї особистості ще більше призводить до ослаблення селф-системи. Незначне селф свідчить про ослаблення організації селф-системи, що супроводжується болісними сумнівами цінності власної особистості. Це порушення регуляції відчуття власної цінності пов'язане зі стійким переживанням сорому та страху викриття своєї малоцінності. Негативне тілесне селф свідчить про болісне сприйняття особистістю особливостей свого тіла. Відчуття відрази до свого тіла. Особистість сприймає своє тіло як відштовхуюче, не бажане та не гідне любові. Архаїчна регресія проявляється у збільшенні регресивних тенденцій з фантазіями єдності з природою та відмовою від стосунків. Регресія тут має певну специфічність – це пошук об'єктів, що на відміну від ненадійних

партнерських стосунків були б постійно доступні, наприклад, захоплення красою природи. Протилежний полюс, тобто показники, що увійшли до складу фактору зі знаком мінус, включає в себе грандіозне селф, ідеал самодостатності та нарцисичний коефіцієнт. Це свідчить про порушену, неефективну організацію селф-системи за цим фактором.

До другого фактору увійшли складові селф-системи, що є проявами депресивного нарцисизму та пов'язані загальним ослабленням селф-системи. Відповідно до теорії Г. Саллівана негативна селф-система кореспондує з персоніфікацією «Я – поганий». Тобто, особистість усвідомлює себе як негідну, другого сорту, виправдовуючи цим свої невдачі. Порушення нарцисичного балансу у бік нікчемності, що ґрунтується на втраті нарцисичного забезпечення, що у ряді робіт (Швракич, Кернберг) визначається як «втрата дзеркала захоплення». Розуміючи нарцисичну регуляцію як форму психологічного захисту, важливо виявити як саме особистість зберігає відчуття внутрішньої стабільності. Приоритетним завданням селф-системи є викривлення емоційного досвіду особистості, який не вписується у її картину світу. Тобто, переживання особистістю своєї нікчемності, «другосортності» продиктовує її стратегію поведінки.

Третій фактор з вагою 10,35% отримав назву «Деструктивна селф-система». До його складу увійшли показники, що виражають найбільш неефективну організацію селф-системи. Окрім описаних вище показників ослабленої селф-системи до цього фактору ще увійшли нарцисична лють, іпохондричний захист та нарцисична вигода від хвороби. Нарцисична лють проявляється у неконтрольованій агресії проти критики, що вказує на дестабілізацію селф-системи особистості. Іпохондричний захист – це підвищена стурбованість станом свого здоров'я, без об'єктивних на це причин. Завдяки цій концентрації на стані власного здоров'я зменшується напруга від незадовільних міжособистісних стосунків особистості. Нарцисична вигода від хвороби це виправдання особистістю власної неуспішності своєю хворобою. Завдяки цьому особистість уникає напруги

від відчуття своєї малоцінності та бездіяльності. Виникає подібна установка «Я сам є талановитим та продуктивним, але хвороба мені заважає це довести». Звісно, це не стосується випадків, коли особистість має об'єктивні вади здоров'я. Отже, цей фактор виражає найбільш неефективну організацію селф-системи, що є деструктивною для особистості.

Складові селф-системи, що увійшли до складу третього фактору об'єднані ідеєю дисоційованості від селф особистості. Особистість не усвідомлює себе як нікчемну, замість цього виправдовує свої проблеми обставинами. Шкали - негативне тілесне селф, іпохондричний захист від тривоги, нарцисична вигода від хвороби – вказують на фрагментацію селф. Високий рівень внутрішньої напруги і тривоги обумовлює дисоційованість переживань. Подібне сполучення складових селф-системи є деструктивним для особистості.

Селф-система є стрижневим компонентом характерологічної регуляції, що відповідає за внутрішній образ себе та самовідношення. Отримані три типи організації селф-системи демонструють три варіанти відношення до себе особистості. Оскільки стосунки партнерської прихильності є тригерними для прояву нарцисичного балансу та самовідношення особистості, то є доцільним виявити специфічність типів організації селф-системи для особистості жінок з різними типами партнерської прихильності.

Надалі фактори було збережено як змінні та проведено аналіз відмінностей у виразності цих факторів у чотирьох групах дівчат із різними типами прихильності за допомогою непараметричного U – критерія Манна-Уїтні.

У таблиці 3.9 наведені значимі відмінності між групами дівчат з різними типами прихильності.

**Значимі відмінності у виразності типів організації селф-системи
серед жінок з різними типами партнерської прихильності**

	U - критерій	Автономія	Псевдоавтономія
Позитивна селф-система	510	35,70	52,50
		Автономія	Дезорієнтованість
Деструктивна селф-система	570	36,90	66,94
		Автономія	Надзалежність
Негативна селф-система	278	31,06	52,81
		Псевдоавтономія	Надзалежність
Негативна селф-система	330	26,19	33,79
		Дезорієнтованість	Надзалежність
Деструктивна селф-система	512	47,81	36,98
		Псевдоавтономія	Дезорієнтованість
Позитивна селф-система	524	56,09	37,20

Примітки: 1) у таблиці представлені лише значущі результати
2) жінки з типом партнерської прихильності «Автономія» n = 50;
жінки з типом партнерської прихильності «Псевдоавтономія» n = 34;
жінки з типом партнерської прихильності «Дезорієнтованість» n = 54;
жінки з типом партнерської прихильності «Надзалежність» n = 26.

Як впливає з наведених у таблиці даних, значущі розходження спостерігаються за трьома факторами. Для груп «Псевдоавтономія» є властивим фактор «Позитивна селф-система»; для групи «Дезорієнтованість» специфічним був виявлений фактор «Деструктивна селф-система»; для групи «Надзалежність» є властивий фактор «Негативна селф-система». Ми відобразили відповідність факторів типам прихильності у таблиці 4.10.

Таблиця 3.10

Відповідність факторів типам партнерської прихильності

Тип прихильності	Відповідність факторної структури
Автономія	Не виявлено
Псевдоавтономія	Позитивна селф-система
Дезорієнтованість	Деструктивна селф-система
Надзалежність	Негативна селф-система

Позитивна селф-система обслуговує псевдоавтономний тип партнерської прихильності у жінок. Високий рівень уникнення при цьому типі прихильності забезпечується «Грандіозним Я» жінки. У цьому випадку партнер для жінки має виконувати роль нарцисичного розширення. Однак, ситуація психологічної інтимності є ризикова для відчуття самоцінності жінки. Особистість з псевдоавтономним типом партнерської прихильності уникає емоційної близькості, що може порушити стабільність функціонування селф-системи.

Наведемо приклад вислову жінки з групи зустрічей у рамках психокорекційної програми. Клієнтка Ю. 20 років : *«Я би не сказала, що в мене занадто високі вимоги до чоловіків. Однак, зараз такий час і суспільство... що дійсно важко знайти гідного чоловіка. Той пияче, той не має освіти, той бідний... Я не можу зв'язатись з тим, хто мені не підходить.»* Отже, з вислову клієнтка Ю. виходить, що оточення не гідно її особистості. Ми сформулювали базову настанову для жінок з псевдоавтономним типом партнерської прихильності *«Зі мною все гаразд, це ви не здатні мене зрозуміти»*.

Для надзалежного типу партнерської прихильності властивим виявлено негативну селф-систему. Цей тип організації селф-системи змістовно відноситься до нарцисичної слабкості. Швракич [118] виділяє три форми нарцисичної слабкості:

1. У результаті фрустрації нарцисичних потреб відбувається послаблення селф-системи;
2. Постійно відчуття внутрішньої порожнечі та пошук об'єкту нарцисичної експлуатації;
3. «Нарцисична декомпенсація» (або за термінологією Кернберга «крах ілюзії грандіозності») – що проявляється у реалізації типового нарцисичного кола. А саме: проєкція грандіозного Я на об'єкт та його ідеалізація; злиття з об'єктом (ідентифікація);

експлуатація об'єкту в якості нарцисичного забезпечення, заздрість до об'єкту; знецінення або втрата об'єкту; пошук нового об'єкту.

Для жінок з над залежним типом партнерської прихильності партнер у стосунках виступає у якості нарцисичного забезпечення.

Наведемо приклад вислову учасниці психокорекційної програми під час вправи «Одна історія ідеального кохання». Клієнтка К. 19 років: *«Мій хлопець є втіленням моєї любові до життя. Його мужність, твердість характеру, успіх у бізнесі доводять мені, що я чогось варта, як жінка. Адже це все-таки щось значить бути поряд з таким чоловіком.»*. Цей уривок ілюструє значення величності фігури хлопця для жінки з надзалежним типом партнерської прихильності. Ми сформулювали базову настанову для жінок з над залежним типом партнерської прихильності *«Я не гідна твоєї любові, адже ти ідеальний»*.

У групі жінок з дезорієнтованим типом партнерської прихильності виявлено деструктивний тип селф-системи. Це вказує на те, що жінкам з цим типом партнерської прихильності важко усвідомлювати та приймати власні недоліки і проблеми. Травматичні переживання і емоції є дисоційованими для жінок.

Наведемо приклад вислову жінки з групи зустрічей у рамках психокорекційної програми. Клієнтка Н. 20 років : *«У мене вже 1,5 роки стосунки з одним хлопцем. Фу! Ні! Навіть не так!... Короче, у нас дружній секс... (сміється і дивиться на реакцію групи). Я би не сказала, що це мене якось дуже сильно зачіпає... Однак мене бісить, що мої друзі постійно про нього питають: «Ну як у вас там? Ви вже зустрічаєтесь?». Який зустрічаєтесь?! Ні, звісно я хочу хлопця і нормальний стосунків. Але ж не цей...»*. Ми сформулювали базову настанову для жінок з дезорієнтованим типом партнерської прихильності *«Зі мною щось негаразд, а оточуючі взагалі нікчемні»*.

Для визначення психокорекційних мішеней необхідно більш поглиблене розуміння особливостей функціонування селф-системи при різних типах партнерської прихильності. Тому наступним кроком стало виявлення зв'язків соціально-психологічних установок «Тривога» та «Уникнення» зі складовими селф-системи у жінок з різним типом партнерської прихильності. Для математико-статистичної обробки був застосований кореляційний аналіз за методом Кендалла змінних тривоги і уникнення (шкали методики «Досвід близьких стосунків» ECR-R) із зазначеними змінними «Індекс функціонування Self-системи» (Залуцька Н. М. зі співавт., 2003)

На рисунку 3.3. представлено кореляційні зв'язки у групі жінок з автономним типом між шкалою «Уникнення» та складовими селф-системи. Шкала уникнення у групі дівчат з автономним типом прихильності має багато значимих кореляційних зв'язків зі складовими я-системи. Це вказує на те, що низький рівень уникнення, який властивий для цього типу партнерської прихильності, обумовлений особливістю організації селф-системи особистості. Були виявлені позитивні кореляції з дереалізацією/деперсоналізацією, втратою контролю емоцій та бажань, ідеалом цінностей, знеціненням об'єкту, ідеалом самодостатності, нарцисичною ярістю, іпохондричний захист від тривоги. Негативний кореляційний зв'язок спостерігається з такими змінними як базовий потенціал надії та нарцисичний коефіцієнт.

Група жінок з автономним типом прихильності

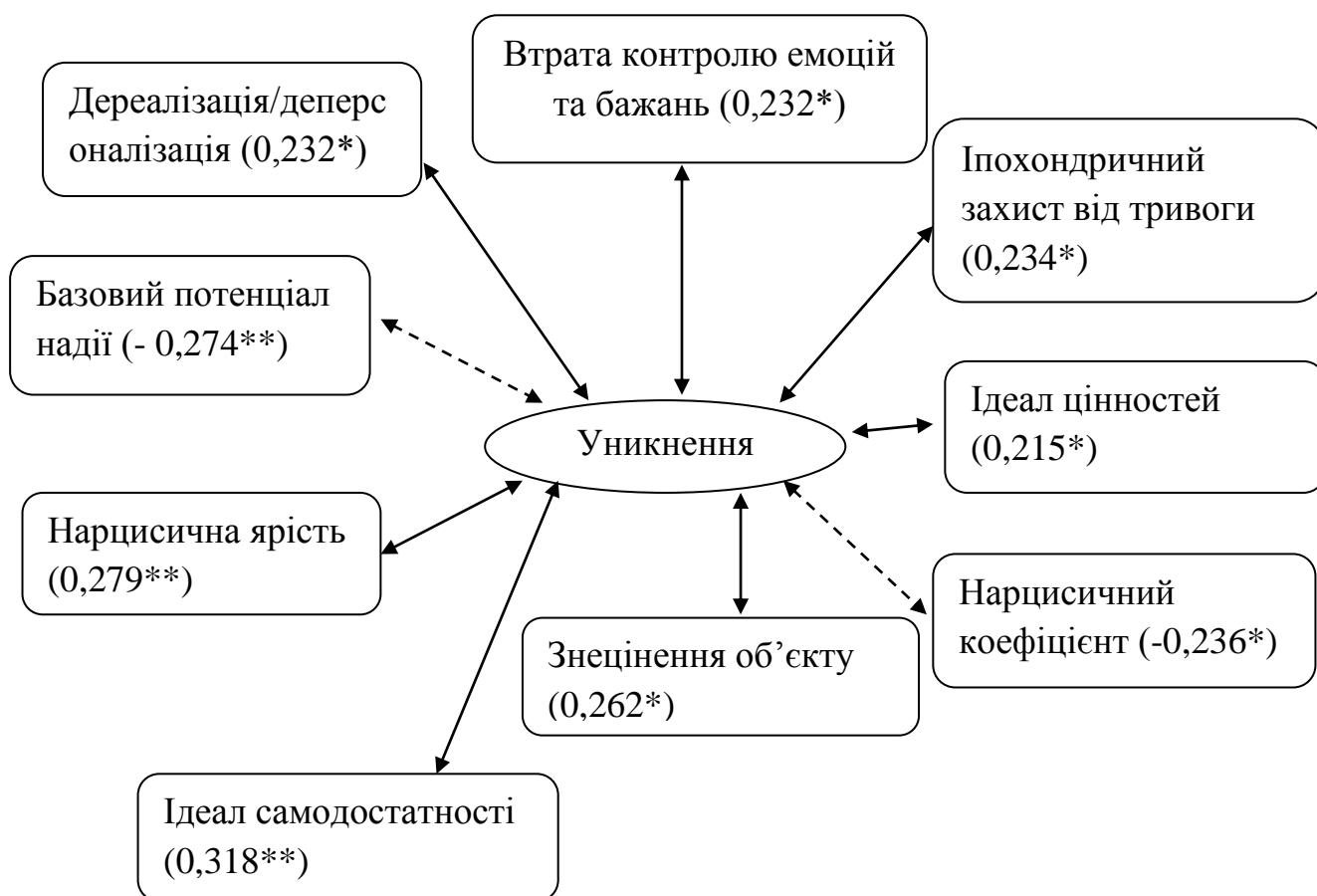


Рис. 3.3. Кореляційні зв'язки у групі жінок з автономним типом між шкалою «Уникнення» та складовими селф-системи

Примітка: на рисунок винесено тільки значущі результати кореляційного аналізу; * - $p \leq 0,05$; ** - $p \leq 0,01$

З тривогою не було виявлено значимих кореляційних зв'язків у групі дівчат з автономним типом прихильності.

У групі жінок з псевдоавтономним типом партнерської прихильності були виявлені значимі кореляційні зв'язки між змінними тривоги і уникнення зі складовими селф-системи особистості.

Група жінок з псевдоавтономним типом прихильності

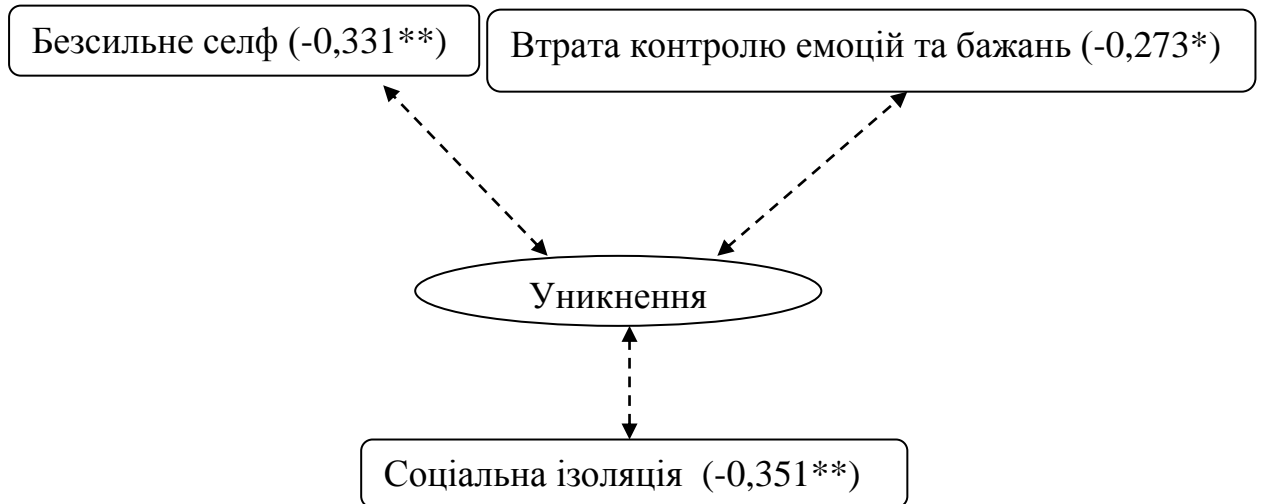


Рис. 3.4. Кореляційні зв'язки у групі жінок з псевдоавтономним типом між шкалою «Уникнення» та складовими селф-системи

Примітка: на рисунок винесено тільки значущі результати кореляційного аналізу; * - $p \leq 0,05$; ** - $p \leq 0,01$

Як видно, шкала уникнення має лише негативні кореляційні зв'язки між безсилим селф, втратою контролю емоцій та бажань, соціальною ізоляцією. Негативні кореляційні зв'язки вказують на те, за рахунок яких саме складових я-системи особистості може бути знижений рівень уникнення. Виходить, що для дівчат з псевдоавтономним типом прихильності психологічна близькість до партнера пов'язана з власною слабкістю, втратою контролю над власними емоціями та переживаннями. Виявлений зворотній кореляційний зв'язок між уникненням та соціальною ізоляцією. Уникнення, як соціально-психологічна настанова, відноситься до інтимно-особистісного спілкування. Шкала соціальної ізоляції вимірює здатність особистості до успішного спілкування на соціальному рівні. Таким чином, особистість, що є активна та успішна на соціальному рівні комунікації, має високий рівень уникнення у побудові стосунків психологічної інтимності. І навпаки, у ситуації стосунків психологічної

інтимності особистість стає менш активною у соціальному плані, звужується коло спілкування.

На наступному рисунку 3.5 зображено кореляційні зв'язки, які утворено шкалою тривоги.

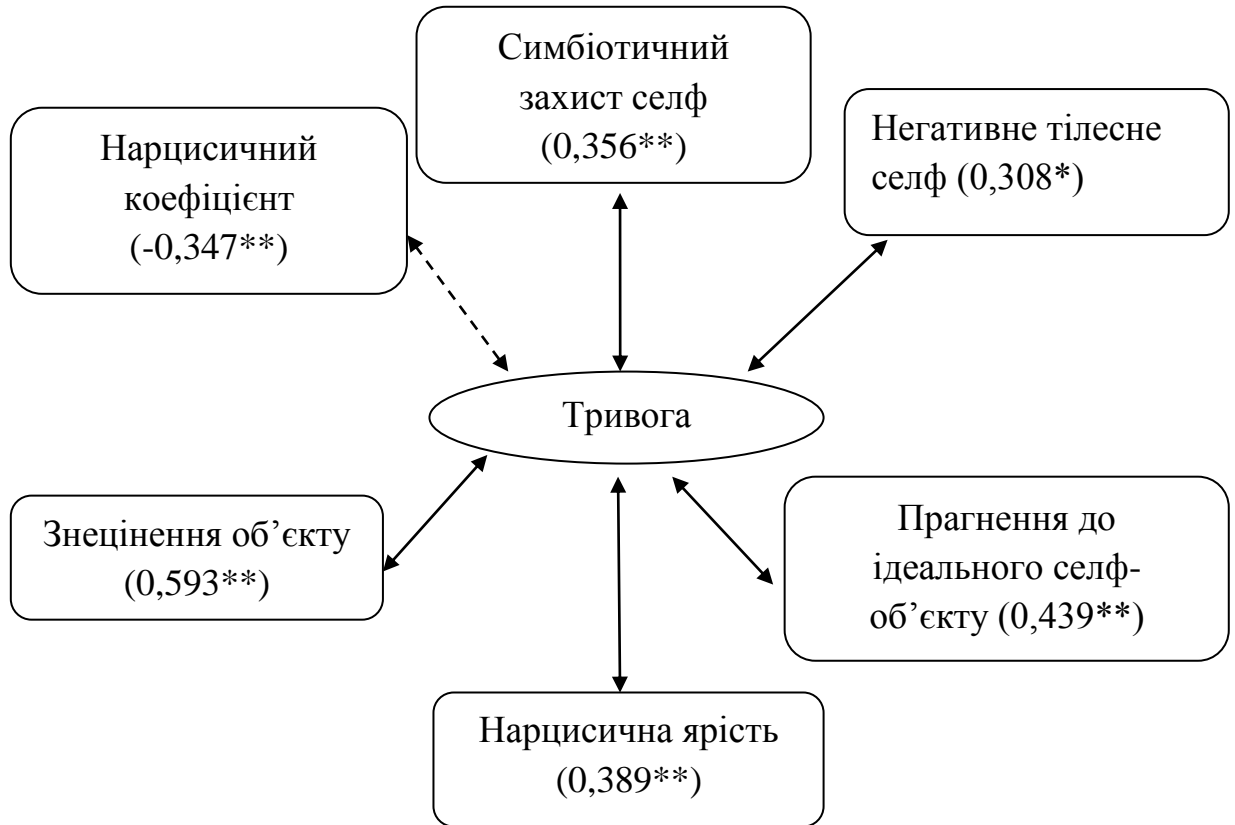


Рис. 3.5. Кореляційні зв'язки у групі жінок з псевдоавтономним типом між шкалою «Тривога» та складовими селф-системи

Примітка: на рисунок винесено тільки значущі результати кореляційного аналізу; * - $p \leq 0,05$; ** - $p \leq 0,01$

Шкала тривоги має позитивні кореляційні зв'язки з симбіотичним захистом селф, знеціненням об'єкту, нарцисичною ярістю, прагненням до ідеального селф-об'єкту, негативним тілесним селф. Виходить, що для дівчат з псевдоавтономним типом високий рівень залежності у стосунках інтимної близькості сполучений з фантазією злиття с об'єктом, прагненням визнати свою однаковість з партнером. Знецінення об'єкта, що проявляється у спотворено критичному сприйнятті оточуючих, при високому рівні

залежності може виступати як регуляторний механізм самоповаги особистості. Шкала нарцисичної ярості виявляє наскільки особистість здатна контролювати власну агресію та відстоювати власну цінність при неконструктивній критиці. Висока залежність у цій групі також пов'язана з незадоволеністю собою та пошуком ідеалізованого об'єкту. Високий рівень виразності показника негативного тілесного селф свідчить про сприйняття власного тіла як відразливого, не бажаного та відштовхуючого для оточуючих. Таким чином, для дівчат з псевдо автономним типом ситуація залежності у стосунках з партнером пов'язана з негативним сприйняттям свого тіла.

Негативний кореляційний зв'язок був виявлений між тривогою та нарцисичним коефіцієнтом. Нарцисичний коефіцієнт є показником нарцисизму особистості. Отже, високий рівень нарцисизму особистості редукує прояви залежності у стосунках з партнером. Та навпаки, для дівчат з псевдоавтономним типом прихильності залежність у стосунках є загрозливою для відчуття самоцінності та високої самооцінки.

Нижче розглянемо кореляційні зв'язки у групі жінок з дезорієнтованим типом прихильності. Соціально-психологічна настанова до залежності (шкала тривоги) має позитивні кореляції з соціальною ізоляцією, негативним тілесним селф, також був виявлений зворотній зв'язок між тривогою та базовою потребою надії. Негативне сприйняття власного тіла є для жінок з дезорієнтованим типом спонукаючим для зростання залежності у стосунках. Також тривога має прямий зв'язок з соціальною ізоляцією. Тобто, високий рівень залежності у стосунках з партнером призводить до порушень комунікації у соціальному оточенні дівчини. Базовий потенціал надії є позитивною характеристикою селф-системи, що проявляється у вірі особистості у власні сили та успіх. Виходить, що для жінок з дезорієнтованим типом прихильності тривога та залежність від партнера у стосунках пов'язана з невірою у себе та власний успіх.

Група жінок з дезорієнтованим типом прихильності

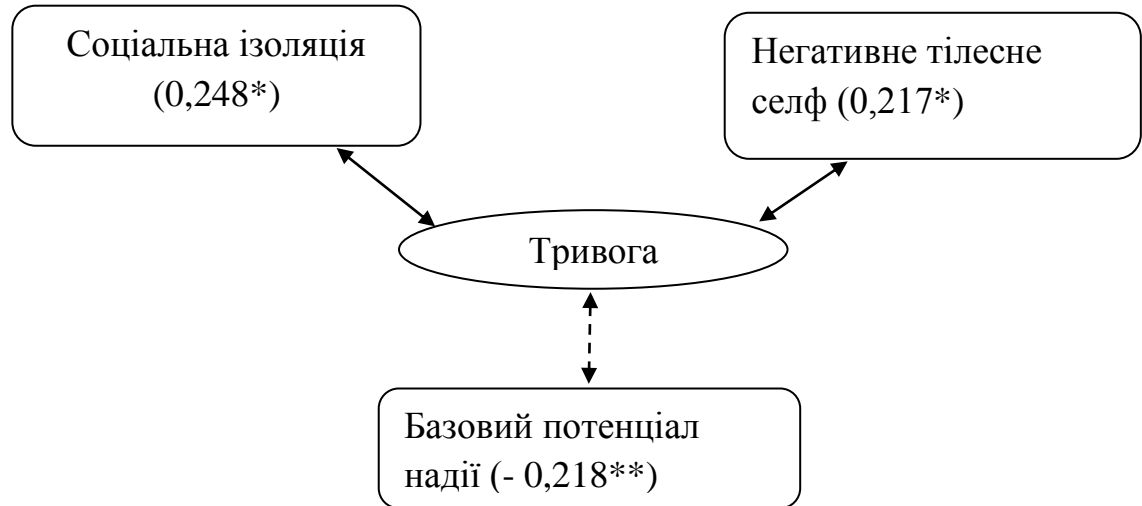


Рис. 3.6. Кореляційні зв'язки у групі жінок з дезорієтованим типом між шкалою «Тривога» та складовими селф-системи

Примітка: на рисунок винесено тільки значущі результати кореляційного аналізу; * - $p \leq 0,05$; ** - $p \leq 0,01$

Розглянемо значимі кореляційні зв'язки шкали уникнення та складових селф-системи у групі з дезорієтованим типом партнерської прихильності

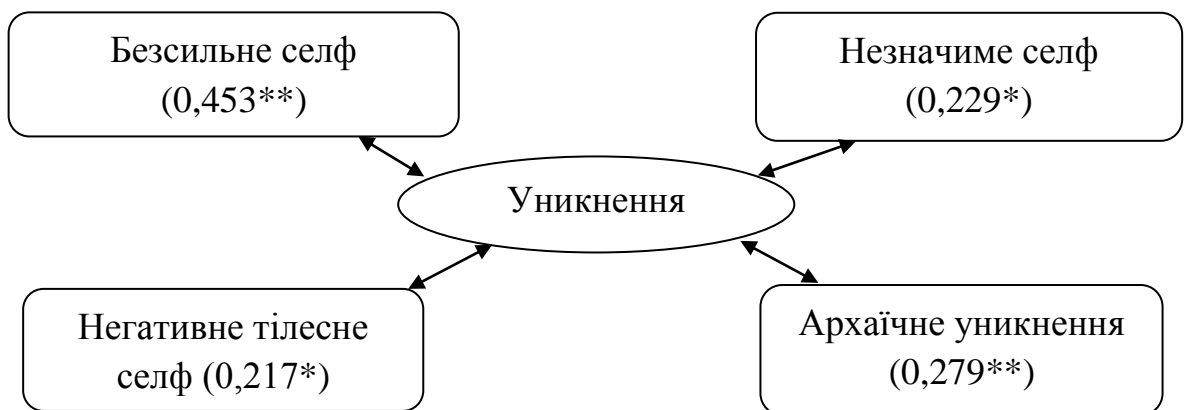


Рис. 3.7. Кореляційні зв'язки у групі жінок з дезорієтованим типом між шкалою «Уникнення» та складовими селф-системи

Примітка: на рисунок винесено тільки значущі результати кореляційного аналізу; * - $p \leq 0,05$; ** - $p \leq 0,01$

Були виявлені позитивні кореляційні зв'язки між шкалою уникнення та безсильним селф, негативне тілесне селф, архаїчне уникнення, не значиме селф. Усі показники входять до фактору «Негативна селф-система». Тобто, уникнення, як соціально-психологічна настанова до незалежності, взаємопов'язана з неефективним способом функціонування селф-системи у жінок з дезорієнтованим типом партнерської прихильності.

У групі дівчат з надзалежним типом прихильності був виявлений прямий кореляційний зв'язок між шкалою тривоги та негативним тілесним селф. Це може свідчити про те, що високий рівень залежності у стосунках посилює негативну оцінку власного тіла, сприйняття його як небажаного та невродливого. Також був виявлений зворотній зв'язок між тривогою та ідеалом самодостатності, що проявляється у здатності особистості відповідально ставитись до мети та вирішення життєвих проблем.

Група жінок з надзалежним типом прихильності

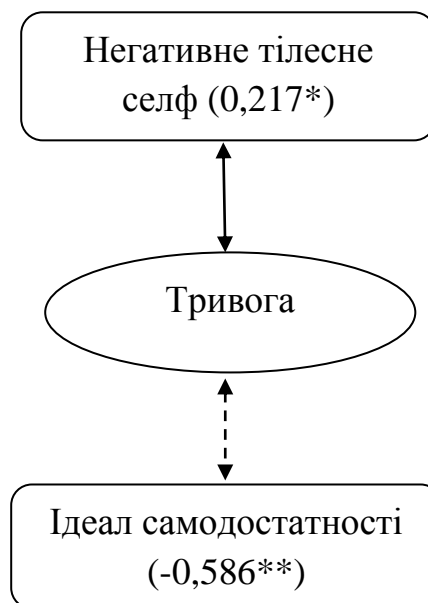


Рис. 3.8. Кореляційні зв'язки у групі жінок з надзалежним типом між шкалою «Тривога» та складовими селф-системи

Примітка: на рисунок винесено тільки значущі результати кореляційного аналізу; * - $p \leq 0,05$; ** - $p \leq 0,01$

Був виявлений прямий кореляційний зв'язок між шкалою уникнення ідеалом самодостатності. Ми це пояснюємо тим, що для жінок схильних до залежних стосунків збільшення рівня уникнення є корисним для функціонування їх особистості. Тобто, посилюючи настанову до незалежності у стосунках такі дівчата стають більш відповідальними та самодостатніми.

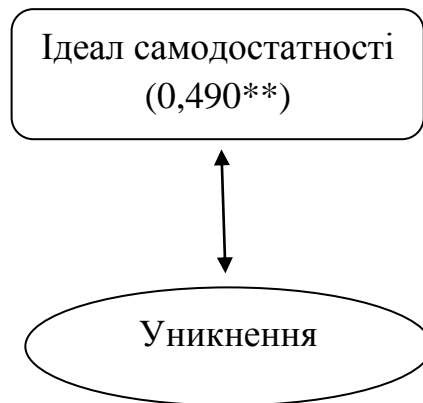


Рис. 3.9. Кореляційні зв'язки у групі жінок з надзалежним типом між шкалою «Уникнення» та складовими селф-системи

Примітка: на рисунок винесено тільки значущі результати кореляційного аналізу; * - $p \leq 0,05$; ** - $p \leq 0,01$

Методика «Індекс функціонування Self-системи» (Залуцька Н. М. зі співавт., 2003) містить дві шкали, що є інтегрованими показниками ефективності функціонування селф-системи і рівня виразності нарцисизму.

Індекс функціонування селф-системи – це оцінка механізмів, що регулюють діяльність селф-системи.

Нарцисичний коефіцієнт – показник рівня виразності нарцисизму особистості.

Для визначення особливостей нарцисичної регуляції ми порівняли виразність цих двох показників між чотирма групами жінок з різними типами партнерської прихильності за допомогою статистичного методу допомогою непараметричного U – критерія Манна-Уїтні. Отримані результати наведено у таблиці 3.11.

**Відмінності у виразності коефіцієнту нарцисизму та індексу
функціонування селф-системи**

	U - критерій	Автономія	Псевдоавтономія
Індекс функціонування селф-системи	558	51,09	36,66
Нарцисичний коефіцієнт	576	34,44	47,98
		Автономія	Дезорієнтованість
Індекс функціонування селф-системи	437	52,13	32,11
Нарцисичний коефіцієнт	830	42,87	62,19
		Автономія	Надзалежність
Індекс функціонування селф-системи	436	46,73	34,22

Примітки: 1) у таблиці представлені лише значущі результати
2) жінки з типом партнерської прихильності «Автономія» n = 50;
жінки з типом партнерської прихильності «Псевдоавтономія» n = 34;
жінки з типом партнерської прихильності «Дезорієнтованість» n = 54;
жінки з типом партнерської прихильності «Надзалежність» n = 26.

Як видно з зазначених вище результатів, між групами жінок з різними типами партнерської прихильності виявлено значимі відмінності у виразності індексу функціонування селф-системи й нарцисичного коефіцієнту. Найвищий рівень нарцисизму виявлено у групі жінок з псевдоавтономним типом партнерської прихильності. Це узгоджується з тим, що у цій групі властивою виявилась позитивна селф-система, що по суті є реалізацією грандіозного Я. Виходить, що характерне для цього типу прихильності надмірне прагнення незалежності та автономії у стосунках потенціюються високим рівнем нарцисизму особистості.

Також в інших групах жінок з порушеними типами партнерської прихильності (дезорієнтованість, надзалежність) значимо вищий рівень нарцисизму. Це вказує на те, що при порушених типах партнерської прихильності для особистості дівчат властивий порушений рівень нарцисизму.

При цьому найвищий рівень індексу функціонування селф-систем, як показник її ефективності, виявлено у дівчат з типом партнерської прихильності «Автономія». З цього випливає, що один із чинників забезпечення здатності особистості до нормального типу партнерської прихильності є високий рівень ефективності функціонування селф-системи.

Далі для формування мішеней психокорекції особистості необхідно було визначити як саме у поведінці жінки проявляється порушений нарцисичний баланс. Наступним кроком дослідження було визначення властивих для різних типів прихильності сполучень нарцисичних рис особистості. Був використаний опитувальник «Нарцисичні рис особистості» (О.А. Шимшикової, Н.М. Клепікової), що направлений на виявлення нарцисичних станів, що характерні сукупністю нарцисичних рис, які входять у структуру нарцисичного розладу особистості, але не відповідають рівню діагностики патологічного нарцисизму згідно DSM-IV. Було проведено аналіз відмінностей у виразності нарцисичних рис у чотирьох групах жінок із різними типами партнерської прихильності за допомогою непараметричного U – критерія Манна-Уїтні. Результати наведено у таблиці 3.12.

Таблиця 3.12

Значущість розходжень у виразності нарцисичних рис між групами жінок з різними типами партнерської прихильності

Нарцисичні риси	U – критерій	Середній ранг	
		Автономія	Псевдоавтономія
віра у власну унікальність	614	37,78	49,44
очікування особливого ставлення	472	34,94	53,62
маніпуляції в міжособистісних стосунках	432	34,14	54,79
відсутність емпатії,	244	30,38	60,32
стурбованість почуттям заздрості	250	30,50	60,15

Продовження таблиці 3.12

	U - критерій	Автономія	Дезорієнтованість
захопленість фантазіями	982	59,52	46,02
маніпуляції в міжособистісних стосунках	886	43,22	61,09
відсутність емпатії, стурбованість почуттям зздрості	594	37,38	66,50
		Автономія	Надзалежність
очікування особливого ставлення	348	32,46	50,12
маніпуляції в міжособистісних стосунках	298	31,46	52,04
відсутність емпатії, стурбованість почуттям зздрості	338	32,26	50,50
		342	32,34
		Псевдоавтономія	Надзалежність
віра у власну унікальність	330	33,79	23,19
стурбованість почуттям зздрості	236	36,56	22,58
		Дезорієнтованість	Надзалежність
захопленість фантазіями	490	36,57	48,65
очікування особливого ставлення	430	35,46	50,96
		Псевдоавтономія	Дезорієнтованість
віра у власну унікальність	658	52,15	39,69
потреба у постійному захопленні та схваленні	678	51,56	40,06
очікування особливого ставлення	584	54,32	38,31
стурбованість почуттям зздрості	630	52,97	39,17

Примітки: у таблиці представлені лише значущі результати.

З наведених результатів випливає, що є значимі розбіжності у виразності нарцисичних рис серед груп жінок з різними типами партнерської прихильності. Три нарцисичні риси значимо більш виражені в групах з порушеними типами прихильності (псевдоавтономний, дезорієнтований,

надзвичайний) порівняно з групою жінок з автономним типом прихильності, а саме: маніпуляції в міжособистісних стосунках, відсутність емпатії, стурбованість почуттями заздрості. Отже, жінки з порушеними типами партнерської прихильності схильні використовувати інших у реалізації своїх потреб, за рахунок інших посилювати власні позиції, не враховувати інтереси інших. Для них властива нездатність розпізнавати та розуміти почуття інших. Заздрість займає значне місце у житті жінок з порушеними типами партнерської прихильності. Думки про те, що інші завжди заздять та заздрість до реальних чи надуманих переваг інших.

Також в групах «Псевдоавтономія» та «Надзалежність» значимо більш виражена, порівняно з іншими групами, риса «Очікування особливого ставлення». Ця риса представляє суб'єктивну впевненість особистості в тому, що вона заслуговує особливого відношення. Нереалізованість очікувань провокує дратівливість при зустрічі з будь-якими, навіть незначними перепонами.

Було виявлено, що в групі «Дезорієнтованість» значимо вища, відносно інших трьох груп, нарцисична риса «Захопленість фантазіями». Фантазії виникають при загрозі цілісності я-системи. Зміст фантазій є конкретним та наближеним до реальності. Фантазії направлені на конкретне задоволення бажань, але їх реалізація уявна, а не реальна.

Таким чином, ми виявили, що жінки з груп з порушеними типами партнерської прихильності мають значимо вищий рівень виразності нарцисичних рис. Це є свідомством того, що порушення партнерської прихильності відображається на особливостях проявів нарцисизму особистості. Присутність нарцисичних рис у характері особистості жінок з порушеними типами партнерської прихильності є наслідком порушеного нарцисичного балансу. Виявлені риси виконують функцію нарцисичної регуляції, відновлення почуття самоцінності особистості за умови порушеної партнерської прихильності.

Наслідком внутрішнього конфлікту особистості та порушеного нарцисичного балансу є особистісна тривожність. Тому наступним кроком було виявлення особливостей рівня особистісної тривожності в групах жінок з різними типами партнерської прихильності за допомогою методики особистісна шкала проявів тривоги (Дж. Тейлор, в адаптації В.Г. Норакидзе). Виявлено значимі розбіжності у виразності рівня особистісної тривожності за допомогою непараметричного U – критерія Манна-Уїтні. Нижче у таблиці 3.13. наведені результати.

Таблиця 3.13

Значущість розходжень у виразності рівня особистісної тривожності (Особистісна шкала проявів тривоги (Дж. Тейлор, в адаптації В.Г. Норакидзе)

	U - критерій	Автономія	Псевдоавтономія
Тривожність	658	31,94	58,03
		Автономія	Дезорієнтованість
Тривожність	706	39,62	64,43
		Автономія	Надзалежність
Тривожність	452	34,54	46,12
		Псевдоавтономія	Надзалежність
Тривожність	352	33,15	27,04
		Дезорієнтованість	Надзалежність
Тривожність	604	42,31	36,73

Примітки: 1) у таблиці представлені лише значущі результати
 2) жінки з типом партнерської прихильності «Автономія» n = 50;
 жінки з типом партнерської прихильності «Псевдоавтономія» n = 34;
 жінки з типом партнерської прихильності «Дезорієнтованість» n = 54;
 жінки з типом партнерської прихильності «Надзалежність» n = 26.

З наведених результатів видно, що рівень особистісної тривожності значимо вищий у групах жінок з порушеними типами прихильності відносно жінок з типом партнерської прихильності «Автономія». Тривожність як риса характеру, проявляється у схильності особистості до частих та інтенсивних переживань тривоги. Тривожність у дорослості найчастіше є наслідком

внутрішнього конфлікту особистості, пов'язаного з самооцінкою особистості. Отже, високий рівень особистісної тривожності серед жінок з порушеними типами партнерської є підтвердженням викривлення характерологічної регуляції.

3.3. Особливості психологічного захисту особистості жінок з різними типами партнерської прихильності

Захисні механізми є невід'ємними та важливими складовими характерологічної регуляції. У більшості сучасних психоаналітичних підходах характер розуміють як певний набір механізмів психологічного захисту та спосіб нарцисичного захисту особистості. Метою цього етапу стало виявлення особливостей психологічного захисту серед чотирьох груп досліджуваних жінок за допомогою опитувальника Плутчика-Келлермана-Конте «Індекс життєвого стилю».

Таблиця 3.14.

Значимі відмінності у виразності захисних механізмів серед жінок з різними типами партнерської прихильності

	U - критерій	Автономія	Псевдоавтономія
Проекція	600	37,50	49,85
Інтелектуалізація	548	49,54	32,62
Компенсація	576	50,56	37,02
		Автономія	Дезорієнтованість
Інтелектуалізація	386	46,81	34,32
Реактивне утворення	462	36,06	49,73
		Автономія	Надзалежність
Інтелектуалізація	216	37,85	20,88
Регресія	192	21,81	37,15
Відкидання	658	52,21	32,65

Примітки: 1) у таблиці представлені лише значущі результати
 2) жінки з типом партнерської прихильності «Автономія» n = 50;
 жінки з типом партнерської прихильності «Псевдоавтономія» n = 34;
 жінки з типом партнерської прихильності «Дезорієнтованість» n = 54;
 жінки з типом партнерської прихильності «Надзалежність» n = 26.

З отриманих результатів видно, що для жінок з типом прихильності «Автономія» характерні такі захисні механізми як компенсація і інтелектуалізація. Компенсація проявляється в спробах знайти відповідну заміну реальній чи уявній нестачі, дефекту нестерпного почуття іншим переживанням, найчастіше за допомогою фантазування або привласнення собі властивостей, достоїнств, цінностей, поведінкових характеристик іншої особистості. Часто це відбувається в ситуаціях необхідності уникнути конфлікту з цією особистістю і підвищення почуття самодостатності. Інтелектуалізація, проявляється в надмірно "розумовому" способі подолання конфліктної або фруструючої ситуації без переживань. Іншими словами, особистість присікає переживання, викликані неприємною ситуацією за допомогою логічних установок і маніпуляцій. Також в шкалу інтелектуалізації була включена і сублімація як механізм психологічного захисту, при якому витіснені бажання і почуття гіпертрофовано компенсуються іншими, що відповідають вищим соціальним цінностям, які сповідує особистістю. Обидва даних захисних механізмів є зрілими, так як припускають травматичну інформацію в свідомість, але інтерпретують її «безболісним» чином.

Для типу прихильності «Псевдоавтономія» характерний захисний механізм проекція. В основі «проекції» лежить процес, за допомогою якого неусвідомлювані і неприйнятні для особистості почуття і думки локалізуються зовні, приписуються іншим людям. Даний захисний механізм відноситься до примітивних, незрілих форм психологічного захисту.

Для типу прихильності «Дезорієнтованість» характерний захисний механізм реактивне утворення. Цей вид психологічного захисту нерідко ототожнюють з гіперкомпенсацією. Особистість запобігає вираження неприємних або неприйнятних для неї думок, почуттів або вчинків шляхом перебільшеного розвитку протилежних прагнень. Іншими словами, відбувається як би трансформація внутрішніх імпульсів в суб'єктивну їх протилежність. Ця форма психологічного захисту є незрілою, так як не

допускає надходження конфліктної і травмуючої особистість інформації в свідомість.

Для типу прихильності «Надзалежність» характерні захисні механізми регресія і заперечення. Регресія розглядається як механізм психологічного захисту, за допомогою якого особистість в своїх поведінкових реакціях прагне уникнути тривоги шляхом переходу на більш ранні стадії розвитку лібідо. При цій формі захисної реакції особистість, піддається дії фруструючих факторів, замінює собою рішення суб'єктивно більш складних завдань на відносно більш прості і доступні в сформованих ситуаціях.

Заперечення - механізм психологічного захисту, за допомогою якого особистість або заперечує деякі фруструючі обставини, або заперечується будь-який внутрішній імпульс. Як правило, дія цього механізму проявляється в запереченні тих аспектів зовнішньої реальності, які, будучи очевидними для оточуючих не приймаються, не визнаються самою особистістю. Іншими словами, інформація, яка турбує і може привести до конфлікту, не сприймається. Конфлікт, що виникає при прояві мотивів, суперечить основним настановам особистості або інформації, яка загрожує її самозбереженню, самоповазі, або соціальному престижу. Дані захисні механізми також відносяться до незрілих і примітивних, так як не допускають надходження конфліктної і травмуючої особистість інформації в свідомість.

Таким чином, захисні механізми, які відносяться до зрілих, характерні лише для жінок з типом прихильності «Автономія». Для трьох груп жінок з деструктивними типами прихильності (псевдоавтономія, дезорієнтацію, надзалежність) характерні незрілі, примітивні форми психологічних захистів.

Далі ми дослідили особливості взаємозв'язку механізмів психологічного захисту з соціально-психологічними настановами відношення до залежності і незалежності за допомогою коефіцієнта рангової кореляції Кендалла. Результати представлені в таблиці 3.15.

Взаємозв'язок соціально-психологічних настанов відношення до залежності та незалежності з механізмами психологічного захисту

Жінки з псевдоавтономним типом партнерської прихильності		
Тривога	Інтелектуалізація $t = -0,043$; $p < 0,05$	
Уникнення	Інтелектуалізація $t = 0,037$; $p < 0,05$	
Жінки з дезорієнтованим типом партнерської прихильності		
Тривога	Реактивне утворення $t = 0,027$; $p < 0,05$	Інтелектуалізація $t = -0,032$; $p < 0,05$
Уникнення	Інтелектуалізація $t = 0,021$; $p < 0,05$	
Жінки з надзалежним типом партнерської прихильності		
Тривога	Заперечення $t = 0,032$; $p < 0,01$	
Уникнення	Регресія $t = 0,022$; $p < 0,05$	

Примітки: у таблиці представлені лише значущі результати

З наведених результатів видно, що в групі жінок з типом прихильності «Псевдоавтономія» існує статично значимий позитивний кореляційний зв'язок на рівні $p < 0,05$ між захисним механізмом інтелектуалізація і соціально-психологічної настановою уникнення. Також в цій групі випробовуваних був виявлений статично значимий негативний кореляційний зв'язок на рівні $p < 0,05$ між захисним механізмом інтелектуалізація і соціально-психологічної настановою тривога. При цьому типі прихильності особистість не приймає ніякої форми залежності в спілкуванні і перебільшує значення незалежності, в спілкуванні присутнє дистанціювання і демонстративна самодостатність. Переважна в цьому типі прихильності соціально-психологічна настанова уникнення потенціює захисний механізм інтелектуалізацію. Таким чином, властива цим жінкам демонстративна самодостатність і відстороненість у стосунках забезпечується інтелектуалізацією суб'єктивно травматичних ситуацій.

У групі жінок з типом прихильності «Дезорієнтованість» був виявлений позитивний кореляційний зв'язок інтелектуалізації з униканням, а також негативний кореляційний зв'язок інтелектуалізації з тривогою. Був

виявлений статистично значимий позитивний кореляційний зв'язок на рівні $p < 0,05$ захисного механізму реактивне утворення з тривогою. Це говорить про те, що зростання тривоги, як психологічної установки в ситуації прихильності до партнера, потенціює незрілу форму психологічного захисту і редукує зрілий захисний механізм - інтелектуалізацію.

У групі жінок з типом прихильності «Надзалежність» виявлено статистично значущі позитивні зв'язки між тривогою і захисним механізмом заперечення, а також униканням і регресією. Це свідчить про те, що жінкам, для яких властива тривожно-маніпулятивна позиція у стосунках, заперечення свободи своєї і партнера, характерні незрілі інфантильні захисні механізми. Тобто, в ситуаціях для них суб'єктивно травматичних і загрозливих їх Его, жінки не допускають в поле своєї свідомості конфліктну інформацію і регресують на більш низькі стадії розвитку. Зростання тривоги у жінок в партнерських стосунках підсилює захисний механізм заперечення, тобто неприйняття подій і переживань як реальних.

3.4. Узагальнені моделі характерологічної регуляції особистості жінок з різними типами партнерської прихильності

На цьому етапі роботи нашим завданням було створення теоретичної моделі характерологічної регуляції особистості жінок з різними типами партнерської прихильності на основі результатів, що були отримані у емпіричному дослідженні. Ґрунтуючись на психоаналітичній парадигмі при побудові теоретичної моделі було виділено п'ять її складових:

1. Тип організації селф-системи (як внутрішній образ Я та стрижнева характеристика стійких зразків поведінки й переживання самоцінності особистості);
2. Характерологічний радикал (сукупність найбільш виражених типів особистості за методикою «Автопортрет особистості» Джен М. Олдхем, Луї Б. Морріс);

3. Властиві механізми психологічного захисту;
4. Нарцисичні риси (як компенсація порушеного відчуття самоцінності особистості).

Для жінок з типом прихильності «Автономія» не виявлено більшості специфічно властивих компонентів характерологічної регуляції. Припускаємо, що здатність до побудови стабільних, довготривалих стосунків психологічної інтимності обумовлена відсутністю у особистості стійких, ригідних зразків поведінки та реагування.

К. Роджерс використовує поняття «хороше життя», не погоджуючись з ідеями гомеостазу, стану адаптивності як синонімами «хорошого життя». Навпаки, Роджес не дає чіткого визначення тому, що таке хороше життя та здорова особистість, однак виділяє дві характеристики:

- «хороше життя» здорової особистості це процес, а не стан;
- «хороше життя» здорової особистості це завжди напрям, а не конкретний пункт.

К. Роджерс [101] зазначає «це напрям, що обраний усім організмом за умови психологічної свободи рухатись куди завгодно».

Характер проявляється типовим паттерном поведінки, що є застиглим, кристалізованим способом реагування. З цієї точки зору будь-яка характерологічна структура є реалізацією невротичного сценарію особистості, як спосіб захисту. Здоровій особистості притаманна відкритість досвіду, внутрішній рух від полюсу стильових захистів (характеру) до полюсу відкритості новому емоційному досвіду. Якщо особистість повністю відкрита для нового досвіду, той кожен момент її життя є для неї емоційно значимим, свідомим та новим.

Плинність переживань, що є властива для «хорошого життя» проявляється у тому, що «Я» особистості виникає скоріше із досвіду, ані ж досвід спотворюється психологічними захистами особистості, аби відповідати існуючій характерологічній структурі. Це означає, що така

особистість є скоріше спостерігачем своїх організмичних процесів, а ніж контролером. Тобто ідея довіри й прийняття власного досвіду та бажань.

У розробках Кочаряна О.С. описано поняття заторів організмичної тенденції, тобто вид психотравми відповідний для певної особистості. За наявності такого затору організмична тенденція спотворюються, виникає характерологічний радикал.

Згідно ідеям клієнт-центрованого підходу, жити теперішнім означає відсутність нерухливості, відсутність сталої структури характеру. К.Роджес приділяє увагу тому, що ознакою «хорошого життя» у здорової особистості є довіра власному організму, довіра своїм організмичним реакціям на новий досвід.

Майже завжди особистість передчасно привносить у контакт вже існуючу емоційну реакцію й оцінку. Ця обставина не дозволяє особистості сприймати новий досвід, нові емоції та переживання не допускаються до усвідомлення, викривляються та спотворюються згідно характеру. Тобто існуюча характерологічна регуляція «вписує» новий досвід у вже звичні рамки сприйняття особистості.

Важко ввести у рамки стійкої характерологічної структури таких особистостей, котрі володіють живою експресією, спонтанністю реагування. При цьому виявлено, що для цих жінок є властивими зрілі захисні механізми та високий рівень функціонування селф-системи. Показником нормального функціонування психіки є не відсутність примітивних захисних механізмів, а обов'язкова наявність зрілих. Отже, відсутність стійкої характерологічної структури, спонтанність реагування особистості обумовлює її здатність до створення автономного типу партнерської прихильності.

Далі розглянемо моделі характерологічних регуляцій особистості жінок з порушеними типами партнерської прихильності. На рисунку 4.1 представлено модель характерологічної регуляції псевдоавтономного типу партнерської прихильності у жінок.



Рис. 3.10. Модель характерологічної регуляції псевдоавтономного типу партнерської прихильності у жінок

Внутрішнє ядро структури характеру особистості складає позитивна селф-система, що є проявом грандіозного нарцисизму, порушеного нарцисичного балансу. Ідеалізація власного образу, віра у свою унікальність є випробуванням для психіки при зіткненні з реальністю, що викликає напруження нарцисичної регуляції. У дорослості проблема орального періоду проявляється у тому, що особистість постійно потрапляє у стосунки, де не може задовольнити свої емоційні проблеми. Це є внутрішнє переживання своєї нездатності заявити про свої потреби у психологічній близькості партнеру. О.Кернберг описує полярності: грандіозне Я (всі добре) або, навпаки, виснажене (все погано) сприйняття власного «Я». Ці полярності є єдиними можливими формами організації внутрішнього досвіду при порушеному нарцисичному балансі. Відчуття, що вони є «досить хорошими», не входить в число їх внутрішніх конструктів. В результаті схильності до перфекціонізму такі особистості уникають почуттів і дій, які можуть привести до усвідомлення особистої неспроможності реальної залежності від інших.

Наступною складовою є характерологічний радикал «Шизоїдний». Ця складова регуляції відповідає за зовнішні прояви особливостей характеру, тобто те, як саме особистість реалізує себе при побудові міжособистісних стосунків. Характерологічний радикал «Шизоїдний» описує людину, яка уникає емоційної близькості, виправдовуючи це своєю унікальністю, несхожістю на інших.

Шизоїдний радикал проявляється у наслідок реакції на оточення, яке не обов'язково жорстоко ставиться до особистості, однак є хронічно холодним по відношенню до неї. Не отримуючи гармонічної підтримки та уваги від партнера, жінка з шизоїдним радикалом втікає до ізоляції та приховування власних переживань відносно стосунків. Ст. Джонсон визначає шизоїдну структуру характеру через метафору «ненависної дитини». Не отримуючи теплих емоцій та взаємності від значимої фігури (матері) «ненависна дитина» втікає у «тиху гавань», у світ пізнавальної та духовної реальності, інтелектуального розвитку. Людина вибудовує фасад власної унікальності та цінності, що дозволяє відновлювати порушений нарцисичний баланс. При цьому Джонсон зазначає, що «ненависна дитина» у дорослості може стати тим, хто справді любить людей, однак все одно автоматично уникає близькості, що необхідна для підтримки стабільних стосунків психологічної інтимності.

Нарцисичний фасад, що обумовлений позитивною селф-системою, врівноважує порушене відчуття самоцінності та редукує тривогу у стосунках. Однак, при цьому ж дана обставина призводить до ізолюваності. Незалежність та ізоляція початково переляканої та ображеної особистості є реалізацією захисної реакції. Як наслідок, особистість з пріоритетним шизоїдним радикалом уникає реального життя та близьких стосунків ще до їх можливого початку.

Наступною складовою структури характеру було виділено механізми психологічного захисту. Для дівчат з псевдоавтономним типом найбільш вираженим є механізм проєкція, тобто приписування оточуючим тих емоцій і

переживань, що не приймає у собі особистість. Також властиві високо виражені нарцисичні риси, що є компенсацією порушеного нарцисичного балансу.

Отже, ми припускаємо, що високий рівень уникнення, що є властивим для псевдоавтономного типу партнерської прихильності, спирається у особистості на ті характерологічні структури, що мають коріння у ранньому дитинстві, а саме - перші півтора роки життя, що є періодом формування дитячої прихильності. У цьому віковому періоді відбувається становлення шизоїдно-оральних проблематик. Високий рівень настанови до незалежності у стосунках при зазначеному типі партнерської прихильності дозволяє жінці відновити нарцисичний баланс та зберігати цілісність селф.

Як було вже зазначено у теоретичному розділі, характер у нашій роботі визначається як стала система захистів. Отже, така не адаптивна стратегія побудови партнерських стосунків є єдино доступною для жінки при псевдоавтономному типі партнерської прихильності. Від так, характерологічна регуляція особистості жінок з зазначеним типом партнерської прихильності потребує психологічної корекції.

Отже, у характерологічній регуляції псевдоавтономного типу партнерської прихильності є позитивна селф-система, що є проявом грандіозного нарцисизму. Характерологічною основою псевдоавтономного типу прихильності є шизоїдний радикал, а психологічний захист представлений механізмом проекції. Нарцисична складова даного типу прихильності є надмірно вираженою, що є проявом порушеного нарцисичного балансу.

Далі розглянемо модель характерологічної регуляції дезорієнтованого типу партнерської прихильності. Дезорієнтований тип прихильності є найбільш деструктивним, це відобразилось і на характерологічній структурі особистості дівчат з цим типом прихильності.



Рис.3.11. Модель характерологічної регуляції дезорієнтованого типу партнерської прихильності у жінок

У ядрі цієї структури знаходиться деструктивна селф-система. Відмінна особливість цього типу організації селф-системи є диссоційовані травматичні переживання. Особистість виправдовує власні невдачі зовнішніми обставинами у зв'язку з тим, що свідоме переживання своєї неспішності є загрозовим для її цілісності. Для жінок з дезорієтованим типом прихильності є властивим характерологічний радикал «Психопатичний», що є зовнішнім проявом стратегії поведінки особистості. Цей характерологічний радикал описує особистість яка пробує на міцність цей світ, ставить під сумнів соціальні норми та звичаї, демонструє зухвалу поведінку та отримує задоволення від ризику і авантюри. Подібна провокуюча поведінка дозволяє дівчині знецінити свої невдачі в особистому житті, знизити внутрішню напругу.

Наступний компонент структури – механізм психологічного захисту реактивне утворення полягає у тому, що особистість трансформує негативні емоції та переживання у позитивні. У житті це може проявлятися у тому, що

дівчина знецінює негативні, травматичні переживання, сприймаючи їх як позитивні. Властива нарцисична риса захопленість фантазіями, на відміну від інших груп досліджуваних з порушеними типами прихильності. Фантазії виникають при загрозі цілісності селф-системи та нарцисизму особистості. Зміст фантазій є конкретним, реалістичним, але ніколи не реалізуємий насправді. Захопленість фантазіями дозволяє особистості редукувати тривогу та зменшити внутрішню напругу.

Важливо відмітити, що для дезорієнтованого типу партнерської прихильності є властивою деструктивна селф-система, особливість цього типу організації селф-системи є диссоційовані травматичні переживання. Для жінок з дезорієтованим типом партнерської прихильності є властивим психопатичний характерологічний радикал, такий механізм психологічного захисту, як реактивне утворення. Нарцисичний компонент системи регуляції представлений захопленістю фантазіями, які виникають при загрозі цілісності селф-системи та нарцисизму особистості. Захопленість фантазіями дозволяє особистості редукувати тривогу та зменшити внутрішню напругу.

Далі розглянемо модель характерологічної структури особистості жінок з надзалежним типом партнерської прихильності.



Рис.4.3. Модель характерологічної регуляції дезорієнтованого типу
партнерської прихильності у жінок

Ядром структури є негативна селф-система, що є проявом депресивного нарцисиму, порушеного нарцисичного балансу. Головна особливість цього типу організації селф-системи є те, що особистість внутрішньо сприймає себе як негідну, нікчемну, погану.

Компонент характерологічного радикалу представлений двома типами – мазохістичним і істеро-нарцисичним. Подібне сполучення радикалів вказує на наявність внутрішнього конфлікту у жінок з надзалежним типом партнерської прихильності. З одного боку, мазохістичний радикал у проявляється відданості партнеру, реалізації традиційно жіночої поведінки у відносинах, надмірною самопожертвою, втратою власних інтересів. З іншого, істеро-нарцисичний радикал представляє таку особистість, що прагне уваги та захоплення нею, для неї властива демонстративність, награна емоційність, драматизація почуттів, створення враження своєї бурхливої діяльності. Виходить цікаве співвідношення прагнення до активності та демонстрації власних переживань і страх втрати партнера, надмірна покірливість і самопожертва у відносинах.

Симбіотична проблематика присутня у визначених характерологічних радикалах. Особистість шукає визначення власних життєвих цінностей окремо від себе самої. Ідея розуміння симбіотичної проблеми характеру за Н. Маквільямс полягає у тому, що особистість має дуже обмежене усвідомлення власних бажань та інтересів у ранньому дитинстві і не мала дозволу на їх спонтанні прояви та розвиток власної експресії. Віддзеркалюючи інших особистість жінки з надзалежним типом партнерської прихильності відчуває себе у безпеці. Розвиток фальшивого селф – це спроба керування високим рівнем тривоги у ситуаціях психологічної інтимності. Виявлено, що характерологічна регуляція жінок з надзалежним типом партнерської прихильності представляє собою складне сполучення істеро-нарцисичного та мазохістичного радикалів, які мають коріння у симбіотичній

проблематиці. Жінка з надзалежним типом переживає себе як частину стосунків.

Властиві захисні механізми – регресія і заперечення, що є примітивними захисними механізмами. Отже, у ситуаціях, що представляють загрозу для цілісності особистості дівчата з надзалежним типом прихильності регресують на більш ранні стадії, заперечують та відкидають травмуючу інформацію. У житті та відносинах це проявляється в інфантильній поведінці.

Властивий набір високо виражених нарцисичних рис дозволяє особистості зберігати відчуття самоцінності. За рахунок внутрішнього відчуття власної малоцінності і нікчемності дівчата реалізують нарцисичні прояви, намагаючись зберігати рівновагу нарцисичного балансу. Відносини з партнером є вирішальною умовою збереження відчуття самоцінності.

Отже, характерологічна регуляція над залежного типу партнерської прихильності представлена наступними складовими. Негативна селф-система є проявом депресивного нарцисизму, порушеного нарцисичного балансу. Компонент характерологічного радикалу представлений двома типами – мазохістичний і істеро-нарцисичний. Подібне сполучення типів характеру вказує на наявність внутрішнього конфлікту (між відданістю іншому та прагненням до самореалізації, між тим, щоб служити іншому та бажанням, щоб служили йому, прагнення до активності, демонстрації власних переживань і страх втрати партнера, надмірна покірливість і самопожертва у стосунках тощо) у жінок з надзалежним типом партнерської прихильності. Для цього типу регуляції властиві захисні механізми регресії та заперечення, а також високо виражені нарцисичні риси, які дозволяють особистості зберігати відчуття самоцінності. За рахунок внутрішнього відчуття власної малоцінності і нікчемності жінки реалізують нарцисичні прояви, намагаючись зберігати рівновагу нарцисичного балансу. Стосунки з партнером є вирішальною умовою збереження відчуття самоцінності.

Висновки до розділу 3:

1) У жінок з типом партнерської прихильності «Автономія» профіль особистості має більш сплющений вигляд. Подібна врівноважена динаміка виразності типів особистості у жінок з цієї групи вказує на гармонійність їх особистості. Виходить, що для жінок з автономним типом партнерської прихильності складно виявити єдину стратегію їх поведінки. Отже, характерологічна обумовленість типу партнерської прихильності «Автономія» полягає у багатоаспектній розвиненості типів особистості. Для жінок з типом партнерської прихильності «Псевдоавтономія» високий рівень виразності мають такі типи особистості як: спостережливий, самотній, ідіосинкратичний та діяльний. Інші типи особистості у цій групі мають середній рівень виразності у цій групі досліджуваних. Для жінок з типом партнерської прихильності «Дезорієнтованість» високий рівень виразності мають такі типи особистості як: авантюрний, прайдний, агресивний. Інші типи особистості мають середній рівень виразності у цій групі досліджуваних. У групі жінок з типом партнерської прихильності «Надзалежність» високий рівень виразності мають такі типи особистості як: чутливий, відданий, самопожертва. Інші типи особистості мають середній рівень виразності у цій групі досліджуваних.

2) Визначено характерологічні радикали: 1) *фактор «Шизоїдний»*. Структура фактору містить компоненти, які було сформовано на ранньому етапі онтогенезу. 2) *фактор «Мазохістичний»*. Склад фактору свідчить про проблеми становлення власної ідентичності, заперечення власного селф, контроль над експресією та надмірна покірливість. Цей фактор описує особистість для якої є властивим: недорозвинутість стабільного відчуття ідентичності; схильність до відмови від власних інтересів та самопожертви; іманентне переживання провини за сепарацію та відчуття своєї індивідуальності. 3) *фактор «Психопатичний»*. Склад фактору представлений нарцисичною, мазохістичною та едипальною проблематикою. Ідентичність особистості формується за трендом фальшивого селф.

4) *фактор «Істеро-нарцисичний»*. Складові фактору об'єднані періодом розвитку селф та формування селф-системи особистості. Подібне сполучення фактично представляє собою істріонічний характер.

3) Виявлено відмінності виділених характерологічних радикалів між групами жінок з різними типами партнерської прихильності. Для жінок з псевдоавтономним типом партнерської прихильності властивим є характерологічний радикал «Шизоїдний»; для дезорієнтованого типу - «Психопатичний»; для надзалежного - «Істеро-нарцисичний» та «Мазохістичний». Для жінок з автономним типом партнерської прихильності не було виявлено відповідних характерологічних радикалів. Таким чином, лише порушені типи партнерської прихильності мають специфічну характерологічну обумовленість.

4) Виділені типи організації селф-системи кореспондують с трьома типами персоніфікацій згідно теорії Г.Саллівана. Персоніфікація визначається як образ себе особистості, що формується в результаті емоційного досвіду дитячо-батьківських стосунків у ранньому дитинстві. Фактор «Позитивна селф-система» об'єднує складові, що відбивають її ефективне функціонування у захисному сенсі збереження Я-концепції - впевненість у собі, віра особистості у власний потенціал. Фактор відбиває феномен грандіозного нарцисизму, описаний О. Кернбергом. Цей тип організації селф-системи відповідає персоніфікації (Я-образу особистості) «Я-хороший». Фактор «Негативна селф-система» містить компоненти, що свідчать про неефективність функціонування - низьку самоцінність особистості, депресивний нарцисизм (О. Кернберг); Цей тип організації селф-системи відповідає персоніфікації «Я-поганий». Фактор «Деструктивна селф-система» представляє найбільш неефективний тип організації селф-системи особистості. Складові фактору змістовно відображують дисоційовані переживання особистості, що є травматичними для цілісності психіки. Цей тип організації селф-системи відповідає персоніфікації «Я-не Я».

5) Виявлено відповідність типів організації селф-системи особистості типам партнерської прихильності. Для жінок з псевдоавтономним типом партнерської прихильності є властивим тип організації селф-системи «Позитивна селф-система»; для дезорієнтованого типу - «Деструктивна селф-система»; для надзалежного типу - «Негативна селф-система». У групі жінок з автономним типом партнерської прихильності не виявлено властивого типу організації селф-системи. При цьому, найвищий рівень ефективності функціонування селф-системи визначено у групі жінок з типом партнерської прихильності «Автономія». Отже, здорова партнерська прихильність у жінок забезпечується високим рівнем ефективності функціонування селф-системи.

6) У групах з порушеними типами партнерської прихильності спостерігається високий рівень нарцисизму. Найвищий рівень нарцисизму виявлено у групі жінок з псевдоавтономним типом партнерської прихильності. Це узгоджується з тим, що у цій групі властивою виявилась позитивна селф-система, що по суті є реалізацією грандіозного Я. Виявлено розбіжності у виразності нарцисичних рис серед груп жінок з різними типами партнерської прихильності. Три нарцисичні риси значимо більш виражені в групах з порушеними типами прихильності (псевдоавтономний, дезорієнтований, надзвичайний) порівняно з групою жінок з автономним типом прихильності, а саме: маніпуляції в міжособистісних стосунках, відсутність емпатії, стурбованість почуттями заздрості. Отже, жінки з порушеними типами партнерської прихильності схильні використовувати інших у реалізації своїх потреб, за рахунок інших посилювати власні позиції, не враховувати інтереси інших. Для них властива нездатність розпізнавати та розуміти почуття інших. Заздрість займає значне місце у житті жінок з порушеними типами партнерської прихильності. Думки про те, що інші завжди заздять та заздрість до реальних чи надуманих переваг інших.

7) Виявлено, що у жінок з порушеними типами партнерської прихильності значимо вищий рівень тривожності. Тривожність у дорослості

найчастіше є наслідком внутрішнього конфлікту особистості, пов'язаного з самооцінкою особистості. Отже, високий рівень особистісної тривожності серед жінок з порушеннями партнерської прихильності є підтвердженням викривлення характерологічної регуляції.

8) Найвищий рівень індексу функціонування селф-систем, як показник її ефективності, виявлено у дівчат з типом партнерської прихильності «Автономія». З цього випливає, що один із чинників забезпечення здатності особистості до нормального типу партнерської прихильності є високий рівень ефективності функціонування селф-системи.

9) Для жінок з автономним типом партнерської прихильності притаманні захисні механізми компенсація та інтелектуалізація, що відносяться до зрілих; для жінок псевдоавтономного типу властивий захисний механізм проекція; для жінок дезорієнтованного типу - реактивне утворення, а для жінок надзалежного типу - регресія та заперечення. Отже, для особистості жінок з порушеними типами партнерської прихильності властивими є незрілі механізми психологічного захисту, що вказує на відсутність цілісності селф-системи та фрагментарність особистості.

РОЗДІЛ 4. ПРОГРАМА ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОРЕКЦІЇ ПОРУШЕНИХ ТИПІВ ПАРТНЕРСЬКОЇ ПРИХИЛЬНОСТІ У ЖІНОК

Результатом попередніх етапів нашої роботи є створення моделей характерологічної регуляції особистості жінок з порушеними типами партнерської прихильності, що є мішенями психокорекційної дії. Згідно положенням психології характерологічного розвитку (Н. Мак-Вільямс, Стівен М. Джонсон) [38, 84], характерологічна структура є базовим утворенням особистості, що визначає спосіб її функціонування. Характер, як складно утворена конструкція обслуговує реалізацію прихильності. Характерологічна регуляція фактично є внутрішньо особистісною репрезентацією типу партнерської прихильності. Актуальний тип прихильності людини у дорослості залежить від її екзистенціальної (життєвої) позиції, що є наслідком особливостей характерологічного розвитку як результату родинних стосунків у ранньому дитинстві.

Найкращий спосіб зрозуміти особистість це поглянути на неї крізь призму складних, взаємопов'язаних характерологічних утворень. Розуміння характерологічної структури особистості дозволяє прогнозувати її прояви та обрати найбільш вдалі шляхи психологічної корекції будь-яких сторін життя особистості. Ми вбачаємо можливим формування здорового типу партнерської прихильності «Автономія» шляхом психологічної корекції характерологічної структури особистості, що забезпечує реалізацію прихильності.

Особливості характерологічної регуляції особистості в психодинамічній традиції завжди пов'язують з особливостями досвіду міжособистісних стосунків, від раннього дитинства до дорослості. З точки зору теорії об'єктних стосунків всі стосунки є відтворення їх оригінального зразку, що насамперед відповідає за проблеми. До тих пір, поки інтерналізовані репрезентації інших та власного селф не будуть виправлені й поки не буде досягнута зрілість захисних механізмів й стратегій вирішення проблем, майбутні стосунки будуть повторним переживанням інфантильних

травм. Саме тому мета нашої програми психологічної корекції реалізується через роботу з характерологічною регуляцією жінок за порушеннями прихильності. Будь-які спроби змін у поведінкових та когнітивних структурах будуть неадекватні та неефективні для зміни такої глибинної та стійкої характеристики як прихильність. Висока толерантність розладів партнерської комунікації до психокорекційного впливу обумовлена тим, що особливості побудови цих стосунків мають раннє інфантильне коріння. Для можливості змін у реалізації партнерських стосунків необхідно корегувати внутрішньо особистісні структури і пріоритетний характерологічний радикал певної особистості.

4.1. Теоретичні принципи психокорекційної програми порушених типів партнерської прихильності у жінок

Психокорекційна програма є спланованою, організованою діяльністю, що направлена на виправлення психологічних особливостей, які суперечать ефективному функціонуванню особистості. У нашому випадку це стосується здорового типу партнерської прихильності «Автономія». А також, психокорекційна програма спрямована на формування у особистості необхідних психологічних якостей, які є умовами більш ефективного функціонування, у нашому випадку це зміна типу партнерської прихильності.

При побудові психокорекційної програми порушених типів партнерської прихильності у жінок ми керувались загальними принципами складання корекційних програм. А саме:

1. Принцип єдності корекції і діагностики. Цей принцип відбиває цілісність у реалізації психологічної допомоги клієнту залежно від його запиту.

2. Принцип пріоритетності каузального типу корекції. У залежності від спрямованості дії корекції розрізняють два типи: симптоматичну та

каузальну. Симптоматична корекція спрямована на подолання зовнішньої сторони психологічних проблем, зовнішніх ознак, симптомів цих труднощів. Корекція каузального типу передбачає усунення і нівелювання причин, що породжують самі ці проблеми. Очевидно, що тільки усунення причин, що лежать в основі порушення може забезпечити найбільш повне вирішення проблем, ними викликаних. При укладанні програми ми намагались дотримуватись цього принципу.

3. Принцип урахування вікових і психологічних та індивідуальних особливостей клієнта співвідносить вимоги відповідності ходу психічного і особистісного розвитку клієнта нормативному розвитку, з одного боку, і визнання безперечного факту унікальності і неповторності конкретного шляху розвитку особистості - з іншого. Приймаючи до уваги індивідуальні психологічні особливості стає можливим намітити в межах вікової норми, програму оптимізації розвитку для кожного конкретного клієнта з його індивідуальністю, стверджуючи право клієнта на вибір свого самостійного шляху. Корекційна програма жодним чином не може бути програмою усередненою, знеособленою або уніфікованою. Навпаки, через оптимізацію умов розвитку і надання особистості можливостей для адекватного широкого орієнтування в проблемній ситуації вона створює максимальні можливості для індивідуалізації шляху розвитку клієнта.

4. Урахування обсягу і ступеня різноманітності матеріалу. Під час реалізації корекційної програми необхідно переходити до нового обсягом матеріалу тільки після відносної завершеності попереднього етапу роботи. Збільшувати обсяг матеріалу і його різноманітність необхідно поступово.

5. Принцип ускладнення. Кожне завдання має проходити ряд етапів: від мінімально простого - до максимально складного. Це дозволяє підтримувати інтерес в корекційній роботі і дає можливість клієнту відчувати радість подолання.

6. Важливість урахування емоційної складності матеріалу. Проведені ігри, заняття, вправи, пропонований матеріал повинні створювати

сприятливий емоційний фон, стимулювати позитивні емоції. Корекційні заняття обов'язково мають завершуватися на позитивному емоційному фоні.

7. Принцип комплексності методів психологічного впливу, будучи одним з найбільш прозорих та очевидних принципів побудови програм психологічної корекції, стверджує необхідність використання всього різноманіття методів, технік і прийомів з арсеналу практичної психології. Більшість методів, широко використовуваних в практиці, розроблені в зарубіжній психології на теоретичних засадах психоаналізу, біхевіоризму, гуманістичної психології, гештальтпсихології та інших наукових шкіл, дуже різняться суперечливо трактують закономірності психічного розвитку. Однак жодна методика, жодна техніка не є невідчужуваною власністю тієї чи іншої теорії. Критично переосмисленні та взяті на озброєння, ці методи є потужний інструмент, що дозволяє надати ефективну психологічну допомогу клієнтам з найрізноманітнішими проблемами. У нашій психокорекційній програмі представлені методи різних підходів, що взаємодоповнюють один одного.

Психокорекційна програма ґрунтується на двох загальних теоретичних підходах:

1. *Психоаналітична психологія розвитку*, що представляє собою загальне визначення для теорії об'єктних стосунків, психології Еґо та селф. Згідно теорії характерологічного розвитку кожна структура характеру формується на базі однієї з генеральних, екзистенціальних людських проблем. Психологічний дискомфорт та проблеми особистості є наслідком пригнічення сексуальних і ворожих інфантильних потягів. Мета корекції у цьому аспекті полягає у перетворенні несвідомого у свідоме, подоланні дитячої амнезії, розкритті витиснених спогадів.

2. *Клієнт-центрований підхід*. Згідно цьому підходу людина від народження є хорошою, незіпсованою та для неї властиве інтрапсихічне самоактуалізуюче «Я». Психологічні проблеми та розлади особистості пояснюються надмірним бажанням відповідати зовнішнім вимогам й обставинам, нездатністю асимілювати досвід у Я-концепцію. Мета корекції у

цьому аспекті – дати людині можливість свідомо та глибоко відчувати своє істинне, хороше «Я».

Оскільки метою програми є змінення порушених типів партнерської прихильності шляхом корекції характерологічної регуляції особистості, то в узагальненому виді виділимо три змістовних блоки нашої програми:

1. Самопізнання. Ряд зустрічей націлені на пізнання жінкою специфіки своїх проблем у стосунках, власної особистості та дослідження власної характерологічної структури.

2. Пізнання інших. Завдання цього етапу полягає у пізнанні та спробах зрозуміти та прийняти особливість та унікальність характерологічного портрету кожної особистості. Цей етап поєднує у собі навчально-ознайомчі заняття з тематики різноманіття характерів особистості, особливостей проходження стадій психосексуального розвитку, особливостей сімейної соціалізації та її впливу на розвиток особистості. А також, зустрічі у рамках експеріментальної психотерапії, при проведенні групи психолог спирається на модель субвербальної психотерапії Кочаряна О.С.

3. Продовження пошуку та закріплення нових стратегій функціонування особистості. Цей етап представляє собою групи зустрічей, які поєднують у собі опрацювання підібраного набору вправ та технік, а також переживання та усвідомлення отриманого емоційного досвіду на попередніх етапах роботи програми.

Специфіка проведення психокорекційної програми для суто жіночої аудиторії має певні особливості. Загально прийнятим вважається, що ефективна група – це гетерогенна група, простір якої дозволив би учасникам відіграти психологічні ролі відносно спілкування з представниками протилежної статі. Виходячи з сучасної психотерапевтичної практики добре відомо, що за консультативними та психокорекційними послугами до психологів звертаються переважно жінки. Це стосується і дослідницького процесу, жінки легше погоджуються приймати участь у дослідженнях. Чоловіки, які все ж таки приймають участь у групах психологічних зустрічей,

програмах психологічної корекції є у більшості випадків менш адаптивними, «чудукуватими». Можливо це пов'язано з існуючими у нашому суспільстві стереотипами, на кшталт, «чоловіки не плачуть», «найкращий друг краще за будь-якого психолога» та інше. Однак, у наслідку це призводить до того, що навіть ті чоловіки, що зараз звертаються за психологічною допомогою є менш відповідними до реальності сучасного суспільства. Це призводить до певної зміни внутрішньо групових процесів. Михайлова О.Л. зазначає, що група з початку заявлена як гетерогенна, однак насправді включає у свій состав мало чоловіків та певною мірою виняткових, визначається суб'єктивно жінками як менш ефективна, ніж гомогенна. Звісно, цей парадокс сучасної психотерапевтичної практики порушує велику кількість питань, однак нашу увагу привертає які саме нюанси існують у психокорекційній роботі виключно з жіночою аудиторією.

Виділимо декілька таких особливостей:

1. У гомогенних групах зазначається швидкий процес усвідомлення істинного запиту та проблем клієнта. Це пояснюється відсутністю у таких групах остраху оцінки з боку протилежної статі, спрацьовує в деякій мірі відчуття жіночої солідарності, так би мовити «між нами дівчатками».
2. Багаточисленна представленість різних жіночих ролей та запитів приводить до того, що жінки впізнають себе одна в одній, відбуваються переноси на учасників групи значимих жіночих фігур (бабуся, мати, сестра тощо).
3. Важлива особливість жіночих груп є актуальна та постійно присутня тема жіночої конкуренції. Це проявляється у тому також, що кожна учасниця повинна знайти та зайняти своє місце серед жінок, відстояти своє право на жіночу реалізацію у групі. Корисним для учасниць групи є отримання нового досвіду конкуренції, звернення уваги на цінність себе як жінки та своє місце серед інших жінок.

Михайлова О.Л. зазначає, що робота у жіночих групах зазвичай зводиться до декількох актуальних і значимих проблематик. При розробці нашої психокорекційної програми ми намагались передбачити та врахувати можливі проблематики при підборі вправ та технік роботи. Виділимо основні проблематики, що виникають під час роботи з жіночою групою:

1. Тема власного тіла. Ця тема відношення до власного фізичного тіла виникає у наслідок підняття проблем незадоволення своєю зовнішністю, порівняння себе з іншими. Необхідно підняти та пропрацювати ідеї тіла як «храму душі», відбиття потреб жінки, прийняття її індивідуальності. Відчуття та прийняття власного тіла є надзвичайно важливими для жінки. Це тісно пов'язано з самооцінкою, з психологічним благополуччям, з особливістю побудови партнерських стосунків, статеворольовою ідентичністю жінки. Такі різні за зовнішніми та фізичними даними жінки у групі взаємодопомагають одна одній у прийнятті та любові до власного тіла. Напрямок роботи у цій проблематиці полягає у зміні сприйняття: від тіла – як об'єкту критики до тіла – як суб'єкту фізичних відчуттів, носію життєвої енергії, ресурсу жіночої енергії.

Оскільки наша програма націлена на корекцію різних характерологічних складових особистості дівчат з різними типами партнерської прихильності, то психолог при роботі робив різні акценти в залежності від типу партнерської прихильності. Психокорекційні завдання для кожного типу партнерської прихильності, що були лейтмотивом реалізації психокорекційної програми, винесено у окремий параграф. Також, наслідком роботи з тілесністю є актуалізація у групі ще ряду тематик: прийняття своєї сексуальності, острах зміни тіла внаслідок вікових змін та після майбутнього народження дитини.

2. Тематика життєвих циклів, етапів життя та ефективності жінки у реалізації. Оскільки одним з початкових етапів нашої програми є самоусвідомлення жінкою своєї особистості та життєвої історії, це

зачіпає теми реалізації себе. Підіймається питання вчасності та успішності реалізації жіночих ролей згідно прийнятим для нашого суспільства канонам. Актуалізуються внутрішні страхи дівчат щодо власної неуспішності у партнерських стосунках, відчуття нестабільної самооцінки.

3. Досвід стосунків зі значимими жіночими фігурами (мати, сестри, бабусі). Центральною, ядерною та складною темою жіночих психокорекційних груп є стосунки жінки з фігурою матері. При чому, не з біографічної та змістовної точки зору, а як власним материнським началом. У контексті жіночої групи сама ситуація психокорекції може стати ефективним ресурсом змін особистості у напрямі досвіду травматичних, інфантильних стосунків з жінками, зокрема матір'ю. Репрезентація у групі ролі «достатньо хорошої матері» за Д. Віннікотом дозволяє учасницям пережити новий досвід нетравматичних материнсько-дитячих стосунків. Робота психолога при цій проблематиці ґрунтується на ідеях есперієнтальної психотерапії.

4.2. Психокорекційні завдання для жінок з різними типами партнерської прихильності

Відповідно до порушених типів партнерської прихильності було виявлено характерологічну регуляцію особистості, що є матеріалом для психокорекції. Тому психокорекційні завдання для кожного з порушених типів прихильності різні.

Психокорекційні завдання для особистості жінок з типом парнерської прихильності «Псевдоавтономія»

Базована настанова «Зі мною все гаразд, це ви не здатні мене зрозуміти».

Емоційні завдання:

1. Розвинути почуття стабільності, чуттєвого сприйняття світу, посилювати цінність тілесних відчуттів;
2. Відкрити доступ до внутрішнього переживання жаху та самотності. Підтримати та інтегрувати це переживання у селф-системі особистості. Довести переживання до точки, коли особистість зіткнеться зі здатністю відчувати власний страх, з'явиться чутливість до своїх емоцій та переживань;
3. Звільнити почуття потреби та туги за значимим об'єктом та супроводжувати, підтримувати клієнта у його переживаннях;
4. Пропрацювати почуття ярості з приводу незадовільнених емоційних потреб та покинутості;
5. Звільнити глибинну потребу та право на любов і емоційну близькість.

Когнітивні завдання:

1. Закріпити, навчити стратегіям перемоги над жорстким оточенням, що викликає страх;
2. Виявити та проінтерпретувати фальшиве селф, наблизити почуття самоцінності до реальності;
3. Посилити ідентифікацію «Я» з тілом та його потребами;
4. Посилити ідентифікацію «Я» з власною історією, інфантильним досвідом та включення чутливості до нього у свідомість;
5. Навчити навичкам самоуспокоєння та піклування про себе.

Біхевіоральні завдання:

1. Розвивати вміння просити о допозі та приймати емоційну підтримку;
2. Прийняти власну агресію;

3. Посилити прояви агресивної, асертивної та інструментальної поведінки;
4. Посилити співвідношення з реальністю у тому ступені, що потрібно для зрілого функціонування, посилити постійну захопленість роботою, міжособистісними стосунками;
5. Посилити здатність до контактів за принципом «дорослий-дорослий»;
6. Збільшити толерантність до переживання самотності;
7. Відмовитись від надмірних, нерівномірних навантажень, заміщуючих форм поведінки (алкоголь, наркотики, ігроманія) та надмірної відповідальності, що є компенсаторними формами поведінки

***Психокорекційні завдання для особистості жінок з типом
парнерської прихильності «Дезорієнтованість»***

Базова настанова «Зі мною щось негаразд, а оточуючі взагалі нікчемні»

Емоційні завдання:

1. Дійти до травм, що обумовлені відсутністю емпатичної реакції на потреби особистості у злитті з об'єктом;
2. Виявити відчуття пустоти, беззмістовності, фрагментації та нестабільності власного «Я»;
3. Сформувати довіру до істинного «Я», можливість експресії;
4. Зменшити значимість фальшивого селф, змінивши його на любов та повагу до себе;
5. Зменшити надію, довіру авантюрних переживань та бажання ризикувати;
6. Зменшити та регулювати тривогу з приводу переживання власного гніву, задоволення, довіри, надії та ризику;
7. Стабілізувати внутрішні переживання, емоції.

Когнітивні завдання:

1. Відтворити особисту історію клієнта, що призвела до неадаптованих форм поведінки;
2. Виявити неадаптивні когниції у різних сферах життя та проінтерпретувати, замінити їх;
3. Встановити та посилити відповідальність особистості;
4. Дійти до руйнівних сил фальшивого селф та усвідомити їх;
5. Підтримати переживання реалістичної вразливості та чутливості;
6. Підтримувати реалістичну оцінку власних можливостей, ресурсів, досягнень;
7. Посилити інтерналізацію хороших селф-об'єктів.

Біхевіоральні завдання:

1. Встановити та опанувати новий зразок поведінки, що дозволить протистояти саморуйнівним тенденціям та посилить прагнення до емоційно близьких контактів, адекватний прояв агресії та підтримку самоповаги;
2. У разі необхідності навчити особистість належним чином регулювати прояви своїх почуттів та станів – гніву, агресії, асертивності, задоволення, любові тощо.
3. Безпосередньо інструктувати клієнта щодо соціальної поведінки, проявляти емпатію, повагу та розуміння до інших. Навчити його «підпускати до себе» теплоту, піклування з боку інших;
4. Підтримувати клієнта у розвитку ефективності його селф-системи. Дати можливість клієнту інтерналізувати ресурси від спілкування з іншими, що дозволить збільшити автономність та цілісність особистості;
5. Сприяти тим вмінням організації Его особистості, які дозволять протистояти фрагментації та розриву селф-системи.

***Психокорекційні завдання для особистості жінок з типом
парнерської прихильності «Надзалежність»***

Базова настанова: «Я не гідна твоєї любові, адже ти ідеальний»

Емоційні завдання:

1. Зменшити відчуття провини за будь-який прояв аутоекспресії;
2. Посилити відчуття автономії власної особистості;
3. Підвести клієнта до відмови від використання почуттів у якості захисту за рахунок відсутності реакції побоювання, конфронтації або інтерпретації;
4. Підтримати особистість у переживанні скорботи та жалю, що пов'язані з її родинною драмою та особистою історією використаності та покинутості;
5. Пропрацювати суперечливі почуття по відношенню до себе та інших, такі як: а) скорбота по залежності від партнера та його ідеалізація, б) скорбота за матір'ю та одночасно гнів на неї за відчуття покинутості, в) жага до похвали та, одночасно, переживання вини за те, що звертає увагу чоловіків.

Когнітивні завдання:

1. Звернути увагу клієнта та проінтерпретувати властиве явище дисоціації між думками, почуттями та вчинками;
2. Звернути увагу клієнта, довести до конфронтації та проінтерпретувати механізм відмови від особистої відповідальності та сили, пасивності, бездіяльності;
3. Підтримати у розвитку амбівалентної та вільної від сорому концепції власного «Я»;
4. Звернути увагу особистості на властиве для неї спрощене, чорно-біле сприйняття чоловіків, партнерських стосунків та підтримувати у розвитку більш зрілих та реалістичних образів буття;
5. Дійти та звернути увагу на руйнівні сили фальшивого селф.

Біхевіоральні завдання:

1. Моделювання та заохочування формування ширих стосунків, амбівалентне переживання й схвалення власних людських почуттів

- особливо сексуальних, агресивних, любовних та гендерного суперництва;
- 2. Моделювати, заохочувати й безпосередньо навчати асертивній поведінці, при цьому запобігати міжособистісним маніпуляціям, демонстративному кокетству, перебільшеній і награній сексуальності;
- 3. Дати усвідомити особистості свою залежну поведінку від партнера та допомогти, підтримати у пошуку ресурсу для відмови від неї;
- 4. Заохочувати дійсні, реальні досягнення особистості та протистояти фантазуванню особистості щодо власної могутності та унікальності.

4.3. Опис програми психологічної корекції

Метою корекційної програми є зміна порушених типів партнерської прихильності (псевдоавтономія, дезорієнтованість, надзалежність) на здоровий тип прихильності, шляхом корекції характерологічної регуляції особистості. В ідеологічному плані психокорекційна програма ґрунтується на принципах клієнт-центрованої психотерапії та груп зустрічей, запропонованих К. Роджерсом. У плані технічної реалізації програма є мультимодальною, що поєднує у собі принципи та методи мультимодальної психотерапії.

Завдання психокорекційної програми:

- 1) усвідомлення проблем у партнерських стосунках жінок;
- 2) корекція неефективних типів організації селф-системи особистості жінок з порушеними типами партнерської прихильності;
- 3) усвідомлення та корекція неадаптивності характерологічної структури жінок з порушеними типами партнерської прихильності;
- 4) рекапітуляція травматичного емоційного досвіду дитячо-батьківських стосунків;

5) посилення зрілих структур особистості через корекцію механізмів психологічного захисту;

6) формування позитивного самоствалення, автономного відчуття самоцінності.

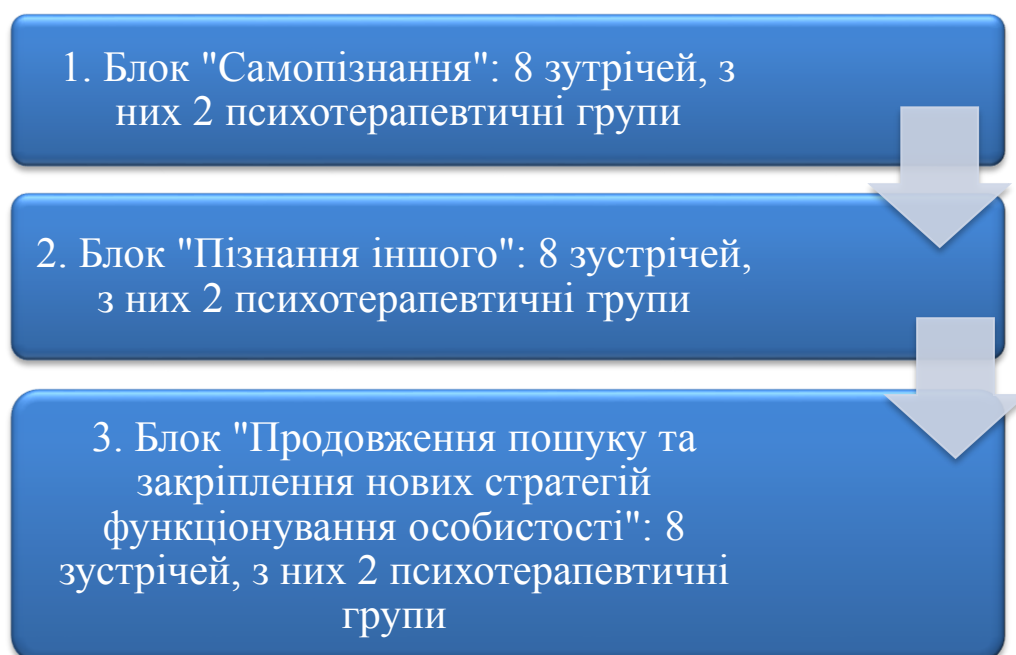
До складу програми входять як тематичні групові зустрічі з вправами, так і неструктуровані, психотерапевтичні групи.

Цільовою аудиторією для проведення психокорекційної програми є група, що складалася з 25 жінок, що брали участь у дослідженні, у яких діагностовано порушені типи партнерської прихильності (8 жінок з псевдоавтономним типом, 9 жінок з дезорієнтованим та 8 жінок з надзалежним типом партнерської прихильності). Загальна тривалість програми - 48 годин. Учасники зустрічалися 1 раз на тиждень по 2 години (усього 24 зустрічей).

Програма психологічної корекції тривала загалом 6 місяців та складалась з 3 змістовних блоків (табл. 4.1.), кожне четверте заняття проводилось у форматі психотерапевтичної групи (тобто у кінці місяця).

Таблиця 4.1

Змістовні блоки програми психокорекції



У роботі наведено приклади декількох занять з кожного змістовного блоку програми. Загальний зміст вправ психокрекційної програми представлено у додатку А.

Зустріч 1.

Початок першої зустрічі повинен носити декілька спонтанний характер, ведучий групи починає з привітання, вступного слова щодо мети роботи групи. Головна задача першої зустрічі – викликати інтерес та розвинути мотивацію до роботи у групі. Ведучий лаконічно знайомить учасників з основними правилами роботи у групі (пам'ятка учасника представлена у додатку А). Це дозволить психологу не гаяти часу на постійне нагадування очікувань та правил поведінки у групі, а учасникам групи дозволить відчувати себе більш обізнаними у тому, що відбувається на групі, та чітко розуміти як саме потрібно себе поводити для більш ефективного проходження психокорекційної програми. Відбувається спільне обговорення рекомендацій.

Загальний зміст зустрічі полягає у знайомстві учасників та установленню атмосфери довіри у групі. Вправа «Скажи ім'я»: усі стоять в колу та тримають витягнуті руки перед собою. Перший учасник кидає м'яч через центр кола одному з учасників та називає при цьому своє ім'я, після цього він опускає руки. Після того як м'яч обійде усіх, гра починається по новому колу. Кожен з учасників знову кидає м'яч тій людині, якій кидав у перший раз. Гра займає близько 10-15 хвилин і дозволяє запам'ятати ім'я учасників. Наступна вправа «Балакучі сірники»: учасникам групи роздають по п'ять сірників, які необхідно покласти у загальну коробку після того, як щось сказав у груповій розмові. Тема групової розмови «Який у мене характер». Після завершення розмови група звертає увагу на тих учасників, у яких залишились сірники. Обговорення кому й що заважало вільно висловлюватись. Замикаюча вправа першої зустрічі «Увірвись у коло»: ведучий за результатами попередньої вправи визначає найбільш відчужених

учасників. Інші учасники узявшись за руки стають у коло. Обраний учасник стає за коло та намагається прорватись у нього силою, а інші якомога міцніше його не пускають. Ця вправа дозволяє учаснику загострити власне переживання відлюдкуватості та зіткнутися переживанням бути частиною групи.

Завершення зустрічі полягає у рефлексії та обговорюванні того, що відбувалось у групі. Ведучий звертає увагу учасників на актуальні переживання та емоції у групі.

Зустріч 2.

Мета цієї зустрічі робота з пізнанням та усвідомленням жінками власних характерологічних особливостей. Заняття ґрунтується на відомій моделі самопізнання «Вікно Джохарі» (Джозеф Луфт, Гаррі Інґхем). Ця методика допомагає зрозуміти, яка частина особистості людини знаходиться на «світлі», а яка – «в тіні»; тобто що людина усвідомлює про себе, а що ні. Вікно Джохарі виглядає як таблиця з чотирьох осередків, а її основою служать дві осі координат:

- ✓ Знання людини про себе;
- ✓ Його сприйняття оточуючими.

Завдяки роботі з цією технікою жінки мають зіткнутися зі своїми особистісними якостями, замислитись над тим які вони є та якими їх бачать оточуючі. Вікно Джохарі виглядає наступним чином (рис. 4.1.).

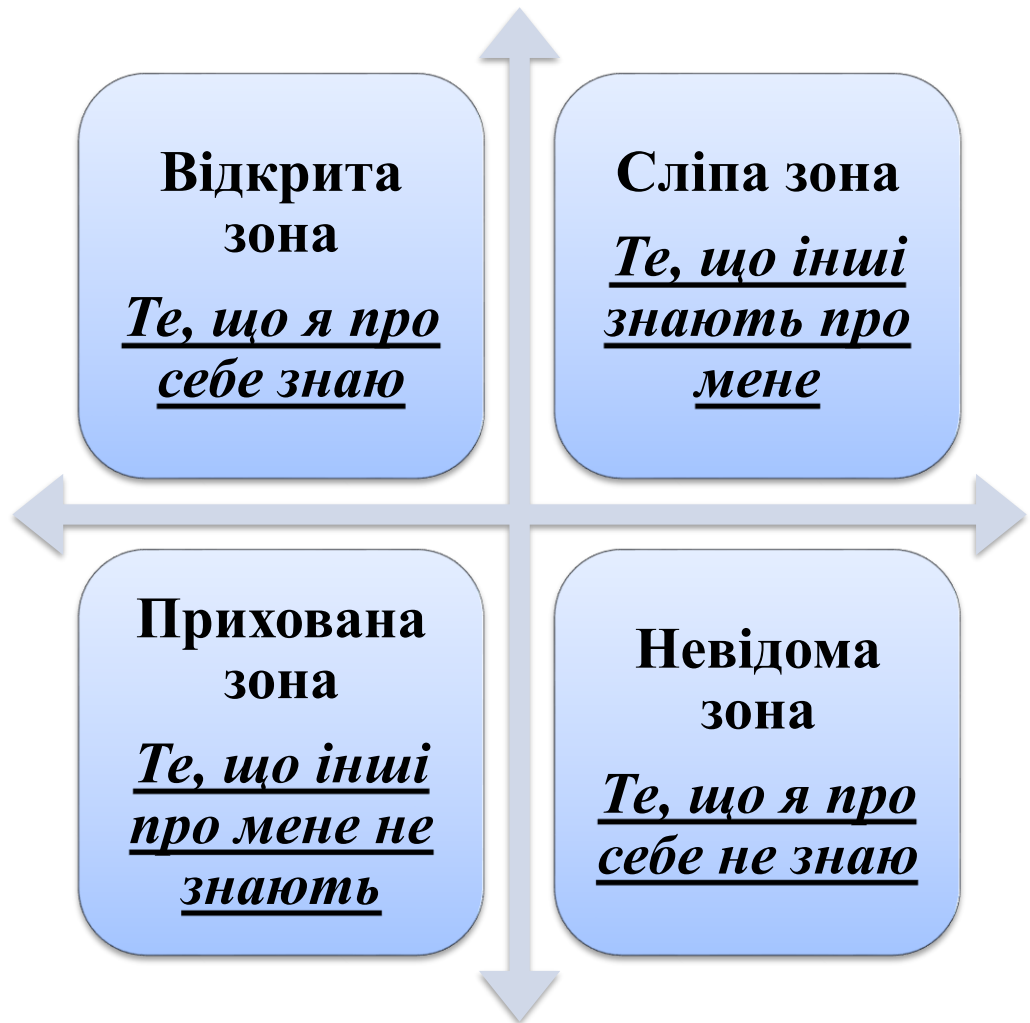


Рис. 4.1. Вікно Джохарі

Ведучий знайомить учасників зі змістом моделі «Вікно Джохарі» та пропонує на аркушах заповнити чотири зони вікна. «Відкрита зона» - найважливіша зона. Це ті особливості характеру, які особистість добре усвідомлює та приймає у собі, проявляє у спілкуванні з іншими. Зазвичай у цій зоні представляють соціально очікувані якості, що заохочуються нормами суспільства. Ведучий наголошує, аби жінки намагались відзначити саме особистісні якості, що обумовлюють їх унікальність.

«Прихована зона» - це ті якості та особливості характеру, про які ми знаємо, але не приймаємо у собі та намагаємось приховати у спілкуванні з іншими. У особистості є настанова, що саме ці риси її характеру, або псують міжособистісні стосунки, або, навпаки, інші недооцінюють її за цими рисами.

«Сліпа зона» - це ті характерологічні особливості, які особистість не усвідомлює. Однак, ведучий просить жінок згадати чи є у їх житті досвід, коли абсолютно різні люди вказували їм у зворотньому зв'язку на одні й ті ж якості їх особистості; коли різні люди реагують на них схожим чином. Завдяки роботі з сліпою зоною шляхом уваги до систематичного зворотнього зв'язку ведучий дозволяє жінкам розширити власне самосприйняття, саморозуміння.

«Невідома зона» - зона особливостей особистості, про які вона не здогадується та інші від неї їх не очікують. Вважається, що це зона нереалізованого потенціалу, ресурсів особистості. У цій зоні жінки повинні зазначати ті якості, що хотіли б у собі розвинути.

Заповнення «вікна» відбувається кожною жінкою індивідуально на аркуші. Результати вправи для кожної жінки обговорюються у групі. Вважається, що відкрита зона повинна бути значно більш розвинена за інші, тобто особистість максимально приймає та розуміє себе та свій характер.

Зустріч завершується рефлексією та дискусією стосовно цілісності особистості та самоприйняття.

Зустріч 3.

Мета цього заняття – актуалізувати у свідомості жінок проблеми у побудові партнерських стосунків. Ведучий починає зустріч з обговорювання можливих переживань стосовно минулої зустрічі. У ході групової розмови підводить групу до проблематики партнерських стосунків. Далі жінкам пропонується написати казку «Одна історія ідеального кохання». Психолог виділяє на це близько 20 хвилин, наголошуючи на тому, аби жінки намагалися максимально поринути у свої фантазії та доволі детально описати сюжет казки. Потім кожна з учасниць декларує свою казку групі по черзі, відбувається групове обговорення казок. Необхідно звернути увагу учасниць групи на їх переживання та емоції під час написання казок, які моменти сюжету в них викликали ейфорію, чи навпаки негативні переживання. Обговорити те, наскільки ця казка схожа на їх життя, які актуальні стосунки

є у житті учасниць групи. Оскільки групу складають жінки з трьома різними порушеними типами партнерської прихильності (псевдоавтономія, дезорієнтованість та надзалежність), то психолог беручи до уваги психокорекційні завдання для кожного типу, спрямовує розмову з жінками.

Заняття завершується рефлексією переживань та емоцій, що виникли у жінок під час цієї зустрічі.

Зустріч 4.

Це перше заняття, що проходить у форматі психотерапевтичної групи. Ведучий працює у клієнт-центрованому напрямі та спирається на засади експерієнтальної психотерапії. Керуючим механізмом ведення групи є субвербальна модель клієнт-центрованої психотерапії, що викладена у статтях Кочаряна О.С. [67, 68, 69, 70]. Ідея зазначеної моделі полягає у тому, що неможливо увійти у глибину переживання тільки через розмову та слова. Відмова від пріоритетності слова у експерієнтальній психотерапії полягає у розбіжності у розумінні слова, як обгортки, та емоції, як безпосередньо цукерки (Кочарян О.С.). Кочарян О.С. у своїх статтях зазначає важливість для психотерапевта чутливості до субвербального тілесного досвіду клієнту (експерієнтальна рефлексія). «Субвербальне переживання має якості плинності, змінності, у той час як модально оформлені вербальні переживання, що пов'язані з травмою, і у цьому контексті є «заторними» переживаннями, навпаки, не мають якості плинності, вони «злиплись», перетворились на «кристал», що осів у тілі наче річ, вони свідомі або близькі до усвідомлення, вони не виникають та не зникають – вони присутні завжди чи в актуальній, чи у потенційній формах, вони резистентні до психотерапевтичного впливу».

Кочарян О.С. зазначає, що недостатньо лише розуміти психотравмуючу ситуацію дитинства, необхідно розуміти як саме ця травма «лягла» на певну особистість. Наше дисертаційне дослідження ґрунтується на традиції характер-аналітичної традиції, згідно з якою кожен тип характеру є реакцією на певний вид травми: шизоїдний – відторгнення, оральний – позбавлення,

мазохістичний – пригнічення тощо. Але подібні узагальнення не є виключно повними при присихокорекційній роботі з кожної окремою особистістю, вони лише є певним орієнтиром у роботі з нею. Тому наша психокорекційна програма й включає групи зустрічі, що спрямовані на роботу на рівні переживань та емоцій.

Зустріч 9.

Це заняття спрямоване на поглиблене відчуття себе, прийняття особливостей особистості інших. Заняття побудовано на принципах біоенергетичного аналізу Лоуена. Однією з зазначених нами вище задач є прийняття жінками свого тіла, позитивне відчуття тіла як ресурс до змін особистості. У психологічно здорової людини тіло м'яке, справне, пружне. Напружені або в'ялі м'язи свідчать о блокуванні. М'язи блокуються за необхідності пригнічення емоційної експресії. При інтенсивній пальпації така м'яза є болісною для людини. Інші еквіваленти блокування - відчуття лоскоту, гіперестезія або анестезія. Будь-який м'язовий блок розуміється, як блокада енергетичних потоків у організмі, що послаблює життєву енергію тіла, глибину думок та почуттів. Знижується лібідо, апетит, загальна рухливість, емоційність. Порушується спонтанне, природне дихання, «драбинка» на вдиху пов'язана з ригідністю м'язів грудей. Пережиті стреси та травми відображаються тілесно у вигляді порушень єдності частин тіла – голови, грудної клітини, таза. У нормі дихання повинно починатися на рівні носу та завершуватись унизу живота, поєднуючи голову, груди і таз крізь живіт. Отже, на цьому занятті транслюється ідея того, що тіло є метафорою психічного життя особистості. Оскільки на цьому етапі роботи наше завдання полягає в інтенсифікації, посиленні внутрішніх процесів особистості, то ми спираємось на тілесні ресурси жінок. Ведучий пропонує жінкам набір вправ, що дозволить налагодити контакт з тілом та емоційними переживаннями, а саме: вправа на посилення стійкості, енергезуюча вправа «Лук», вправа звільнення горлових зажимів та посилення дихання, техніка зняття блоків з м'язів тазу.

У завершенні заняття необхідно приділити достатньо часу для обговорення переживань, що виникли внаслідок вправ. Ведучий повинен звернути увагу дівчат на психологічний зміст цього заняття, провести рефлексію.

Зустріч 10.

Це заняття спрямоване на роботу з нарцисичною регуляцією особистості жінок, зіткнення з переживанням самосприйняття та те, як їх сприймають інші. Ведучий пропонує групі виконати вправу «За спиною». Мета цієї вправи – допомогти висловити свою думку про інших та дізнатися, що група думає про тебе. За бажанням учасниця розповідає групі свою історію, проблему чи запит до 5 хвилин. Під час його виступу група уважно слухає та не перебиває. Потім розповідач сідає спиною до групи, а інші учасниці групи висловлюються про нього, як про відсутнього. Коли ведучий підводить підсумки групового обговорення цього учасника, то «відсутній» знову повертається до групи. Йому знову дається час для відповіді на реакцію групи. Під час цього зворотнього зв'язку ведучий повинен ефективно для себе відмітити психологічні захисні механізми цього учасника, нарцисичні прояви та особливість самоцінності цієї людини. Це емоційно навантажена вправа, особливо у гомогенній групі на цьому етапі. Очікується, що на цій зустрічі загостряться питання конкуренції, самоцінності жінок. Передбачується, що ця вправа повинна спровокувати сильні емоційні реакції, так звана емоційна «встряска» особистості. Важливим ефектом цієї вправи є те, що особистість вивільнює стримувані емоції, однак необхідна вдала робота ведучого аби запобігти виникненню афективних станів у учасниць.

Надзвичайно важливим етапом цієї зустрічі є рефлексія. Після закінчення вправи ведучий повинен апелювати до зрілої частини психіки жінок, звернути їх увагу на неконтрольовані ними емоційні реакції.

Зустріч 11.

Це заняття спрямоване на роботу з життєвими сценаріями, дитячо-батьківськими стосунками. На початку зустрічі ведучий приділяє увагу минулому заняттю, з яким настроєм та переживанням зараз знаходяться на групі жінки. Психолог апелює до їх емоційних переживань, намагається створити робочу атмосферу у групі. Далі пропонується вправа «Ідентифікація життєвих сценаріїв» (Рудестам). Мета цієї вправи є можливість усвідомлення та розуміння жінками своїх життєвих сценаріїв, розуміння які саме форми своєї поведінки вони б хотіли змінити. Ця вправа вимагає певної готовності та досвідченості ведучого, оскільки викликає сильні емоції. Процедура проведення полягає у наступному: учасники розділяються на підгрупи по чотири - п'ять чоловік. У кожній підгрупі необхідно обдумати ряд питань:

- що відбувається у житті з людьми на зразок мене?
- якщо я й далі буду таким, чим це для мене закінчиться?
- що про мене говорять інші?

Особистість ділиться відповідями на ці питання у рамках своєї підгрупи, наскільки зважить потрібним. Ці відповіді можуть бути проявом дитячих настанов батьків, результатом травматичного досвіду людини. Наступний етап цієї вправи полягає у тому, що жінкам необхідно відповісти собі на нові запитання:

- яка у вас у дитинстві була улюблена історія чи казка?
- що розповідали у родині про ваше народження?
- як було обрано ваше ім'я?
- який надпис на вашому нагробку підвів би підсумок вашого життя?

Потім відбувається групове обговорення емоцій та переживань, що виникли під час виконання вправи. Рефлексія заняття.

Зустріч 12.

Це заняття замикає другий місяць роботи психокорекційної програми, що був спрямований на пізнання дівчатами особливостей само сприйняття та сценаріїв спілкування з іншими. Ця зустріч проходить у форматі психотерапевтичної групи. Методологічні засади та механізми проведення групи зазначені вище, при описанні 4 зустрічі.

Зустріч 17.

Це заняття розпочинає останній, третій блок психокорекційної програми, що спрямований на поглиблення розуміння жінками впливу своїх характерологічних особливостей на побудову партнерських стосунків, а також узагальнення нового емоційного досвіду, що вони набули під час проходження психокорекційної програми. Ведучий пропонує виконання арт-терапевтичної вправи «Городок». Кожна учасниця групи знаходить на великому листі ватману місце та малює хатинку. Коли загальний малюнок завершено, усі хатинки намальовані, кожна жінка розповідає хто б міг жити у цій хатинці (його звички, характер, захоплення тощо). Далі кожен учасник обирає найбільш привабливі до нього хатинки та малює до них доріжки. Ведучий останнім малює свою хатинку та проводить доріжки, до тих будиночків, що отримали менш за все виборів. Потім група спільно домалює загальний рисунок (парки, магазини тощо), придумує назву для «городка», історію жителів.

Це вправа дозволяє учасницям поглянути на себе у груповій взаємодії, знайти своє місце та оформити свою самопрезентацію вже на цьому етапі розвитку групи. Ведучий у цей час уважно спостерігає за груповою динамікою, відмічає для себе стратегії поведінки та емоційні реакції жінок залежно від їх типу партнерської прихильності. Зустріч традиційно завершується груповим обговоренням вправи, рефлексією отриманого емоційного досвіду. Ведучий звертає увагу жінок на те, чи знаходять вони

знайомими у своєму житті ті емоції та переживання, що виникли під час виконання вправи.

Зустріч 18.

В основі цього заняття лежать техніки танцювальної терапії. Мета цього заняття посилити переживання прийняття власного тіла у жінок та зіткнутися с переживанням взаємодії у фізичному прояві. Перша вправа «Прямуй за ведучим» спрямована на розвинення навиків приймати бажання іншого та проявляти свою ініціативу, вести за собою, приймати відповідальність. Жінки розділяються на підгрупи по чотири – п'ять чоловік. Кожна підгрупа вистроюється у лінію, крайній на будь-якій з ліній відіграє роль ведучого. Ведучий рухається по кімнаті любим шляхом, виконуючи при цьому імпровізовані танцювальні рухи. Інші «паровозиком» рухаються слід за ним повторюючи ці рухи. Через декілька хвилин ведучий переходить у кінець «паровозу», а його місце займає інший ведучий. Вправа виконується до того моменту. Поки кожен учасник не побуває у ролі ведучого та не внесе свій вклад у розширення рухового репертуару учасників. Ця вправа легка у виконанні, викликає позитивні емоції та заохочує жінок до прояву себе у групі. Ведучий при цьому повинен намагатися внести у атмосферу групи творчий настрій, відчуття безумовного прийняття та відмічати для себе особливості проявів жінок в залежності від їх типу партнерської прихильності.

Наступна вправа «Вільний танець». Мета цієї техніки полягає у можливості для дівчат у прояві експресії власного тіла, прийняття себе та демонстрації групі своїх рухів та пластичності, або зіткнутися з переживанням сорому за себе і психологічними зажимами. Вправа виконується під музику. Група сидить традиційно у колі. Одна з учасниць виходить до середини й танцює. Основне завдання – танцювати й не орієнтуючись на зовнішні оцінки, танцювати максимально спонтанно, за своїм настроєм. Жінка підкорюється власному тілу та відчуває його, вони не

конкурують ні з ким. Через декілька хвилин її змінює інша учасниця. Вправа виконується до того моменту, поки усі бажаючі не приймуть участь. Важлива умова вправи – абсолютна добровільність у виконанні вправи.

Завершує заняття рефлексія нового емоційного досвіду.

Зустріч 19.

Мета цього заняття полягає у тому, щоб асимілювати пережитий емоційний досвід та закріпити позитивний настрій відносно власного життя у жінок. Вправа «Подаруй собі ім'я» спрямована на досягненні кожним учасником ресурсного емоційного стану. Ведучий пропонує жінкам пригадати який саме момент під час проходження є для них найбільш емоційно значимим з позитивної точки зору, в який саме момент роботи вони відчували себе найбільш радісними, впевненими, позитивно налаштованими. Необхідно максимально повно пригадати свої переживання у той момент, виявити для себе ресурс цього переживання. Потім йде групове обговорення, обмін враженнями, кожна учасниця ділиться з групою своїм ресурсом. Важливе значення у цій вправі має роль ведучого, його завдання направляти групову бесіду у форму рефлексії, звертати увагу саме на почуття. По закінченні розповіді кожної жінки їй присвоюється певне ім'я, тобто змістовне оформлення ресурсного переживання.

Наступна вправа «Валіза у дорогу» направлена на підбиття підсумків роботи протягом усіх попередніх зустрічей. Ведучий ставить стілець посередині кола, наче імпровізовану валізу. Усі учасники у вільному порядку підходять до «валізи» та називають корисні якості, характерологічні особливості, які вони відкрили для себе у результаті проходження психокорекційної програми, а також, негативні якості і особливості, які вони відкрили для себе у результаті цієї роботи. Позитивні, корисні якості жінки кладуть у «валізу» та беруть із собою у майбутнє життя та партнерські стосунки, а негативні, неадаптивні свої якості лишають у минулому.

Ведучий завершує зустріч груповим обговоренням актуальний переживань жінок, рефлексією переживань.

Зустріч 20.

Це заняття традиційно воно проходить у форматі психотерапевтичної групи, методологічні засади представлені в описані 4 зустрічі. Завдання цієї зустрічі отримати зворотній зв'язок, завершити емоційні процеси, закріпити позитивний настрій відносно своєї особистості та партнерських стосунків.

4.4. Оцінка ефективності психокорекційної програми

Для визначення ефективності програми психокорекції було використано: 1) тест/ре тест; 2) суб'єктивна оцінка учасників ефективності психокорекційної програми. Перший етап полягав у в тому, що порівнювалися результати тестування, отримані до і після участі в психокорекційній програмі за опитувальником «Досвід близьких стосунків» ECR-R (в адаптації Кочарян О.С., Фролова Є.В., Такмакова М.Ю.). Результати, отримані в ході порівняння замірів до/після психокорекції, переконливо показали наявність позитивних змін в соціально-психологічних настановах жінок до залежності і незалежності.

У результаті проходження програми в учасників відбулися зміни у рівні виразності соціально-психологічних настанов до залежності (шкала тривоги) та незалежності (шкала уникнення), що утворюють тип партнерської прихильності (тест-ретест за опитувальником «Досвід близьких стосунків» ECR-R (в адаптації Кочарян О.С., Фролова Є.В., Такмакова М.Ю.). Результати представлено у таблиці 4.2.

Достовірність змін тривоги та уникнення в групах

Соціально психологічні настанови	Тип партнерської прихильності «Псевдоавтономія»	Тип партнерської прихильності «Дезорієнтованість»	Тип партнерської прихильності «Надзалежність»
Тривога	G = 8	G = 7*	G = 6**
Уникнення	G = 7*	G = 5**	G = 9

Примітка: * - $p = 0,05$; ** - $p \leq 0,01$

З наведених даних видно, що наявні значущі зміни у трьох групах жінок з порушеннями партнерської прихильності. Зміні піддалися найбільш високо виражені показники: у псевдоавтономного типу значимо знизився рівень уникнення, для надзалежного типу значимо знизився рівень тривоги, для дезорієнтованого типу значимо знизилась обидва показники – тривога і уникнення.

Також за допомогою G - критерію знаків було визначено достовірність змінення порушених типів партнерської прихильності у жінок. У групі жінок з псевдоавтономним типом партнерської прихильності відбулися зміни у 90% учасниць ($G = 1^*$, $p > 0,05$). У групі жінок з дезорієтованим типом партнерської прихильності зміни типу не відбулося ($G = 5$, $p > 0,05$). У групі жінок з надзалежним типом партнерської прихильності відбулися зміни у 90% учасниць ($G = 1^*$, $p > 0,05$).

Через три місяці після проходження програми психокорекції з учасниками була проведена співбесіда. Жінки надали відгуки та суб'єктивну оцінку щодо користі своєї участі у програмі. Усі учасниці відмітили зміни у власному житті стосовно побудови партнерських стосунків. Наведемо кілька прикладів оцінок учасниць психокорекційної програми.

Тетяна 20 років, на даний момент без стосунків (надзалежний тип партнерської прихильності) :

«Мої попередні стосунки були дуже складні. Я була дуже зациклена на партнері, без нього мене не існувало. Інколи я не могла нічого роботи, відкладала зустрічі з друзями, навіть батьків переносила на другий план, коли чекала, що мій хлопець запросить мене на зустріч чи побачення. Я зовсім розчинилась у ньому, можна сказати загубила своє внутрішнє Я. У нього завжди буди плани, але в цих планах не було мене, я намагалася йому це донести, але не могла прямо сказати. Я закривала очі на те, що не була йому потрібна, відчувала себе на другому плані відносно його життя, інтересів. Через це у нас було дуже багато конфліктів. Я намагалася зрозуміти чому це відбувається, почала себе аналізувати, читала різні психологічні книжки, намагалась його зрозуміти, йшла на компроміси заради нього, але чим далі прогиналась – тим менше він це цінував. Я поривала з ним стосунки декілька разів, а потім знову сходились за моєю ініціативою. При проходженні психокорекційної програми я зрозуміла, що занадто залежала від хлопця, занадто його ідеалізувала, стала істеричкою. Не цінила себе такою, якою я є і думала, що ніхто мене не зможе цінити мене такою. Я намагалась бути зручною для нього, боялась проявити свої істинні бажання. Завдяки програмі я вперше почала проявляти себе справжньою, перестала боятися, що мене не приймуть просто так, без оцінок. Остаточно розсталась з хлопцем, який завдавав мені стільки болю. Тепер мій настрій, моє самопочуття не залежить від хлопця. Тобто, я вже щаслива і не думаю, що він єдине джерело моєї радості. Заняття з тілом допомогли мені більш тонко відчувати себе, свою привабливість. Я відчуваю себе особистістю і приємно позитивно спілкуюсь з іншими. Мені дуже сподобалась ця практика, допомагає розкрити себе. Хоча я зрозуміла, що робота над собою часто буває болісною та важкою. Неприємно поринати у те, що ти все життя у собі не приймала. Дякую за таку можливість!»

Катя 19 років, зустрічається з хлопцем (дезорієнтований тип партнерської прихильності):

«Я познайомилась з хлопцем у компанії друзів. Потім ми спілкувались дуже довго лише в інтернеті, і це було легке і цікаве спілкування, але віртуальне. Він декілька разів запрошував мене на побачення, але постійно знаходила привід відмовитись. Мені здавалося, що ще не час, що це мене обтяжить, зобов'яже. Він на мене часто ображався через це. З одної сторони я розуміла, що поступаю неправильно, а з іншої – що я знайду більш хорошого хлопця, а цей мене недостатньо влаштовує, негідний мене. Але коли він припиняв мені писати, я починала закохуватись й боятись його втратити. Сексуальні стосунки у нас були лише раз, після вечірки у його друга. Після цього я відчувала себе погано, з одного боку ще більше закохалась та почувалася сексуальною, щасливою, а з іншого - відчувала себе непомірно поганою, мені було дуже соромно, мені здавалося, що всі тільки і говорять про мій з ним секс. Я почала емоційно уникати хлопця, мені було важко. Наше спілкування знову перейшло у віртуальний формат. Після того як я почала участь у програмі, я почала по-іншому розуміти своє місце у відносинах. З одної сторони – я почала більше цінити свого хлопця, а з іншої – я стараюсь не боятись проявляти почуття до нього. Принаймні, я стійко розумію, що у прояві почуттів нема нічого кримінального чи соромного. Більш за все мене вразили вправи з тілом і групи у вільному форматі. Мені взагалі завжди було складно словами висловлювати свої почуття. Тому через вправи з тілом я змогла наблизитись до своїх емоцій та переживань. Хоча у роботі в групі мені все одно складно говорити про почуття. Головне, що я винесла з програми і те, над чим мені треба продовжувати працювати – це не понурюватись у фантазії, почуття сорому та слухати своє тіло».

Світлана 19 років, на даний момент без стосунків (псевдоавтономний тип партнерської прихильності):

«Тема стосунків з хлопцями для мене важка. Ще півроку назад я взагалі уявити не могла, що здатна обговорювати свою самотність з іншими дівчатами. Завдяки вправам та групам я зіткнулась с болісними

переживаннями та усвідомлення того, що я уникаю близькості, не ціною своєю жіночність, боюсь чоловіків. На сьогодні вся мої стосунки закінчувались болісним розривом та я дуже довго переживала нерозділене кохання. Але ж при цьому, коли в мене з'являвся шанувальник, то це просто виводило мене з себе. Я уникала зустрічі, не відповідала на повідомлення й звінки. Постійне відчуття, що мене всі були не гідні, що я надто складна для розуміння. Під час проходження психокорекційної програми завдяки зворотнього зв'язку від учасниць групи, я побачила наскільки складно бути поряд зі мною. Я завжди чекаю на увагу та теплоту від чоловіка, але сама дійсно дуже закрита та боюсь близькості. Цікаво постала тема стосунків з матір'ю. На одній з груп у мене з'явився спогад, як мама постійно повторювала, що «дітей потрібно любити так, аби вони навіть не здогадувались, що їх люблять». Я відчула те, наскільки подібні настанови впливають на мою поведінку з чоловіком. Один чоловік колись мене сказав «Я вже втомився за тобою бігати, ти наче риба слизька. Неможливо втримати». А після розриву я відчувала себе покинутою. Дякую, за надану можливість розібратись у собі. Я не знаю, наскільки стійкими будуть мої зміни і чи взагалі тепер зміниться кардинально моє життя. Однак, знаю точно, що потрібно працювати у цьому напрямку.»

Таким чином, наведені результати перевірки ефективності програми психологічної корекції порушених типів партнерської прихильності у жінок свідчать про те, що програма є ефективною та може бути рекомендована до використання.

Висновки до 4 розділу:

1. Програма психологічної корекції направлена на формування здорового типу партнерської прихильності шляхом впливу на характерологічну регуляцію порушеної партнерської прихильності.
2. Програма складалась з 24 зустрічей, що відбувались щотижня (протягом 6 місяців). У психокорекційному заході взяли участь 25

жінок (8 жінок з псевдоавтономним типом, 9 жінок з дезорієнтованим та 8 жінок з надзалежним типом партнерської прихильності), які утворили дві групи.

3. Метою корекційної програми є зміна порушених типів партнерської прихильності (псевдоавтономія, дезорієнтованість, надзалежність) на здоровий тип прихильності, шляхом корекції характерологічної регуляції особистості. Завдання корекційної програми: 1) усвідомлення проблем у партнерських стосунках; 2) корекція неефективних типів організації селф-системи особистості жінок з порушеними типами партнерської прихильності; 3) усвідомлення та корекція неадаптивності характерологічної структури жінок з порушеними типами партнерської прихильності; 4) рекапітуляція травматичного емоційного досвіду дитячо-батьківських стосунків; 5) посилення зрілих структур особистості через корекцію механізмів психологічного захисту; 6) формування позитивного самоствавлення, автономного відчуття самоцінності.
4. В ідеологічному плані психокорекційна програма ґрунтувалась на засадах психоаналітичної психології та клієнт-центрованої психотерапії К.Роджерса. Програма включала три змістовних блоки: а) самопізнання; б) пізнання інших; в) продовження пошуку та закріплення нових стратегій функціонування особистості. Форми роботи: а) тематичні зустрічі з вправами (полімодальний підхід); б) психотерапевтичні групи (клієнт-центрований підхід, субвербальна модель клієнт-центрованої психотерапії О.С. Кочаряна).
5. Мета програми, за суб'єктивними та об'єктивними критеріями, була досягнута. Програма є ефективною та може бути рекомендована до використання.

ВИСНОВКИ:

У роботі надано теоретичне узагальнення та нове рішення проблеми формування здорової партнерської прихильності у жінок. У результаті проведеної роботи дійшли висновків:

1. Характерологічна регуляція є внутрішньо особистісною репрезентацією типу партнерської прихильності. Актуальний тип прихильності особистості у дорослості залежить від її екзистенціальної (життєвої) позиції, що є наслідком особливостей характерологічного розвитку, як результату родинних стосунків у ранньому дитинстві. Характер, як типовий паттерн поведінки, являє собою сталий, кристалізований спосіб реагування на певний вид психотравми.

2. Порушені типи партнерської прихильності обумовлені специфічним сполученням типів особистості, що утворюють характерологічний радикал. Для жінок з псевдоавтономним типом партнерської прихильності властивий шизоїдний характерологічний радикал; для жінок з дезорієнтованим типом партнерської прихильності – психопатичний; для жінок з надзалежним типом партнерської прихильності – мазохістичний та істеро-нарцисичний. У жінок з автономним типом партнерської прихильності не виявлено специфічної характерологічної обумовленості.

3. Особливості організації селф-системи забезпечують тип партнерської прихильності. Відповідно до порушених типів партнерської прихильності виявлено специфічні типи організації селф-системи: для псевдоавтономного типу – позитивний, для дезорієнтованого – деструктивний, для надзалежного – негативний. Для автономного типу партнерської прихильності не виявлено властивого типу організації селф-системи. Найвищий рівень ефективності функціонування селф-системи властивий жінкам з автономним типом партнерської прихильності.

4. У групах з порушеними типами партнерської прихильності спостерігається високий рівень нарцисизму (найвищий - у групі жінок з псевдоавтономним типом), більш виражені такі загальні нарцисичні риси, як: схильність до маніпуляції в міжособистісних стосунках, до переживання заздрості, відсутність емпатії. Властивими нарцисичними рисами для жінок з псевдоавтономним та дезорієнтованим типами партнерської прихильності є - очікування особливого ставлення до себе, для жінок дезорієнтованого типу - схильність до фантазій власного величчя.

5. Жінки мають відмінності у особливостях психологічного захисту в залежності від типу партнерської прихильності. Для жінок з автономним типом партнерської прихильності притаманні захисні механізми компенсація та інтелектуалізація, що відносяться до зрілих; для жінок псевдоавтономного типу властивий захисний механізм проєкція; для жінок дезорієнтованого типу - реактивне утворення, а для жінок надзалежного типу - регресія та заперечення. Отже, для особистості жінок з порушеними типами партнерської прихильності властивими є незрілі механізми психологічного захисту, що вказує на відсутність цілісності селф-системи та фрагментарність особистості.

6. Побудовано моделі характерологічної регуляції типів партнерської прихильності у жінок, які містять чотири компоненти: тип організації селф-системи, характерологічний радикал, механізми психологічного захисту, нарцисичні риси.

Для жінок з нормальним типом партнерської прихильності «Автономія» не виявлено ознак наявності характерологічної регуляції партнерської прихильності, що, ймовірно, обумовлено відсутністю у зрілої особистості сталих, ригідних зразків поведінки та реагування.

7. Розроблена програма психокорекції порушених типів партнерської прихильності у жінок. Мета програми – зміна порушених типів партнерської прихильності (псевдоавтономія, дезорієтованість, надзалежність) на здоровий тип, шляхом корекції характерологічної

регуляції. Програма складається з трьох змістовних компонентів: 1) самопізнання; 2) пізнання інших; 3) продовження пошуку та закріплення нових стратегій функціонування особистості. Мета програми, за суб'єктивними та об'єктивними критеріями, була досягнута. Програма є ефективною та може бути рекомендована до використання.

Перспектива подальших досліджень полягає у визначенні гендерних особливостей характерологічної регуляції партнерської прихильності та створенні гендерно-орієнтованих програм психокорекції.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ЛІТЕРАТУРНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Анастаси А. Психологическое тестирование / А. Анастаси, С. Урбипа. — Санкт-Петербург : Питер, 2001. — 688 с.
2. Анисимова Т. И. Причины нарушений материнско-младенческой привязанности / (Санкт-Петербург, Россия): сб. науч. работ по материалам 2-й Междунар. конф. / Санкт-Петербург, 3—5 окт. 2003 г. / под ред. И. В. Добрякова. — Санкт-Петербург, 2003.— С.35-37.
3. Аристотель. О душе / Аристотель. — Санкт-Петербург : Питер, 2002. — 220 с.
4. Аспер К. Психология нарциссической личности. Внутренний ребенок и самооценка / К. Аспер. — Москва : Добросвет, 2008. — 365 с.
5. Бару І. О. Особливості симптомокомплексу «Емоційного холоду» в міжособистісних стосунках : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.01 «Загальна психологія, історія психологія» / Бару Інна Олександрівна— Харків, 2015. — 20 с.
6. Бацилева О. В. Медико-психологічні особливості репродуктивного здоров'я / О. В. Бацилева // Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка / за ред. С. Д. Максименка. — Київ, 2008. — Т. 10, ч. 9. — С.63—72.
7. Бек А. Когнитивная психотерапия расстройств личности : практикум по психотерапии / А. Бек, А. Фримен. — Санкт-Петербург : Питер, 2002. — 544 с.
8. Белорукова Н. О. Удовлетворенность браком и доверие между супругами как ресурсы совладания молодой семьи / Н. О. Белорукова // Материалы Международной научно-практической конференции / отв. ред. Е. А. Сергиенко, Т. Л. Крюкова ; Костром. ун-т им. Н. А. Некрасова. — Кострома, 2007. — С. 116-121.
9. Бердникова А. А. Исследование центральных компонентов структуры характера / А. А. Бердникова // Вестник Университета / Гос. ун-т управления. — 2012. — № 14. — С. 225— 228.

10. Бердникова А. А. К проблеме разобщенности подходов в современных исследованиях характера / Бердникова А. А. // Знание. Понимание. Умение. — 2012. — № 2. — С. 290—292.
11. Бердникова А. А. Обзор развития представлений о характере отечественными психологами середины и конца XX века: его понимание и структура / А. А. Бердникова // Научные труды Московского государственного университета. — 2010. — Вып. 121. — С. 143—147.
12. Бермант-Полякова О. В. Горькая правда о привязанности. Ч. 1 / О. В. Бермант-Полякова // Психотерапия : науч.-практ. журн. — 2014. — № 1. — С. 28—31.
13. Бион У.Р. Научение через опыт переживания. /— Москва : Когито-Центр, 2008, 128 с.
14. Бион У.Р. Элементы психоанализа / — Москва : Когито-Центр, 2008, 127 с.
15. Бороздина Г. В. Психология характера : ист. очерк. Ч. 1 / Г. В. Бороздина. — Москва : Изд-во Моск. ун-та, 1997. — 219 с.
16. Боулби Д. Привязанность / Джон Боулби. — Москва : Гардарики, 2003. — 480 с.
17. Боулби Д. Создание и разрушение эмоциональных связей / Джон Боулби. — Москва : Акад. проект, 2004. — 232 с.
18. Бурменская Г. В. Привязанность ребенка к матери как основание типологии развития / Г. В. Бурменская // Вестник Московского Университета. Серия 14, Психология. — 2009. — № 3. — С. 17—31.
19. Бурно М. Е. О характере людей / М. Е. Бурно. — Москва : Альма матер, 2010. — 639 с.
20. Бэйтман Э. Толстокожие и тонкокожие организации и инсценирование при пограничных и нарциссических расстройствах / Э. Бэйтман // Психология кожи : [сборник] / Удмурд. ун-т. — Ижевск, 2004. — С.229—253.

21. Бююль А. SPSS: искусство обработки информации : Анализ стат. данных и восстановление скрытых закономерностей / А. Бююль, П. Цефель. — Москва : ДиаСофт, 2005. — 608 с.
22. Валь Г. Теория нарциссизма / Г. Валь // Ключевые понятия психоанализа. — Санкт-Петербург : Б&К, 2001. — С. 85—93.
23. Винникотт Д. Переходные объекты и переходные явления: исследование первого «не-Я» предмета / Д. Винникотт // Антология современного психоанализа. — Москва : Ин-т психологии РАН, 2000. — С. 186—201.
24. Волобуева Н. Л. Нарциссическая личностная ориентация взрослых / Н. Л. Волобуева // Аспирантский сборник НГПУ-2001: по материалам научных исследований аспирантов, соискателей, докторантов. — Новосибирск, 2001. — С. 57—66.
25. Габбард Г. О. О ненависти в любовных отношениях: пересмотр нарциссизма малых различий [Электронный ресурс] / Г.О. Габбард // Журнал практической психологии и психоанализа. — 2007. — № 1. — Режим доступа : <http://psyjournal.ru/j3p/pap.php?id=20070112>.
26. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию. Курс лекций. — Москва: АСТ, 2008 . — 352 с.
27. Гиппенрейтер, Ю. Б. У нас разные характеры... Как быть?. — Москва: АСТ, 2012. — 475с.
28. Гордилов В. А. Идентификация и самооценка как факторы формирования ценностных ориентаций молодежи / В. А. Гордилов // Ценностный мир современной молодежи: на пути к мировой интеграции. — Москва, 1994. — С. 78—81.
29. Государственная служба статистики Украины: — Режим доступа : <http://www.ukrstat.gov.ua/>.
30. Григорова Т. П. Деструктивная привязанность к партнеру во взрослом возрасте и совладание с ее проявлениями : автореф. дис. на здобуття

- наук. ступеня канд. псих. наук / Григорова Т. П. — Кострома, 2015. — 27 с.
31. Григорова Т. П. Феномен деструктивной привязанности к романтическому партнеру во взрослом возрасте / Т. П. Григорова // Материалы V научно-практической Интернет-конференции «Психология и семья». — Минск, 2012. — С. 567—578.
32. Гридаева Г. В. Общество потребления, эволюция семьи и нарциссическая динамика [Электронный ресурс] / Г. В. Гридаева. — Режим доступа : <http://redpsychology.wordpress.com/2013/12/27/>.
33. Гришанов А. Н. Нарциссическая культура — время нормы и патологии / А. Н. Гришанов // Развитие человека в современном мире : материалы всерос. науч.-практ. конф. — Новосибирск : НГПУ, 2006. — С. 20—32.
34. Гришанов А. Н. Танатология нарциссической личности / А. Н. Гришанов // Социокультурные проблемы современной молодежи: материалы 11 Междунар. науч.-практ. конф. — Новосибирск, 2007. — С. 167—176.
35. Двоеглазова О.В. Образ тела в структуре нарциссической регуляции / О. В. Двоеглазова, О. А. Шамшикова // Социокультурные проблемы современной молодежи : материалы Междунар. науч.-практ. конф.— Новосибирск, 2006. — С. 242—259.
36. Дворщенко В. П. Нарциссическое личностное расстройство / В. П. Дворщенко // Диагностический тест личностных расстройств. — Санкт-Петербург, 2008. — С. 53—55.
37. Демина Л. Д. Психическое здоровье и защитные механизмы личности : учеб. пособие / Л. Д. Демина, И. А. Ральникова. — Барнаул : Изд-во Алтайского гос. ун-та, 2000. — 122 с.
38. Джонсон С. М. Психотерапия характера. Методическое пособие для слушателей курса «Психотерапия» / Стивен М. Джонсон. — Москва : Центр психологической культуры, 2001. — 356 с.

39. Дмитриева Н. В. Психологические механизмы формирования нарциссической личности / Н. В. Дмитриева, М. В. Друмова, Е. И. Нхапица // Мотивация, активность личности : сб. науч. тр. Новосибирск, 2002. — С. 72—79.
40. Добряков И. В. Перинатальная психология / И. В. Добряков. — Санкт-Петербург : Питер, 2011. — 271 с.
41. Дольто Ф. Бессознательный образ тела / Франсуаза Дольто // Собрание сочинений : в 4 т. / Франсуаза Дольто. — Ижевск, 2006. — Т. 4. — С. 240-244.
42. Дошкільне виховання : щомісяч. наук.-метод. журн. М-ва освіти і науки України для педагогів та батьків, № 12. — Київ : Світич, 2013. — 128 с.
43. Дяткин Ж. Хорватский галстук. Нарциссизм малых различий и процесс цивилизации / Ж. Дяткин // Французская психоаналитическая школа / под ред. А. Жибо, А. В. Россохина. — Санкт-Петербург : Питер, 2005. — С. 299—312.
44. Жалюнепе Е. В. Между Эдипом и нарциссизмом : (Идентификационная роль отца) / Е. В. Жалюнепе // Психоаналитический вестник. — 2005. — №14. — С. 71—85.
45. Зайдлер Г. Х. Клинические аспекты деструктивных сторон нарциссизма / Г. Х. Зайдлер // Московский психотерапевтический журнал. — 1997. — № 2. — С. 25—37.
46. Зимин В. А. Эдип и Нарцисс: к вопросу о комплиментарности конфликта и дефицита / В. А. Зимин // Журнал практического психолога. — 2001. — № 1—2. — С. 147—161.
47. Ильясов Ф. Н. Потребность в детях и репродуктивное поведение / Ф. Н. Ильясов // Мониторинг общественного мнения. — 2013. — Январь-февраль (№ 7 (113)). — С. 168—177.
48. Ігнатенко О. В. Психологічні особливості прояву репродуктивної установки в юнацькому віці : автореф. дис. на соискание ученой

- степени канд. психол. наук : 19.00.05 / Игнатенко О. В. — Киев, 2012. — 16 с.
49. Казанская А. В. Удостоверение личности нарцисса. К вопросу о проявлениях нарциссизма при тяжелых расстройствах личности / А. В. Казанская // Московский психотерапевтический журнал. — 2002. — № 2. — С. 59—73.
50. Казанцева Т. В. Новое в исследованиях психологической близости / Т. В. Казанцева // Вестник Санкт-Петербургского университета. Сер. 12, Психология. Социология. Педагогика. — 2011. — Вып. 2. — С. 250—254.
51. Казанцева Т. В. Социально-психологические детерминанты межличностной привязанности : автореф. дис. на соискание ученой степени канд. психол. наук : 19.00.05 / Казанцева Татьяна Валерьевна — Санкт-Петербург : СПбГУ, 2011. — 22 с.
52. Кернберг О. Ф. Тяжелые личностные расстройства / Кернберг О. Ф. — Москва : Класс, 2000. — 464 с.
53. Клепикова Н. М. Модель операционализации понятия «нарциссизм» в пределах психической нормы : автореф. дис. на соискание ученой степени канд. психол. наук : 19.00.05 / Н. М. Клепикова. — Хабаровск, 2011. — 18 с.
54. Клепикова Н. М. Новый диагностический инструментарий: опросник «Нарциссические черты» / Н. М. Клепикова // Философия образования. — 2008. — № 1. — С. 204—212.
55. Комплексные исследования свойств личности : научная школа А. И. Крупнова : сб. науч. ст. — Москва : РУДН, 2009. — 440 с.
56. Кон И. С. В поисках себя: личность и ее самосознание / И. С. Кон. — Москва : Политиздат, 1984. — 355 с.
57. Короленко Ц. П. Психологические механизмы формирования нарциссической личности / Ц. П. Короленко, Н. В. Дмитриева, Е. В. Андриенко // Мир психологии. — 2002. — № 2. — С. 60—63.

58. Кохут Х. Анализ самости. Системный подход к лечению нарциссических нарушений личности / Х. Кохут. — Москва : Когито-Центр, 2003. — 367 с.
59. Кохут Х. Восстановление самости / Х. Кохут. — Москва : Когито-Центр, 2002. — 316 с.
60. Кохут Х. Общие замечания по поводу нарциссических переносов [Электронный ресурс] / Х. Кохут // Журнал практической психологии и психоанализа. — 2002. — № 3. — Режим доступа : <http://psyjournal.ru/j3p/pap.php?id=20020304>.
61. Кохут Х. Психоаналитическое лечение нарциссических расстройств личности: опыт систематического подхода / Х. Кохут // Антология современного психоанализа / под ред. А. В. Россохина. — Москва : Ин-т психологии РАН, 2000. — С. 409—429.
62. Коцар А. В. Особливості психосексуального розвитку хворих на невроз жінок, що знаходяться у відносинах подружньої залежності : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.04 «Медична психологія» / Коцар А. В. — Київ, 2002. — 20 с.
63. Коцюба Г. О. Психологічні особливості організації узалежненого кохання у жінок : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.01 «Загальна психологія, історія психологія» / Коцюба Г. О. — Харків, 2010. — 20 с.
64. Кочарян А. С. Метод исследования структурной организации полоролевой сферы личности / А. С. Кочарян, Е. В. Фролова, Н. В. Дармостук // Вісник Харківського національного ун-ту ім. В. Н. Каразіна. Серія «Психологія». — 2009. — № 857. — Вып. 42. — С.78 - 84.
65. Кочарян А. С. Личность и половая роль (симптомокомплекс маскулинности/феминности в норме и патологии) / А. С. Кочарян — Х. : Основа, 1996. — 127 с.
66. Кочарян А. С. Феномены синдрома «эмоционального холода» в женских архетипах / А. С. Кочарян, Н. Н. Терещенко, А. Ю. Доценко //

- Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. [Сер.] Психологія. — 2014. — Вип. 47. — С. 104—112.
67. Кочарян О. С. Емоції у клієнт-центрованій психотерапії // Псі-фактор : Міжнар. наук.-практ. конф, м. Київ, 29 листоп. — 1 груд. 2013 р. / Київ. нац. ун-т імені Тараса Шевченка. К., 2013. — С. 112—114.
68. Кочарян О. С. Работа з емоціями у клієнт-центрованій психотерапії / О. С. Кочарян, С. О. Кочарян // Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. — 2014. — № 1095 : Сер. : Психологія. — Вип. 53. — С. 166—170.
69. Кочарян А. С. Переживание как мишень клиент-центрированной психотерапии / Александр Суренович Кочарян. // Психологічне консультування і психотерапія. — 2014. — №1-2. — С. 24—36.
70. Кочарян А. С. Психотерапия как невербальная практика: коллективная монография / [А.С. Кочарян, И.А. Кочарян, М.Е. Жидко, Н.Н. Терещенко, А.М. Лисеная, Л.П. Роголева, С.А. Кочарян]; под ред. д. психол. н., проф. А.С. Кочаряна. — Х. : ХНУ имени В.Н. Каразина, 2014. — 260 с.
71. Кочарян А. С. Проблемы эффективности диагностики сложных психологических образований (на примере симптомокомплекса маскулинности/феминности) / А. С. Кочарян // Журнал практикующего психолога. — 2010. — № 17. — 136 - 147.
72. Кочарян А.С. Психометрическая оценка и апробация опросника «Опыт близких отношений» / А.С. Кочарян, Е.В. Фролова, М.Ю. Такмакова // Академический журнал Западной Сибири № 5(54) Том 10, Материалы II научно-практической конференции с международным участием «Медицина: современные приоритеты развития» 28-30 ноября 2014 г. — С. 56-59.

73. Кошхавцев А. Г. Формирование материнско-детской привязанности // Биосоциальная природа материнства и раннего детства / Батуев А. С., Безрукова О. Н., Кошхавцев А. Г. [и др.] ; под ред. А. С. Батуева. — Санкт-Петербург : Изд-во С.-Петерб. ун-та, 2007. — С. 178—222.
74. Кравченко А. С. Нарцисс и его отражения / Кравченко А. С. // Московский психотерапевтический журнал. — 2001. — № 2. — С. 96—113.
75. Лазурский А. Ф. Очерк науки о характерах / А. Ф. Лазурский. — Москва : Наука, 1995. — 271 с.
76. Лакан Ж. Я в теории Фрейда и в технике психоанализа / Ж. Лакан. — Москва : Гнозис, 1999. — 520 с.
77. Ланцбург М. Е. Психологическая помощь в оптимизации диадических отношений на основе ресурсного подхода / М. Е. Ланцбург // Рождение и жизнь : материалы междунар. конф. по клинической психологии детства / под общ. ред. В. А. Аверина, А. Н. Корнева. — Санкт-Петербург : Изд. СПбГПМА, 2010. — С. 138—141.
78. Левитов Н. Д. Вопросы психологии характера / Н. Д. Левитов. — Москва : Изд-во АПН РСФСР, 1952. — 382 с.
79. Левитов Н. Д. Психология характера / Н. Д. Левитов. — Москва : Просвещение, 1969. — 423 с.
80. Липовецки Ж. Эра пустоты : эссе о современном индивидуализме / Жиль Липовецки. — Санкт-Петербург : Владимир Даль, 2001. — 331 с.
81. Ломов Б. Ф. Системность в психологии / Б. Ф. Ломов. — Москва : Воронеж, 1996. — 384 с.
82. Лэнгле А. Грандиозное одиночество. Нарциссизм как антропологическо-экзистенциальный феномен / Альфريد Лэнгле // Московский психологический журнал. — 2002. — № 2. — С. 34—58.
83. Лэнг Р. Д. Расколотое «Я» / Р. Лэнг. — Санкт-Петербург : Белый Кролик, 1995. — 352 с.

84. Мак-Вильямс Н. М. Психоаналитическая диагностика : Понимание структуры личности в клиническом процессе : пер. с англ. / Мак-Вильямс Н. М. — Москва : Класс, 1998. — 480 с.
85. Максименко С. Д. Генезис существования личности / С. Д. Максименко. — Киев : КММ, 2006. — 240 с.
86. Малейчук Г. Использование феномена «границы Я» для диагностики уровней организации личности [Электронный ресурс] / Г. Малейчук // Gestalt.by. — Режим доступа : <http://gestalt.by/143/70-70>.
87. Мерлин В. С. Психология индивидуальности / В. С. Мерлин. — Воронеж : Модэк ; Москва : Ин-т практ. психологии, 1996. — 446 с.
88. Мерлин В. С. Структура личности: характер, способности, самосознание / В. С. Мерлин. — Пермь : Изд. ПСИ, 1990. — 110 с.
89. Моросанова В. И. Самосознание и саморегуляция поведения / В. И. Моросанова, Е. А. Аронова. — Москва : Изд. ИП РАН, 2007. — 213 с.
90. Мясищев В. Н. Проблема отношений человека и ее место в психологии / В. Н. Мясищев // Хрестоматия по психологии / сост. В. В. Мироненко ; под ред. проф. А. В. Петровского. — Москва, 1987. — С. 146—152.
91. Мясищев В. Н. Структура личности и отношения человека к действительности / В. Н. Мясищев // Психология личности : тексты / Моск. гос. ун-т ; под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, А. А. Пузыря. — Москва, 1982. — С. 20—22.
92. Никольская И. М. Формирование защитной системы человека / И. М. Никольская // Ананьевские чтения : материалы науч.-практ. конф. — Санкт-Петербург, 2004. — С. 580—591.
93. Новикова Е. С. Проблемы репродуктивного поведения в зарубежных исследованиях / Е. С. Новикова // Перинатальная психология и психология репродуктивной сферы. — Москва, 2011. — № 3. — С. 107—116.

94. Овчарова Р. В. Психологическое сопровождение родительства / Раиса Викторовна Овчарова. — Москва : Изд-во Ин-та психотерапии, 2003. — 31 с.
95. Олдхэм Д. М. Узнай себя. Автопортрет вашей личности / Д. М. Олдхэм, Л. Б. Моррис. — Москва : Вече-Персей-АСТ, 1997. — 539 с.
96. Орлов А. Б. Личность и сущность: внешнее и внутреннее Я человека / А. Б. Орлов // Вопросы психологии. — 1995. — № 2. — С. 5—19.
97. Павлова О. Н. Цивилизационный феномен нарциссизма: векторы объективации в парадигме психоанализа [Электронный ресурс] // Вопросы философии. — 2010. — № 6. — Режим доступа : http://vphil.ru/index.php?option=com_content&task=view&id=158.
98. Павлова О. Н. Теория привязанности, стили привязанности и особенности ее нарушения / О. Н. Павлова // Психологическая наука и образование. — 2002. — № 5. — С. 59—64.
99. Пилягина Г. Я. Нарушения привязанности как основа формирования психопатологических расстройств в детском и подростковом возрасте / Г. Я. Пилягина, Е. В. Дубровская // Мистецтво лікування. — 2007. — № 6. — С. 71—79.
100. Психология и психоанализ характера : хрестоматия по психологии и типологии характеров / под. ред. Д. Я. Райгородского. — Самара : Бахрах-М, 2002. — 640 с.
101. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека / К. Роджерс. — Москва : Прогресс, 1994. — 480 с.
102. Родштейн М. Н. Гендерно-ролевая идентичность как фактор репродуктивной установки женщин : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05 / Родштейн М. Н. — Самара, 2006. — 222 с.
103. Розенова М. И. Нарушения личностной целостности в случаях аддиктивно-нарциссической патологии и их проявления в отношениях

- любви / М. И. Розенова // Мир психологии. — 2006. — № 4. — С. 239—251.
104. Розенфельд Г. Деструктивный нарциссизм и инстинкт смерти / Г. Розенфельд // Журнал практической психологии и психоанализа. 2008. — № 4. — С. 13—26.
105. Руднев В. П. Апология нарциссизма: исследования по психосемиотике / В. П. Руднев. — Москва : АГРАФ, ЛТД, 2007. — 272 с.
106. Салливан Г. С. Интерперсональная теория в психиатрии : пер. с англ. / Г. С. Салливан. — Санкт-Петербург : Ювента, 1999. — 347 с.
107. Сидоренко Е. В. Методы математической обработки в психологии / Е. В. Сидоренко. — Санкт-Петербург : Речь, 2001. — 350 с.
108. Смирнова Е. О. Теория привязанности: концепция и эксперимент / Е. О. Смирнова // Вопросы психологии. — 1995. — № 3. — С. 139—150.
109. Смирнова Е. О. Развитие теории привязанности / Е. О. Смирнова, Р. П. Радеева // Вопросы психологии. — 1998. — № 1. — С. 105—116.
110. Соколов С. Е. Ценностные корреляты нарциссических проявлений личности (в пределах психической нормы) : автореф. дис. на соискание ученой степени канд. психол. наук : 19.00.05 / Соколов С. Е. — Хабаровск, 2009. — 21 с.
111. Соколов С. Е. Ценности и ценностные презентации личности в диапазоне ее нарциссических проявлений / С. Е. Соколов, О. А. Шамшикова // Мир науки, культуры и образования. — Горно-Алтайск, 2009. — № 2 (14). — С. 226—231.
112. Соколов С. Е. К вопросу о взаимосвязи нарциссических проявлений личности и развитии ее самосознания / С. Е. Соколов // Известия Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена. — 2009. — № 105. — С. 205—212.
113. Соколов С. Е. Нарушение рефлексивной функции и образование защитной фантазии у пациентов с нарциссическим расстройством

- личности / С. Е. Соколов // Вестник психоанализа. — 2000. — № 1. — С. 57—69.
114. Соколов С. Е. Человек в пустоте, пустота в человеке / С. Е. Соколов // Вестник психотерапии. — 2006. — № 16 (21). — С.136—147.
115. Соколов С. Е. Язык одиночества / С. Е. Соколов // Вестник психоанализа. — 2002. — № 2. — С. 99—114.
116. Соколова Е. Т. Нарциссизм как клинический и социокультурный феномен / Соколова Е. Т. // Вопросы психологии. — 2009. — № 1. — С. 67—80.
117. Соколова Е. Т. Психология нарциссизма / Е. Т. Соколова, Е. П. Чечельницкая. — Москва : Психология, 2004. — 57 с.
118. Соколова Е. Т. Психология нарциссизма : учеб. пособие / Е. Т. Соколова, Е. П. Чечельницкая. — Москва : Психология, 2001. — 90 с.
119. Соколова Е. Т. Психотерапия. Теория и практика : учеб. пособие / Е. Т. Соколова. — Москва : Академия, 2002. — 368 с.
120. Соколова Е. Т. Феномен психологической защиты / Е. Т. Соколова // Вопросы психологии. — 2007. — № 4. — С. 66—79.
121. Стародубцева Л. В. Философский нарциссизм и припоминание / Л. В. Стародубцева // Мир психологии. — 2002. — № 2. — С.200—209.
122. Столин В. В. Самосознание личности / В. В. Столин.— Москва : Изд. МГУ, 1983. — 284 с.
123. Столороу Р. Клинический психоанализ. Интерсубъективный подход / Р. Столороу, Б. Брандшафт, Д. Атвуд.— Москва : Класс, 1999. — 278 с.
124. Такмакова М. Ю. Вплив стилю прихильності на особливості побудування міжособистісних стосунків у дівчат / М. Ю. Такмакова // Фундаментальные и прикладные исследования в практиках ведущих научных школ : междунар. науч. период. журн. — 2014. — № 5. — С. 217— 230.

125. Тхостов А. Ш. Психология телесности / А. Ш. Тхостов. — Москва : Смысл, 2002. — 287 с.
126. Тхостов А. Ш. Райский сад (структура нарциссической зависимости) / А. Ш. Тхостов // Психологический журнал. — 2007. — № 3. — С.108—114.
127. Филиппова Г. Г. Перинатальная психология: история, современное состояние и перспективы развития / Г. Г. Филиппова // История отечественной и мировой психологической мысли: постигая прошлое, понимать настоящее, предвидеть будущее : IV Московские встречи по истории психологии, 26—29 июня 2006 г. / Ин-т психологии РАН ; отв. ред. А. Л. Журавлев, В. А. Кольцова, Ю. Н. Олейник. — Москва, 2006. — С. 346—352.
128. Фрейд З. О введении понятия «нарциссизм» / Зигмунд Фрейд // Психология бессознательного / Зигмунд Фрейд. — Москва : СТД, 2006. — С. 39—73.
129. Фрейд А. Психология «я» и защитные механизмы / А. Фрейд. — Москва : Педагогика-Пресс, 1993. — 144 с.
130. Фрейд З. Введение в психоанализ : лекции / Зигмунд Фрейд. — Санкт-Петербург : Питер, 2004. — 384 с.
131. Фрейд З. О нарциссизме / Зигмунд Фрейд // Очерки по психологии сексуальности / Зигмунд Фрейд. — Минск, 2003. — 572 с.
132. Фромм Э. Искусство любви / Э. Фромм. — Санкт-Петербург : Азбука-классика, 2007. — 221 с.
133. Хартман Х. Эго-психология и проблема адаптации / Х. Хартман. — Москва : Изд. Ин-та общегуманит. исслед., 2002. — 160 с.
134. Хензелер Х. Теория нарциссизма / Х. Хензелер // Энциклопедия глубинной психологии. — Москва, 1998.— Т. 1 : Зигмунд Фрейд: жизнь, работа, наследие. — С. 463—482.
135. Хинце А. Нарциссизм: по-прежнему ли это полезное психоаналитическое понятие? [Электронный ресурс] / Айке Хинце. —

Режим доступа : www.hgp-piee.org/SummerSeminar/2010/pages/eike_hinze_rus.pdf.

136. Холмогорова А. Б. Нарциссизм, перфекционизм и депрессия / Холмогорова А. Б., Гаранян Н. Г // Консультативная психология и психотерапия. — 2004. — № 1. — С. 18—35.
137. Холмогорова А. Очарование нарциссизма / А. Холмогорова, Н.Г. Гаранян // Московский психотерапевтический журнал. — 2002. №2. — С. 102 —112.
138. Холмс Дж. Нарциссизм. Проблемы психоанализа / Дж. Холмс. — Москва : Проспект, 2002.— 80 с.
139. Хорни К. Невроз и личностный рост. Борьба за самореализацию / К. Хорни. — Санкт-Петербург : Вост.-Европ. ин-т психоанализа и БСК, 1997. — 316 с.
140. Хорни К. Невротическая личность нашего времени / К. Хорни. — Москва : Акад. проект, 2009.— 208 с.
141. Чечельницкая Е. П. Нарциссизм и пессимизм / Е. П. Чечельницкая // Московский психотерапевтический журнал. — 2002. — № 2. — С. 83—101.
142. Шамшикова О. А. Миф о нарциссе как модель универсальных внутриличностных проблем современного человека // Мир науки, культуры, образования. — 2009. — № 4 (16). — С. 135 —139.
143. Шамшикова О. А. Игра мерцающих смыслов. Психологические аспекты мифа о Нарциссе: между З. Фрейдом и К. Юнгом / О. А. Шамшикова, И. О. Шамшикова // Журнал практического психолога. — 2006. — № 1. — С. 170—193.
144. Шамшикова О. А. Нарциссическая личность и социальная среда / О. А. Шамшикова, В. А. Гордиенко // Материалы VII Всероссийской конференции студентов, аспирантов и ученых «Наука и образование» : в 5 т. — Томск, 2003. — Т. 3, ч. 2. — С. 223—233.

145. Шамшикова О. А. О некоторых методологических аспектах и концептуальной валидности конструкта «нарциссизм» / О. А. Шамшикова // Психология в вузе. — 2005. — № 4. — С. 98—123.
146. Шамшикова О. А. Социокультурное пространство и дефицитарность нарциссической структуры личности / О. А. Шамшикова // Ежегодник Российского психологического общества. — Санкт-Петербург, 2003. — Т. 8 : Материалы III Всероссийского съезда РПО. — С. 344—348.
147. Шапиро, Д. Невротические стили. — М.: Институт Общегуманитарных Исследований, 2000. — 290 с.
148. Шварц-Салант Н. Нарциссизм и трансформация личности. Психология нарциссических расстройств личности / Н. Шварц-Салант. — Москва : Класс, 2007. — 296 с.
149. Шляхта Д. А. К проблеме устойчивости типов в проявлениях черт характера / Д. А. Шляхта // Вестник Российского университета дружбы народов. — 2008. — № 1. — С. 50—57.
150. Якоби М. Стыд и истоки самоуважения / М. Якоби. — Москва : Ин-т аналит. психологии, 2001. — 249 с.
151. Яппе Г. Развитие фрейдовского Я / Г. Яппе // Энциклопедия глубинной психологии : в 4 т. — Москва, 1998. — Т. 1. — С.457—462.
152. Ярова Н. А. Статеворольові чинники психологічного забезпечення благополуччя особистості : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.01 «Загальна психологія, історія психологія» / Ярова Н. А. — Харків, 2015. — 20 с.
153. Ярошевский М. Г. История психологии. От античности до середины XX века / М. Г. Ярошевский. — Москва : Академия, 1996. — 416 с.
154. Ainsworth M. D. Patterns of attachment: Apsychological study of the Strange Situation / M. D. Ainsworth, M. C. Blehar, E. Waters, S. Wall. — New York : Erlbaum, 1978. — 370 p.

155. Amato P. R. Precursors of Young Women's Family Formation Pathways / Amato P. R., Landale N. S., Havasevich-Brooks T. C. [etc.] // *Journal of Marriage and Family*. — 2008. — Vol. 70. — P. 1271—1286.
156. Bach S. *Narcissistic States and the Therapeutic Process* / S. Bach. — New Jersey, 1985. — 411 p.
157. Bach S. On narcissistic fantasies / S. Bach // *International Review of Psycho-Analysis*. — 1977. — Vol. 4. — P. 281—298.
158. Barry C. T. The relation of narcissism and self-esteem to conduct problems in children: a preliminary investigation / C. T. Barry, P. J. Prick, A. L. Killian // *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*. — 2003. — Vol. 32/1. — P. 139—152.
159. Bartholomew K. Attachment styles among young adults: A test of a four category model / K. Bartholomew, L. M. Horowitz // *Journal of Personality and Social Psychology*. — 1991. — Vol. 61, № 2. — P. 226—244.
160. Belsky J. Childhood experience and the development of reproductive strategies / J. Belsky // *Psychothema*. — 2010. — Vol. 22, № 1. — P. 28—34.
161. Berscheid E.T. *The psychology of interpersonal relationships* / E. Berscheid, P. C. Regan. — New York : Pearson Education, 2005. — 475 p.
162. Bowlby J. *A Secure Base: Parent-child attachment and healthy human development* / J. Bowlby. — New York : Basic Books, 1998. — 512 p.
163. Bowlby J. *The Making and Breaking of Affectional Bonds* / J. Bowlby. — London : Routledge, 1998. — 492 p.
164. Bradshaw J. *On The Family. A New Way of Creating Soild Self-Esteem* / J. Bradshaw. — Ed. 2. — Florida (United States) : Health Communications, 1996. — 305 p.
165. Brennan K. A. Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview / K. A. Brennan, C. L. Clark, P. R. Shaver // *Attachment theory and close relationships* / ed. by J. A. Simpson, W. S. Rholes. — New York, 1998. — P. 46—76.

166. Brown N. W. The Destructive narcissistic pattern / N. W. Brown. — Westport (Connecticut), London : Praeger, 1998. — 369 p.
167. Chopik W. J. From the cradle to the grave: Age differences in attachment from early adulthood to old age / W. J. Chopik, R. S. Edelstein, R. C. Fraley // *Journal of Personality*. — 2013. — Vol. 81. — P. 171—183.
168. Deneke F.-W. Das «Narzissmus inventar» (1989—1994): Handbuch / F.-W. Deneke, B. Hilgenstock, R. Müller. — Bern : Huber, 1994. — 213 p.
169. Deneke F.-W. Eine Untersuchung zur Dimensionalität und metrischen Erfassung des Narzisstischen Persönlichkeitssystems / F.-W. Deneke, R. Müller // *Psychotherapie, Psychosomatik und medizinische Psychologie*. 1985. — № 35. — P. 329—341.
170. Deneke F.-W. Organisations for men und Regulations we is endes Selbst-Systems / F.-W. Deneke, B. Hilgenstock // *Zeitschrift für Psychosomatische Medizin und Psychoanalyse*. — 1988. — № 34. — P. 178—195.
171. Diagnostic criteria from DSM-IV-TR APA / publ. by the Amer. Psychiatric Assoc. — Washington (DC) : Amer. Psychiatric Press, 2000. — 943 p.
172. Disorders of Narcissism: Diagnostic, Clinical, and Empirical Implications / ed. by Elsa F. Ronningstam. — Washington (DC) : Amer. Psychiatric Press, 1997. — 459 p.
173. Donnellan M. B. Low self-esteem is related to aggression, antisocial behavior and delinquency / M. B. Donnellan, K. F. Trzesniewski, R. W. Robins [etc.] // *Political Psychology*. — 2005. — Vol. 16/4. — P. 328—357.
174. Erlich U. S. Narcissism and object love / H. S. Erlich, S. J. Blatt // *The Psychoanalytic Study of the Child*. — 1985. — № 11. — P. 24—41.
175. Federn P. Einige Variationen des Ich-Gehalts / P. Federn // *International Journal of Psycho-Analysis*. — 1926. — № 12. — P. 263—274.
176. Fraley R. C. Interpersonal and genetic origins of adult attachment styles: A longitudinal study from infancy to early adulthood / R. C. Fraley,

- G. I. Roisman, C. Booth-LaForce [etc.] // *Journal of Personality and Social Psychology*. — 2013. — Vol. 104. — P. 817—838.
177. Fraley R. C. Adult Romantic Attachment: Theoretical Developments, Emerging Controversies, and Unanswered Questions / R. C. Fraley, R. P. Shaver // *Review of General Psychology*. — 2000. — Vol. 4, № 2. — P. 154.
178. Hartmann E. *Boundaries in the Mind: A New Psychology of Personality* / Hartmann E. — New York : Basic Books, 1991. — 288 p.
179. Horwitz L. Narcissistic leadership in psychotherapy groups / L. Horvvit // *International Journal of Group Psychotherapy*. — 2000. — Vol. 50, № 2. — P. 219—235.
180. Jacobson E. *The Self and the Object World* / E. Jacobson. — New York : Intern. Univ. Press, 1964. — 250 p.
181. Jacoby M. Individuation and Narcissism / M. Jacoby // *The Psychology of the Self in Jung and Kohut* / transl. from the German by Myron Guibitz. — New York : Routledge, 1990. — P. 75-83.
182. Kernberg O. *Borderline Conditions and Pathological Narcissism* / O. Kernberg. — New York : Aronson, 1975. — 386 p.
183. Kirkpatrick L. A. Attachment style, gender and relationship stability: A longitudinal analysis / L. A. Kirkpatrick, K. E. Davis // *Journal of Personality and Social Psychology*. — 1994. — Vol. 66. — P. 502—512.
184. Kohut H. Forms and transformations of narcissism / H. Kohut // *Journal of the American Psychoanalytic Association*. — 1966. — Vol. 14. — P. 243—272.
185. Kohut H. *The disorders of the self and their treatment: an outline* / H. Kohut // *The International Journal of Psychoanalysis*. — 1978. — Vol. 59. — P. 413—425.
186. Kohut H. *The psychoanalytic treatment of narcissistic personality disorders outline of systematic approach* / H. Kohut // *Psychoanalytic Study of the Child*. — 1968. — Vol. 23. — P. 86—113.

187. Kohut H. Thoughts on narcissism and narcissistic rage / H. Kohut // *Psychoanalytic Study of the Child*. — 1972. — Vol. 27. — P. 360—400.
188. Landis B. *Ego Boundaries* / B. Landis. — New York : Intern. Univ. Press, inc., 1970. — 177 p.
189. Lasch Chr. *The Culture of Narcissism* / Chr. Lasch. — New York : Warner Books, 1979. — 312 p.
190. Lee C. Motherhood Plans among Young Australian Women: Who Wants Children These Days? / Lee C., Gramotnev H. // *Journal of Health Psychology*. — 2006. — Vol. 11 (1). — P. 5—20.
191. Miller J. D. Comparing clinical and social-personality conceptualizations of narcissism / J. D. Miller, W. K. Campbell // *Journal of Personality*. — 2008. — Vol. 76. — P. 449—476.
192. Reich W. *Character Analysis* / W. Riech. — New York : Orgone Institute Press, 1949. — 145 p.
193. Rhodewalt F. Narcissism, self-knowledge organisation, and emotional reactivity: The effect of daily experiences on self-esteem and affect / F. Rhodewalt, J. C. Madrian, R. S. Cheney // *Personality and Social Psychology Bulletin*. — 1998. — Vol. 24. — P. 75—87.
194. Ronningstam E. Identifying criteria for narcissistic personality disorder / E. Ronningstam, J. Gunderson // *The American Journal of Psychiatry*. — 1990. — Vol. 143. — P. 918—922.
195. Rosenfeld H. On the Psychopathology of Narcissism: a Clinical Approach / H. Rosenfeld // *The International Journal of Psychoanalysis*. — 1964. — Vol. 45. — P. 332—337.
196. Shaver P. R. Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions / P. R. Shaver, R. C. Fraley // *Review of General Psychology*. — 2000. — Vol. 4. — P. 132—154.
197. Shaver P. R. Attachment, Loss, and Grief: Bowlby's Views and Current Controversies / P.R. Shaver, R.C. Fraly // *Handbook of attachment: Theory,*

- research and clinical applications / ed. by J. Cassidy, P. R. Shaver. — 2nd ed. — New York, 2008. — P. 48—77.
198. Shor J. Illusions in Loving: A Psychoanalytic Approach to Intimacy and Autonomy / J. Shor, J. Sanville. — Los Angeles (California) : Double Helix, 1978. — 185 p.
199. Stoyne M. Normal Narcissism: An Etiological and Etological Perspective / M. Stoyne // Disorders of Narcissism: Diagnostic, Clinical, and Empirical Implications / ed. by Elsa F. Ronningstam. — Washington (DC), 1997. — P. 7—28.
200. White M. T. Self Relations, Object Relations and Pathological Narcissism / T. M. White // Essential papers on narcissism / Andrew P. Morrison. — New York, 1986. — P. 144—165.
201. Winnicott D. W. Ego distortions in terms of true and false self / D. W. Winnicott // The Maturation Processes and the Facilitating Environment: Studies in the Theory of Emotional Development / D. W. Winnicott. — London, 1960. — P. 140—152.

ДОДАТКИ

Зустріч 5.

Вправа «Коло впливу» орієнтоване на усвідомлення жінками сімейних сценаріїв та впливу батьківської родини на їх характер.

«Намалюйте невелике коло у центрі аркуша. Впишіть у нього своє ім'я. Розташуйте навколо людей, які вплинули на Ваше дорослішання та розвиток до 18 років. Їх вплив може бути як позитивним, так і негативним. Проведіть лінії до цих людей від Вашого кола. Чим більше вплив людини – тим товстіша та коротша лінія. Чим вплив менше, тем тим лінія довша та тонша.

Напишіть:

- Імена людей;
- Їх роль по відношенню до Вас (мати, батько, друг, учитель тощо);
- Прикметник або коротку фразу, що описує то, яким саме чином Ви відчували їх вплив на себе у дитинстві.»

Вправа завершується груповим обговоренням.

Вправа «Генограма сім'ї»:

А) Намалюйте генограму Вашої сім'ї у вигляді родословної.

За допомогою уловних знаків та коротких надписів нанесіть на генограму якомога більше інформації із Вашої сімейної історії (імена, освіта, рід діяльності, серйозні захворювання, місце проживання, а також дати народження й смерті членів сім'ї, їх вік, дати і тривалість шлюбів, дати розлучень тощо) .

Генограма відбиває інформацію мінімум о трьох-чотирьох поколіннях. Ви, Ваші батьки, Ваші бабусі та дідусі.

Б) На трьох окремих аркушах покажіть характер стосунків у батьківській родині Вашого батька, Вашої матері і у Вашій батьківській родині. Зробіть це за допомогою стрілочок, що об'єднують члена сім'ї з кожним і коротких надписів над цими стрілочками.

Поруч з кожним членом сім'ї додайте трохи описання його характеру.

Вправа завершується рефлексією.

Зустріч 6.

Вправа «Аналіз батьківських якостей». Учасниці пропонується на аркуші записати якості, які притаманні її батькам (окремо, для матері і тата). Потім, не дивлячись на перший аркуш, на другому вона записує які якості, властиві їй. На третьому аркуші вона перелічує якості, що притаманні її друзям-дівчатам і хлопцям. На четвертому аркуші дівчина перелічує якості, які вона вважає добрими і поганими. Аналіз здійснюється шляхом порівняння різних списків якостей, визначання схожості і розбіжностей, співвіднесення власних якостей, тих, яким віддає перевагу і батьківських якостей. Окремий вектор аналізу – якості, які дівчина виокремлює в свого партнера (хлопця) та походження цих якостей.

Вправа «Лінія життя». Учасницям пропонується згадати власну матір, коли вона була молодою та готувалась до народження дитини (тобто самої дівчини). Потім дівчина уявляє свою матір підлітком, дитиною та немовлям. Надалі вона переходить на лінію життя своєї бабусі (мами своєї матері) і так само уявляє бабусю молодшою і поступово до стану немовля. Таким чином, дівчина проходить лінії життя усіх жінок свого роду і зустрічається із першою жінкою свого роду. Від неї вона може отримати пораду, підтримку, любов, а також від усіх жінок власного роду. Надалі учасницям пропонується повернутися у своє життя. Після завершення відбувається аналіз труднощів, які виникли у проходженні лінії життя, змісту послань, які дівчина отримала від жінок своєї родини. Аналогічним чином дівчина проходить лінію життя чоловіків своєї родини.

Зустріч 7.

Вправа «Візуалізація і гармонізація жіночого і чоловічого». Техніка являє собою вільний малюнок того, як дівчина відчуває «жіноче» і «чоловіче» у власній особистості. Групове обговорення малюнку.

Техніка спрямованої уяви «Внутрішня жінка». Дівчині пропонується уявити, що до неї приходить маленька дівчинка (до 5 років), у якій вона впізнає себе. Дівчина бере її на руки і розповідає їй, якою вона стане у

майбутньому. Обидва образи: себе дорослої і маленької об'єднуються та обмінюються одна з одною тим, що кожній бракувало. Потім відбувається аналіз образів та одержаних «подарунків».

Вправа спрямованої уяви «Внутрішній чоловік». Дівчині пропонується уявити, що вона прогулюється лісом і зустрічає чоловіка. Потрібно у деталях уявити яким він є зовнішньо, що він робить, коли зустрічає її, якого він віку тощо. Потім відбувається аналіз образу чоловіка. Для цього можливе застосування архетипічного підходу.

Рефлексія, отримання зворотного зв'язку, фокус на власних почуттях.

Зустріч 8. Психотерапевтична група

Зустріч 13.

Вправа «Малюнок тіла». Матеріали: білий аркуш паперу (А4), простий олівець, два кольорових олівці: червоний і синій, ластик. Учасників групи просять намалювати за допомогою простого олівця контури власного тіла на папері. А потім за допомогою двох кольорів зробити його кольоровим. Аналіз малюнків відбувається шляхом встановлення співвідношення відсотку замальованих частин синього і червоного кольорів та контент-аналізу, для яких саме частин тіла було використано кольори. На думку Л. Ренар, синій колір несвідомо асоціюється із маскулініними проявами, червоний – із фемінініними. Тобто таким шляхом ми діагностуємо неусвідомлювані аспекти мужності/жіночності та їхнє співвідношення. Ведеться обговорення малюнків учасників.

Вправа «Аналіз казки» – це арттерапевтична техніка. Виконання техніки розпочинається з того, що жінок просять згадати улюблену казку дитинства або улюбленого казкового персонажа. В процесі відтворення казки тренер уточнює, який із персонажів має найбільше значення, які викликає почуття, просить вказати, чому саме дівчина відчуває свою подібність до цього персонажа.

Зустріч 14.

Вправа «П'ять стільців» допомагає учасникам розпізнати й навчитися керувати своїми емоціями. Учасникам пропонується п'ять стільців. Перший стілець: людина, що вибрала його, – «природна» і внутрішньо, і зовні. Вона не може керувати ні своїм внутрішнім світом, ні зовнішнім вираженням своїх емоцій; переживає те, що «прийшло», і на обличчі при цьому вираз – відповідний.

Другий стілець: людина, що вибрала його, не може керувати своїм внутрішнім станом, але частково може контролювати зовнішні свої прояви.

Третій стілець: людина, що вибрала його, може повністю контролювати зовнішнє подання себе, а внутрішній світ – як і раніше, некерований.

Четвертий стілець: людина, що вибрала його, прекрасно контролює зовнішні свої прояви, але внутрішній світ підвладний їй частково.

П'ятий стілець: людина, що вибрала його, повністю контролює як свій внутрішній світ, так і своє зовнішнє емоційне подання.

Жінкам пропонують стати за тим стільцем, опис якого відповідає їхньому рівню володіння емоціями: «На якому стільці ти сьогодні?», «На якому стільці ти хотіла б опинитися?», «Назвіть той рівень (покажіть той стілець), який Вас притягає, досягнення якого стане Вашою метою?»

В обговоренні вправи піднімаються теми самосприйняття, самокритики, побудови міжособистісних стосунків, що дозволило змалювати завдання подальшої роботи над собою.

Далі необхідне опрацювання актуальних і минулих проблем у стосунках з батьками, оскільки взаємини з батьками, батьківські моделі впливають на поведінку й самооцінку людини незалежно від віку. Доречним є на зайнятті, присвяченому цій темі, шляхом психодрами пропрацювати

стосунки з батьками. Витоки міжособистісних конфліктів лежать у внутрішніх образах батьківських фігур, які насаджують свій вплив підлеглому «Я». Коли такі образи проєктуються на реальних людей у зовнішньому світі, дитячі емоції знову посилюються, затуляючи реальні взаємини, що виникли «тут і тепер», і відбувається емоційне від реагування емоцій, які несуть руйнівну дію з минулого (у психоаналізі – перенесення). У результаті психодраматичної вистави важливо прислухатися до своїх внутрішніх голосів і спробувати знайти контакт зі своїм внутрішнім світом. Дуже важливо в цей момент пропрацювати ті емоції, які виникають до значних людей. Якби висновки в результаті не зробив протагоніст з цього досвіду, він прийде до розуміння того, що він належить передусім собі й має право думати і чинити, виходячи зі своїх власних переконань. За бажанням виходить учасниця, яка хотіла б попрацювати з якою-небудь ситуацією з батьками, у якій їй було соромно, образливо, сумно і т.д. У процесі психодраматичного інсценування учасниця відреагує дитячі емоції й позбавляється від дитячих образ, по-новому сприймає стресову ситуацію й асимілює її у свій емоційний досвід.

Вправа «тілесна триєдність». Ціль вправи - здатність свідомо переключатись між різними станами свідомості та станами власного «Я». Орієнтиром для діагностики виступають тілесні відчуття. Спочатку необхідно інтроспективно, шляхом самоспоминів, а ще краще самоспостережень, в різноманітних життєвих обставинах зібрати інформацію для детального, індивідуалізованого опису кожного.

1) Намагайтесь відповісти на питання, де знаходиться в кожному із станів психологічній «центр тяжкості» вашого тіла?

Для Его-стану схожим зі станом бітківської фігури - це нижня частина тіла (стан влади, домінування); для «Дорослого» - «золота середина» (відчуття динамічної впевненості), для «Дитини» - це верхня частина тіла.

2) Як звучить ваш голос в кожному з описаних станів?

Верніться в кожний із цих станів, поговоріть із собою, знаходячись «в образі». Порівняйте висоту голосу, інтонації, тембр. Проаналізуйте особливості мови вашого внутрішнього «Дорослого», «Батьківської фігури» та «Дитини». Можливо, для них характерні притаманні їм слова та стиль мови.

3) До цього базового тілесно-психологічного стереотипу додаються ще і тілесні відчуття, сукупність котрих вже не зводиться до деякого стандартного набору, а індивідуальні.

В подальшому отриману інформацію треба використати на практиці, в повсякденному житті для того, щоб сформулювати навички самоконтролю, виховати вміння володіти собою, вміння пізнавати в собі поточний стан «Я» та учиняти їх заміну в залежності від ситуації. Іншими словами, допомогти собі виробити дійсну зрілість, коли людина «сама собі і Дорослий і Дитина і Батьківська фігура».

Зустріч 15.

Вправа «Ти для мене важливий!» дозволить усім учасникам вербалізувати труднощі в стосунках з близькими людьми, пропрацювати і зробити більш адаптивними взаємини. Вправа полягає в тому, що учасникам треба уявити по черзі всіх значних для них людей – батьків, чоловіка, дітей, друзів... усіх, хто дорогий. «Скажіть кожному з них: «Я люблю тебе. Я приймаю тебе таким, яким ти є. З усіма позитивними рисами й недоліками». Потім спробувати виділити серед значних людей тих, яким не вийшло сказати цього або було складно це зробити. Згадати тих людей, які не гідні підтримання, у яких Ви не бачите сильних сторін, яких Ви не можете прийняти цілком і любити безумовно. Дівчатам важливо зрозуміти, що саме заважає, які вимоги вони висувають до них і за яких умов вони змогли б сказати: «Я приймаю тебе таким, яким ти є». Далі дівчатам пропонувалося поставити себе на місце цієї людини. Спробувати зрозуміти її думку: чому

вона критикує її або погано до неї ставиться? Чи розуміє вона ті умови й вимоги, які вона до неї висуває? Чи згодна вона з ними? Після цього повернутися на своє місце і спробувати щиро сказати: «Я прощаю тебе за... і знімаю свої вимоги, які заважають мені тебе любити. З цієї миті я приймаю тебе таким, яким ти є. Я люблю тебе». Після вправи необхідно обговорити: як дівчата реагували на цю вправу; чи усіх значних людей вийшло прийняти такими, які вони є; що частіше заважає надати підтримання іншій людині. Запропонована вправа викликала сильні переживання у дівчат і для логічного її завершення потрібно було провести метод сімейних розставлянь за Б. Хеллінгером.

Вправа «Мій портрет очима групи» яка дає можливість у символічній формі, на емоційному рівні, невербально отримати зворотний зв'язок про себе з подальшою вербалізацією, застосовуючи навички тлумачення символічних значень у проектних методиках. У цьому варіанті методика дає інформацію як про людину, яку зображували, так і про тих, чії малюнки опинилися в одній групі. Методика сприяє глибшому усвідомленню себе, своїх боків, що заперечуються або не помічаються.

Вправа «Хто я?». Учасники описують себе в 10-ти коротких тезах. Вони можуть розповісти про себе будь-які відомості, які, на їхню думку, становлять їхню індивідуальність. Кожен рядок починається однаково: «Я – ». Далі йде та інформація, яку людина хоче донести до уваги оточення. Після закінчення роботи учасники можуть відразу поділитися з оточенням результатом роздуму, а можуть почати аналіз своїх записів. Кожен пункт розглядають за кількома параметрами: негативне або позитивне висловлювання, особисте або соціальне (чи повідомляє учасник про свою рису вдачі або називає свою соціальну роль), минуле – майбутнє – сьогодення (до якого періоду в житті людини належить це висловлювання). Метою цієї вправи є отримання навички аналізу своїх внутрішніх настанов з приводу себе.

Вправа «Загублений». Жінкам пропонувалося уявити, що наша група подорожує великим дрімучим лісом де-небудь у Східній Європі. Цілими днями вони йдуть по лісу й насолоджуються природою. У якийсь момент дівчина втрачає групи з поля зору й забрідає все глибше і глибше в ліс. Несподівано розуміє, що не має сенсу йти далі. Дівчина сідає й починає чекати, чи знайде її хто-небудь з групи (чи не з групи). Далі залишається тільки чекати, чи буде її хтось шукати й чи зможе знайти. Після виходу з уявної ситуації важливо обговорити, чи шукав її хто-небудь, кому не було до неї справи, чому вона викликала те або інше ставлення до себе.

Зустріч 16. Психотерапевтична група

Зустріч 21.

Вправа «сіамські близнюки», полягає в тому, що тренінгова пара відповідає один за одного на запитання. На запитання групи, поставлені одній людині, відповідає інший, прагнучи вгадати, як би на ці питання відповідав партнер. Партнер слухає й подумки відмічає, у чому той, що відповідає, правий, а де він помилився. Запитання можна ставити будь-хто, але бажано орієнтовані на взаємини з батьками, друзями, хлопцями тощо. Запитання формулюються у вигляді незакінчених речень. Після проведення вправи важливо обговорити враження партнера (він повідомляє про якісні збіги й помилки, що вразили його), що мовчав; враження партнера (він відмічає, коли було відповідати легко, а коли важко і чому), що відповідав; обговорення вражень і очікувань учасників, що ставили запитання. У результаті цієї вправи дівчати отримали можливість відчутти конкретний чуттєвий досвід розрізнення образу іншої людини, побудованої на власній системі домислів, очікувань, узагальнень, а також реальних враженнях від цієї людини.

З метою подолання егоцентричної настанови щодо партнера дівчатам пропонували письмово відповісти на запитання: «Що я можу/хочу робити для партнера?»; «Що я хочу, щоб він робив для мене?». Обговоренню підлягає співвідношення відповідей. У дослідженні ця вибірка дівчат показала, що партнер потрібний для того, щоб почувати себе потрібною, коханою і т.п. А після цієї процедури вималювалося запитання «Для чого потрібна я йому?». Далі, маючи набір дій стосовно один одного, треба відповісти на запитання «До чого призведе така взаємодія?» і чи відповідає це очікуванням дівчини від стосунків.

Вправа «Довірливе падіння» полягає в тому, що учасники поділяються на пари, один з членів пари стає із закритими очима спиною до іншого й потім падає, будучи упевненим, що той його впіймає. Другий член пари або трохи присідає, або встає на коліна й ловить того, що падає, до того, як той торкнеться підлоги. Той, що падає, повинен намагатися усвідомити свої почуття й під час падіння. Спостерігачі також стежать за тим, чи не підстрахував себе той, що падає, зробивши кілька кроків перед початком падіння. У групі звичайно опиняються учасники з різним рівнем довіри до групи. Для тих, хто не довіряє, виконання цієї або подібної вправи може стати джерелом травматичного досвіду, який викличе безліч почуттів і відчуттів, пов'язаних з проблемою довіри [вачков].

Вправа «Вибір» для усвідомлення стратегій поведінки, використовуваних у житті. Дівчата занурювалися в ситуацію самотності в незнайомому місті, відсутності грошей, житла, роботи. Необхідно виробити алгоритм дій, щоб вижити. Під час обговорення з'ясовувалося, що за місто, пора року, що дівчина збиралася робити, що уміє робити, чим закінчиться її пригода. Аналіз оповідань дозволив виявити продуктивні й непродуктивні алгоритми дій, повне й неповне задіявання наявних ресурсів, причини дій.

Вправа «Операція на серці». Вправа полягає в тому, що усі учасники групи – хірурги. Є одне донорське серце. Під час обговорення треба

прийняти рішення, кому його віддати. Пацієнти, що вимагають пересадження:

- 1) дівчинка 12 років, талановита скрипалька, переможниця світових конкурсів, єврейка;
- 2) чоловік, 35 років, священик, не одружений;
- 3) чоловік, 65 років, всесвітньо відомий професор хірургії, урятував безліч життів, перебуває на піку своєї кар'єри;
- 4) жінка, 35 років, лікар успішно веде наукову роботу з питань лікування СНІДУ, лесбіянка;
- 5) жінка, 17 років, вагітна, не одружена;
- 6) чоловік, 29 років, столяр, 3 дітей, єдиний годувальник у сім'ї;
- 7) жінка, 57 років, багата меценатка, щорічно спрямовує 1000000 дол. на добротність і наукові розроблення сфері охорони здоров'я.

Гра не має правильної відповіді, але зачіпає багато культурних і соціальних стереотипів, примушує прислухатися до думки оточення й усвідомити серйозність своїх дій.

Оскільки остання гра викликає бурхливий емоційний відгук, необхідно особливу увагу приділити вправам на розслаблення, що асимілюють переживання і допомагають відчутти себе гармонійно й цілісно. Для цього підійде медитативна техніка.

Зустріч 22.

Вправа «опори зовнішні та внутрішні». Дезадаптовані жінки внаслідок оперативного втручання характеризуються деякою інфантильністю, що зумовлює невротичні стани в ранньому післяопераційному періоді. Можна

вважати, що їм притаманний екстернальний локус контролю та неможливість потурбуватись про себе самим, тому одна із задач психокорекції повинна бути спрямована на підвищення інтернальності та, висловлюючись метафорично, спонукати жінок до того, щоб вони «стали опорою самим собі».

Вправа проводиться в положенні стоячи або сидячи. Спочатку намагайтесь відчутти ноги, як опору для тіла. Ноги, що впевнено стоять на землі, створюють опору в прямому та переносному сенсі. Відчуйте в повній мірі контакт стоп із землею. Потім, переміщуючи увагу, намагайтесь відчутти продовження опори – хребет. Відчуйте його як продовження ваших ніг (можна візуалізувати зоровий образ- камертон), як прихований всередині тіла каркас, що надає йому внутрішню впевненість, витривалість та надійність, як фізичну опору на саму себе.

Вправа на відновлення фізичної та душевної рівноваги, спрямована на розвиток навичок адаптивності та стресостійкості, вміння спокійно відноситись до тимчасових невдач та труднощів, знаходити новий вибір та нову точку зору. В даній вправі акцент робиться на пристосуванні до ситуації, коли психологічна рівновага порушена. Відновлення на образному рівні фізичної рівноваги сприяє відновленню психологічної рівноваги.

Вправа «хто розхвалить себе краще за всіх». Жінки, що мають дезадаптацію внаслідок гістеректомії характеризуються порушенням системи самооцінок (великі відстані між «Я-реальним» та «Я-ідеальним», зниженням самооцінки та негативним відношенням до себе). Дана вправа спрямована на підвищення самооцінок. Задача вправи – скласти та запам'ятати постійний список розхвалювань. В подальшому регулярно читання списку використовується для формування у пацієток більшого прийняття себе, узгодженість їх уявлень про своє реальне та ідеальне «Я».

Інструкція: На чистому аркуші напишіть всі похвальні висловлювання у власну адресу, котрі приходять в голову (не замислюйтесь над їх справедливістю та заслуженістю). Спочатку це можуть бути конкретні похвали за певні достоїнства, можливо ті, що є дійсними. Потім похваліть себе

за уявлені позитивні якості; можна хвалити себе «авансом» - щоб в майбутньому стати саме такою, наблизитись до свого ідеалу. Потім - похвали безпричинні, за сам факт власного існування, без будь-яких засад та умов. Обов'язкова умова – список повинен бути доволі великим.

Потім заплющить очі та налаштуйтесь на усвідомлення відчуттів вашого тіла. По черзі подумки проговорюйте фрази із вашого списку. Намагайтесь віддатися цьому процесу цілком і повністю. Вимовляйте слова похвали повільно та з почуттям, паралельно спостерігайте за тілесними відчуттями, що породжені цим заняттям. Між окремими фразами залишайте паузи у 1-2 хвилини, на протязі яких продовжуйте спостерігати за відчуттями, оцінюючи наслідки сказаного. Порівнюючи тілесне «ехо» різноманітних похвал, що ви проговорили, виберіть ті із них, котрі викликали найяскравіші відчуття, що свідчать про позитивний емоційний відгук. В результаті вашої роботи із первинним списком повинно залишитись 3-5 фраз, які супроводжуються найбільш відчутним тілесним відгуком. Пацієнткам можна дати рекомендацію, що надалі вони можуть самостійно систематично працювати над собою. Вибрані фрази є формами аутосугестії, неодноразово промовлені в перехідних станах між сном та пробудженням, або при відході до сну, тобто коли підсвідоме більш сприйнятливие до аутосугестії. Фрази повинні проговорюватись не механічно та монотонно, а з почуттям, з виразом, треба вкласти в них внутрішній посил.

Зустріч 23.

Вправа «Аналіз батьківських якостей». Учасниці пропонується на аркуші записати якості, які притаманні її батькам (окремо, для матері і тата). Потім, не дивлячись на перший аркуш, на другому вона записує які якості, властиві їй. На третьому аркуші вона перелічує якості, що притаманні її друзям-дівчатам і хлопцям. На четвертому аркуші дівчина перелічує якості, які вона вважає добрими і поганими. Аналіз здійснюється шляхом порівняння різних списків якостей, визначання схожості і розбіжностей,

співвіднесення власних якостей, тих, яким віддає перевагу і батьківських якостей. Окремий вектор аналізу – якості, які дівчина виокремлює в свого партнера (хлопця) та походження цих якостей.

Техніка спрямованої уяви «Лінія життя». Учасницям пропонується згадати власну матір, коли вона була молодою та готувалась до народження дитини (тобто самої дівчини). Потім дівчина уявляє свою матір підлітком, дитиною та немовлям. Надалі вона переходить на лінію життя своєї бабусі (мами своєї матері) і так само уявляє бабусю молодшою і поступово до стану немовля. Таким чином, дівчина проходить лінії життя усіх жінок свого роду і зустрічається із першою жінкою свого роду. Від неї вона може отримати пораду, підтримку, любов, а також від усіх жінок власного роду. Надалі учасницям пропонується повернутися у своє життя. Після завершення відбувається аналіз труднощів, які виникли у проходженні лінії життя, змісту послань, які дівчина отримала від жінок своєї родини. Аналогічним чином дівчина проходить лінію життя чоловіків своєї родини.

Рефлексія, отримання зворотного зв'язку, фокус на власних почуттях.

Обговорення проблеми життєвого сценарію. Знайомство із типологією сценаріїв. Визначення власного сексуального сценарію за Г. Тьомкіною.

Вправа «Автобіографія». Дівчата пропонується уявити себе у похилому віці та написати лист своїй онуці або написати спогади про своє життя, у якому буде відтворено автобіографічні події та побудування сімейного життя. Ця вправа орієнтує на формування конструктивних аспектів життєвого сценарію. Рефлексія, отримання зворотного зв'язку, фокус на власних почуттях

Метод «Аналіз ранніх спогадів» (А. Адлер). Кожен учасник згадує зі свого життя декілька спогадів і фіксує їх на папері. Надалі здійснюється обмін спогадами і контент-аналіз за критеріями, запропонованими О. Сидоренко.

Скульптура сім'ї. Учасниці програми одна за одною створюють образ своєї сім'ї. Для цього вони може обирати інших учасників, які йому нагадують близьких і таким чином, відтворити звичайну рольову організацію своєї сім'ї. Учасниця сама задає сценарій і характер персонажів. Відбувається обговорення структури скульптури і ролей, які отримали частини композиції.

Зустріч 24. Завершення програм.и, психотерапевтична група.

ПАМ'ЯТКА УЧАСНИКА ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНОЇ ГРУПИ

Участь в групі буде особливо корисним для тебе, якщо частіше будеш згадувати такі правила:

✓ ***Будь зосереджений.*** Найчастіше думай про те, чого хочеш від групи. Перед кожною зустріччю групи знайди час запитати себе, чого чекаєш від цієї зустрічі.

✓ ***Будь гнучким.*** Навіть чітко уявляючи, чого чекаєш від цієї зустрічі, будь готовий (а) прийняти і те, що не входить в твої плани.

✓ ***Будь "жадібним" до роботи.*** Успіх групи залежить від твого бажання працювати на користь собі. Якщо постійно будеш чекати "своєї черги" або спробуєш прикинути, на яку частину часу на занятті маєш право, будеш пригнічувати свою спонтанність, то незабаром з розчаруванням побачиш, що твій час так і не приходить.

✓ ***Найчастіше згадуй про почуття.*** Важливо ділитися думками, але ще важливіше говорити про почуття. Рідше починай зі слів "на мою думку ...", "я думаю ...", а частіше - "я відчуваю".

✓ ***Більше виражай себе.*** Часто ми не наважуємося висловлювати свої думки і почуття, тому що боїмося здатися дурними. Однак не слід

забувати, що група є ідеальним місцем, де можна побачити, що відбувається, коли висловлюєш те, що відчуваєш. Якщо що-небудь відчуваєш по відношенню до групи або до деяким учасникам, обов'язково вислови. Адже існує велика різниця між думками про себе і висловленими вголос.

✓ **Не чекай.** Чим далі будеш відкладати активну участь в групі, тим важче буде почати.

✓ **Не мовчи.** У мовчазного значно менше шансів отримати від інших учасників важливі відомості про себе, крім того, вони нерідко думають, що ти тільки спостерігаєш і оцінюєш їх. Своїм мовчанням ти позбавляєш інших можливості повчитися у тебе,

✓ **Експериментуй.** Група є місцем, де можеш вільно і безпечно різнобічно показати себе. Спробувавши тут, дещо зможеш потім перенести в життя.

✓ **Не чекай, що все зміниться раптово.** Дай собі час змінити себе і своє життя в потрібному напрямку. Ніщо не відбувається відразу.

✓ **Уникай рад і завадань питань.** Твої думки і почуття, висловлені іншому, ціннішим за будь-які поради. Питати треба так, щоб співрозмовник розкрився, а не замкнувся або змушений був захищатися. Звертайся прямо. Не говори про інших в групі в третій особі. До кожного завжди звертайся безпосередньо.

✓ **Не квапся з допомогою.** Якщо хтось говорить про свої наболілі проблеми, не поспішай переривати і втішати його. Людина вдосконалюється, переживаючи біль, - дозволяй йому іноді це.

✓ **Реагуй.** Якщо хто-небудь говорить щось про тебе, реагуй - неважливо, позитивною або негативною буде твоя реакція. Це підвищує довіру в групі.

✓ **Будь відкритим на реакції інших.** Приймай будь-які реакції інших на тебе, а не тільки приємні для тебе. Однак не поспішай занадто швидко з усім погоджуватися або відразу все відкидати.

✓ **Реагуї на терапевта.** Роблячи це, зможеш краще зрозуміти свої реакції на авторитети взагалі.

✓ **Не навішувати ярлики ні на себе, ні на інших.** Відразу реагуї, якщо хто-небудь дивиться на тебе занадто односторонньо.

✓ **Вирішуй сам,** наскільки розкриватися.

✓ **Використовуй досвід групи.** Постарайся застосовувати в житті те, що дізнався і чому навчився в групі.

НАВИЧКИ ЕФЕКТИВНОЇ УЧАСТІ В ГРУПІ

1. **Уваженість і реагування.** Увага до того, про що говорить інша людина - словами і поведінкою, - є передумовою будь-яких ефективних стосунків. Стосунки в групі не є винятком - без уваги один до одного немає справжнього слухання, а без взаємної вислуховування не виникнуть щирі стосунки між учасниками. Ми надаємо увагу іншій людині, коли дивимося на неї, якщо вона говорить, коли звертаємо увагу не тільки на те, що йдеться, а й на те, як то кажуть, і ін.

2. **Емпатія.** Це одне з найважливіших якостей, необхідних для виникнення в групі щирого контакту і взаємної довіри між учасниками. Коли учасники намагаються проникнути в почуття один одного - зрозуміти один одного без оцінок, легше стає розкриватися, так як з'являється впевненість, що все буде прийнято і зрозуміле.

3. **Щирість.** Це означає чесність, спонтанність, доброзичливість у взаєминах. Вона забезпечує відкрите спілкування в групі без приховування за загальними фразами або історіями з минулого, інакше кажучи, створює психотерапевтичну атмосферу в групі.

4. **Взаємоповага.** Воно найкраще виражається в прагненні зрозуміти один одного. Тут набагато важливіше реальні дії, ніж слова про повагу. Щира повага один до одного в групі вимірюється тим, як учасники поведуться по відношенню один до одного. Повага означає прояв уваги до іншого, бажання бути разом, визнання унікальності іншої особистості, безоціночну установку

по відношенню до іншого, визнання за ним права бути таким, яким хочеться, підтримку, підбадьорення і щирість.

5. Конкретність. Коли в групі кажуть загальними фразами, абстрактно, знеособлено, спілкування стає туманним, в'язким, нудним, втрачає динамічний характер. Тому важливо, щоб учасники говорили про себе конкретно, задавали один одному конкретні питання і конкретно реагували один на одного. Це особливо важливо на початковому етапі роботи групи, коли визначаються особисті цілі в групі. Конкретність стимулює безпосереднє звернення один до одного від свого імені, підкреслюючи "я", а не "ми", "кожен", "хтось", "люди", "учасники" і т.д.