

ПСИХОЛОГІЯ ДІЯЛЬНОСТІ В ОСОБЛИВИХ УМОВАХ

УДК 159.96

DOI <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.6.12>

Бочелюк В. Й.

*доктор психологічних наук, професор,
професор кафедри спеціальної освіти та психології
Комунального закладу вищої освіти «Хортицька національна навчально-реабілітаційна академія»
Запорізької обласної ради*

Панов М. С.

*доктор психологічних наук, доцент,
професор кафедри спеціальної освіти та психології
Комунального закладу вищої освіти «Хортицька національна навчально-реабілітаційна академія»
Запорізької обласної ради*

Кемкіна М. А.

*студентка кафедри спеціальної освіти та психології
Комунального закладу вищої освіти «Хортицька національна навчально-реабілітаційна академія»
Запорізької обласної ради*

ВИКОРИСТАННЯ СУЧАСНИХ ІНТЕГРАЦІЙНИХ МЕТОДІВ В РОБОТІ З МОТИВАЦІЄЮ В РЕАБІЛІТАЦІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

USE OF MODERN INTEGRATIVE METHODS IN WORKING WITH MOTIVATION IN REHABILITATION ACTIVITIES

У статті проаналізовано роль мотиваційної складової у реабілітаційному процесі та підкреслено, що мотивація особистості є сформованою спрямованістю на подолання проблемної ситуації, співробітництво з психотерапевтом з метою покращення психічного та фізичного стану, розуміння причинно-наслідкового зв'язку існуючих проблем та підвищення якості життя. Визначено, що однією з необхідних умов успішної психотерапії є наявність у особистості стійкої мотивації до реабілітації – тобто розуміння того, що причини її стану є результатом набутого травмуючого досвіду. Зауважено, що наявність мотивації вважається значним чинником для позитивного бачення перспектив психотерапії. Також, загальною є стратегія поведінки за недостатньої мотивації, особливо в тих випадках, коли пацієнт погодився на терапію через зовнішній тиск або з інших причин. Проводячи психотерапію, фахівець зміцнює мотивацію пацієнта, створюючи передумови для конструктивних змін. Встановлено, що наявність мотивації на початку психотерапії має кілька важливих функцій, зокрема: особистість виявляє активність у процесі пошуку необхідної допомоги; вона прагне одержати інформацію про причини виникнення певного стану; особистість може визнати відсутність «чарівної таблетки» та необхідність проходження певного реабілітаційного процесу; людина може витримати процес напруження та виникаючих труднощів у ситуації формування нового алгоритму поведінки в ході психотерапії, утримуючи ремісію без зривів та регресу.

Зазначено, що дискурс щодо методів та способів підтримки мотивації на належному рівні протягом усього реабілітаційного процесу зумовив необхідність пошуку нових підходів щодо розкриття зазначеної проблематики. Аналізування інтеграційних методів сьогодні є однією з найбільш багатогранних та складних проблем в українській психології. Підкреслено, що необхідність здійснення інтеграції оголошується не лише на рівні окремих галузей психологічного знання, а і на рівні всього масиву знання, накопиченого у психології. Інтеграція розуміється як один засіб вирішення методологічних, теоретичних, прикладних проблем та труднощів, що накопичилися в сучасній науковій думці. Описано особливості використання інтеграційних методів в роботі з мотивацією в реабілітаційній діяльності.

Ключові слова: реабілітаційна діяльність, мотиваційна сфера, психотерапія, інтеграційні методи, особистість.

The article analyzes the role of the motivational component in the rehabilitation process and emphasizes that personal motivation is a formed focus on overcoming a problematic situation, cooperation with a psychotherapist with the aim of improving mental and physical condition, understanding the cause-and-effect relationship of existing problems and improving the quality of life. It was determined that one of the necessary conditions for successful psychotherapy is the presence of a person with a stable motivation for rehabilitation – that is, an understanding that the causes of his condition are the result of acquired traumatic experience. It is noted that the presence of motivation is considered a significant factor for a positive vision of the prospects of psychotherapy. Also, the strategy of behavior under insufficient motivation is common, especially in cases where the patient agreed to therapy due to external pressure or for other reasons. By conducting psychotherapy, the specialist strengthens the patient's motivation, creating the prerequisites for constructive changes. It was established that the presence of motivation at the beginning of psychotherapy has several important functions, in particular: the individual shows activity in the process of finding the necessary help; it seeks to receive information about the causes of a certain condition; the individual may recognize the absence of a «magic pill» and the need to undergo a certain rehabilitation process; a person can withstand the process of tension and emerging difficulties

in the situation of forming a new algorithm of behavior during psychotherapy, maintaining remission without disruptions and regression.

It is noted that the discourse on methods and ways of maintaining motivation at the appropriate level throughout the entire rehabilitation process necessitated the search for new approaches to the disclosure of the specified problem. Analyzing integration methods today is one of the most multifaceted and complex problems in Ukrainian psychology. It is emphasized that the need for integration is announced not only at the level of individual branches of psychological knowledge, but also at the level of the entire body of knowledge accumulated in psychology. Integration is understood as one means of solving methodological, theoretical, applied problems and difficulties that have accumulated in modern scientific thought. Features of the use of integration methods in work with motivation in rehabilitation activities are described.

Key words: rehabilitation activity, motivational sphere, psychotherapy, integration methods, personality.

Вступ. Дослідження різних аспектів мотиваційної сфери особистості у реабілітаційному процесі на сьогодні набуває особливої значущості у зв'язку з актуальною ситуацією в країні. Адже, стимулювання мотивації, що є системою стійких мотивів особистості, що визначають її поведінку, а також вибірковість відносин даної людини до інших людей та різних проблем, сприяє прискоренню інтеграції особистості до реабілітаційного процесу, його проходження та результативності.

Так, про мотивацію можна судити не за окремими вчинками (які можуть бути ситуативними), а за стійкими тенденціями діяльності та спілкування. Мотиви можуть бути усвідомленими, пов'язаними з висуванням свідомих цілей, і несвідомими – як готовність до певної діяльності, вчинків. Мотивація – це як спрямованість поведінки у плані досягнення мети, так і її інтенсивність (обсяг зусиль, інвестованих у поведінку) та персистентність (завзятість і наполегливість) у досягненні мети [7].

Найбільш яскраво мотивація впливає на ефективність реабілітаційного процесу, як специфічної системи психотерапевтичних впливів на психіку людини з метою забезпечення її психічного здоров'я [6]. Мотивація пацієнта у психотерапії є сформованою спрямованістю на подолання проблемної ситуації, співробітництво з психотерапевтом з метою покращення психічного та фізичного стану, розуміння причинно-наслідкового зв'язку існуючих проблем та підвищення якості свого життя. Однією з необхідних умов успішної психотерапії, як зазначає Г. Діденко [1], є наявність у особистості стійкої мотивації до реабілітації – тобто розуміння того, що причини її стану є результатом набутого травмуючого досвіду. Проте, наявність мотивації при візиті до психотерапевта не є гарантією її збереження протягом усього реабілітаційного процесу. Враховуючи те, що реабілітації є процесом, спрямованим на формування нових нейронних зв'язків у головному мозку, оскільки вже сформована нейронна мережа, з якихось причин не ефективно справляється із завданнями щодо підтримки психічного, фізичного чи соціального здоров'я людини. Як бачимо, передбачається «порушення існуючої рівноваги», а в ході реабілітаційного процесу сформована раніше мотивація також може бути порушена.

Отже, з перших зустрічей з пацієнтом завданням психотерапевта стануть підтримка стійкої мотивації у пацієнта, спрямованої на подолання проблем, та візуалізація його готовності нести відповідальність за своє здоров'я. Таким чином, мотивація – одна

з необхідних умов та одне із найскладніших завдань реабілітаційного процесу. Тому, вважаємо необхідним звернутися до аналізування використання сучасних інтеграційних методів в роботі з мотивацією в реабілітаційній діяльності.

Виклад основного матеріалу. Аналізування наукової літератури [2; 3; 6] надало змогу визначити, що між науковцями різних напрямів відсутні суттєві відмінності в підходах до визначення особливостей мотиваційної складової в реабілітаційному процесі. Так, наявність мотивації вважається значним чинником для позитивного бачення перспектив психотерапії. Також загальною є стратегія поведінки за недостатньої мотивації, особливо в тих випадках, коли пацієнт погодився на терапію через зовнішній тиск або з інших причин. Проводячи психотерапію, фахівець зміцнює мотивацію пацієнта, створюючи передумови для конструктивних змін [7]. Наявність мотивації на початку психотерапії має кілька важливих функцій, зокрема: особистість виявляє активність у процесі пошуку необхідної допомоги; вона прагне одержати інформацію про причини виникнення певного стану; особистість може визнати відсутність «чарівної таблетки» та необхідність проходження певного реабілітаційного процесу; людина може витримати процес напруження та виникаючих труднощів у ситуації формування нового алгоритму поведінки в ході психотерапії, утримуючи ремісію без зривів та регресу.

Дискурс щодо методів та способів підтримки мотивації на належному рівні протягом усього реабілітаційного процесу зумовив необхідність пошуку нових підходів щодо розкриття зазначеної проблематики. Так, одні науковці [2; 6] намагаються довести превалювання одних психотерапевтичних підходів над іншими, інші [8; 9] – спростовують подібні твердження (у тому числі після повторної перевірки емпіричних даних) і підтверджують порівняно однакову ефективність психотерапевтичних підходів. Саме тому, аналізування інтеграційних методів сьогодні є однією з найбільш багатограних та складних проблем в українській психології.

Так, необхідність здійснення інтеграції оголошується не лише на рівні окремих галузей психологічного знання, а і на рівні всього масиву знання, накопиченого у психології. Інтеграція розуміється як один засіб вирішення методологічних, теоретичних, прикладних проблем та труднощів, що накопичилися в сучасній науковій думці. Також, слід зауважити, що інтеграцію представляють як чинник розвитку психології як наукової дисципліни [8].

Разом з тим, сучасний етап у розвитку психологічної науки суперечливий. Власне суперечність полягає у тому, що актуальність інтеграційних процесів висока, проте їх здійснення насправді йде дуже повільно [2]. Існують, звичайно, певні причини такого стану справ. Так, *по-перше*, мають місце не цілком адекватні установки щодо розуміння технології та засобів інтеграції, її механізмів у представників психологічної спільноти. *По-друге*, наявна відсутність необхідного методологічного апарату для розробки технології взаємодії. Йдеться про взаємодію різних підходів, взаємодію різних наукових шкіл та традицій. До дослідження тих чи інших проблем психології (зокрема, до мотивації) різні науковці підходять по-різному, єдиний методологічний апарат взаєморозуміння та взаємодії, на сьогодні, відсутній. *По-третє*, наявна відсутність позитивних прикладів реалізації обох видів інтеграційних процесів. Йдеться про реалізацію інтеграції у психологічній та психотерапевтичній спільноті знання.

Однак, незважаючи на труднощі та проблеми інтеграція неухильно здійснюється. Інтеграція, як і раніше, виступає важливим стратегічним завданням психології, що стоїть перед психологічною спільнотою. Можна говорити про стихійну інтеграцію, що реалізується у практиці здійснення наукових досліджень та природного спілкування науковців. У цьому вона відбувається і можуть бути виділені та описані її механізми.

Більшість практик особистісного розвитку, які є прикладним додатком інтегративної психології, припускають формування такої психічної структури, яка може розглядатися як фактор інтегративна психологія, що організує процес спрямованої, цільової мотивації [8]. Цільова мотивація суб'єктної реальності вимагає усвідомленої психологічної практики, спрямованої на підтримку процесів самоорганізації відповідно до виявленого інтегруючого фактора, який є внутрішньою силою, що визначає, в даний момент, усі життєві цінності і, відповідно, керує актуальною поведінкою людини. Психологічна інтеграція за допомогою цільової самоорганізації є процедурою введення в поле свідомості матеріалу із суб'єктної реальності, що підлягає структуруванню та організації, і наступних психологічних практик, що сприяють кооперативному процесу перетворення суб'єктної реальності відповідно до цільової установки свідомості.

Цільова установка, яка є інтегратором для внутрішніх процесів мотивації, може бути усвідомлюваною, але може бути й несвідомою. Але і в тому, і в іншому випадку – реальний процес самоорганізації, що відновлює цілісність суб'єктної реальності, відбувається при прояві у полі свідомості її частин, що викликає внутрішній конфлікт та інтегративне подолання цього конфлікту [4]. Це відноситься також і до структурування зовнішніх взаємодій при реалізації конкретних устремлень індивіда. До того часу, поки особистістю не усвідомлені внутрішні протиріччя при спробі реалізації певних своїх планів, результат може бути задовільним. І навпаки, чітке

усвідомлення своєї справжньої мотивації призводить до швидкої та ефективної реалізації бажаного.

Для того, щоб у суб'єктній реальності в результаті кооперативного процесу сформувалася нова психічна структура (стійка мотивація), інтегративний фактор повинен мати достатній потенціал, для того, щоб залучити до процесу необхідний психічний матеріал. Найбільшою силою володіють екзистенційні та архетипічні інтегративні фактори, пов'язані з основними життєвими смислами та процесами душевного життя людини [2]. Якщо справжня потреба людини в досягненні мети пов'язана з однією з архетипічних складових, то ця потреба мобілізує значущу частину енергетичного потенціалу людини для її реалізації. Пред'явлення свідомості мети у архетипічній формі виявляється силою, що визначає весь подальший процес самоорганізації суб'єктної реальності, в нашому випадку – реабілітаційний процес.

Так, архетипічний зміст виявленої потреби пред'являється у вигляді деяких метафор, що наповнюються конкретним змістом зі свого внутрішнього матеріалу – суб'єктної реальності. Наприклад, можлива ситуація, коли особистість не справляється з протиріччям внутрішніх установок, коли кожна з її субособистостей, що ситуативно домінує, реалізує свої цілі, що погано узгоджуються з установками інших субособистостей. В цьому випадку, робота з «внутрішнім мудрецем» призводить до процесу інтеграції субособистостей та усунення їх конфлікту [8].

Якщо проблеми пов'язані зі статевими ролями, то образ Аніми або Анімусу активує процес, спрямований на прояв пригнічених якостей, відповідних цим ролям. Утримання у свідомості метафоричного образу бажаної реалізації при виконанні умов, що сприяють активації процесу самоорганізації, веде до розвитку кооперативного процесу внутрішнього перетворення відповідної суб'єктної реальності. Однак, якщо утримуваний образ буде присутній лише в ментальній частині психіки і не «захопить» її глибинних шарів, то результат буде дуже нестійкий, і в реальній ситуації, швидше за все, все залишиться без змін. Для реальних змін необхідне залучення до цього процесу глибших «слоїв» психіки – інтерперсональних і трансперсональних вимірів [2]. Причому, характерно те, що свідомість виступає лише пусковим фактором процесу самоорганізації, та при виникненні кооперативного процесу самоорганізації та наявності достатнього енергетичного забезпечення цей процес вже «самопідтримується» [8].

Отже, психологічна практика в нашому розумінні – це взаємодія індивідуальної вільної свідомості з суб'єктною реальністю індивіда з метою. У широкому аспекті взаємодія індивідуальної вільної свідомості з трансперсональними та інтерперсональними вимірами представлено в роботах Р. Ассанджіолі, К. Уїлбера, К. Юнга та інших [6]. У процесі індивідуального розвитку індивіда відбувається асиміляція його суб'єктної дійсності та ототожнення свідомості з надособистісними вимірами. Умова, за

якої можлива самоорганізація суб'єктної реальності у просторі індивідуальної свідомості, зокрема, така: усвідомлення індивідом його справжньої потреби, якщо зовнішнє середовище, в якому він знаходиться, дозволяє пройти цей процес трансформації остаточно [6]. У разі переривання процесу, зазвичай, спостерігається емоційний зрив, часом досить тривалий, що часто супроводжується аутизацією. У попередній психологічній підготовці формується так званий ресурсний стан свідомості, що забезпечує мобілізацію для подолання перешкод у досягненні поставленої мети.

Психологічна практика, індивідуальна або групова, що сприяє можливості цільової самоорганізації суб'єктної реальності, – проводиться за таким алгоритмом:

1. У попередній психологічній підготовці формується образ бажаного результату, який виконує роль інтегративного фактора в процесі самоорганізації нової психічної структури шляхом створення суб'єктної реальності людини у формі метафоричної образної ситуації, що асоціативно представляє ідеальний варіант узгодженої проблемної ситуації. Ця метафорична образна ситуація має відображати структуру проблемної ситуації.

2. Вербальний супровід всієї процедури спрямовано на формування відповідної активності свідомості для активації глибинних слів психіки.

3. Виконуються дихальні та інші психотехніки, що надають додаткову енергію для подолання психологічних захистів та формування у суб'єктній реальності нових бажаних структур.

4. Згідно з попередньою інструкцією, після завершення кожного закінченого фрагмента глибинних «занурень» у суб'єктній реальності, особистість переводить себе в режим усвідомленого закріплення матеріалу власних переживань у цьому фрагменті.

5. Закріплення процесів самоорганізації у внутрішньому психічному середовищі проводиться шляхом малюнку матеріалу переживань (мандала), індивідуального консультування.

6. Процес вирішення проблемної ситуації особистістю підтримується співпереживанням психолога.

7. Остаточна інтеграція досвіду відбувається у процесі повсякденного життя на новому рівні цілісності особистості.

Таким чином, у розвитку суб'єктної реальності, особистості як її провідного конструкту, беруть участь дві сторони процесу:

1. Процес руху у напрямку усунення деструктивної дії негативних переживань. При цьому, інтегративним фактором виступає деякий віртуальний образ себе, який має якість, протилежну тому, що викликає деструктивні переживання, наприклад.

2. Процес самоорганізації розвивається завдяки активації мотивації досягнення, де інтегруючим фактором виступає архетипічний образ Героя, Вчителя, Матері, Мудреця, Мага, Воїна, Коханого тощо [6].

Прояв архетипічного образу як бажаного, тобто як інтегруючого фактора, організують всю психічну активність людини, що відбувається через трансперсональне переживання архетипічного образу, ототожнення з ним та реалізацію його якостей у собі. Закріплення цього інтегративного фактора вимагає активації процесу самоорганізації за допомогою певного стану свідомості, що залучає все психічне середовище до цього процесу [16].

Подальший успіх процесу самоорганізації пов'язаний з ототожненням особи з бажаним образом себе та проявом окремих її якостей у повсякденних вчинках, що і є кооперативним процесом структурування суб'єктної реальності відповідно до бажаного образу. У процесі розвитку суб'єктної реальності особистість навчається володіти свідомістю вищого рівня організації, що зумовлює властивість проникнення в усі рівні та виміри організації реальності та здібності викликати процеси самоорганізації на цих рівнях, зокрема те, що відомо як надможливості та здібності людини.

У інтегративній та трансперсональній психології, що розвивається в даний час, поступово формується напрям, який раніше був долею духовних практик: оволодіння станами свідомості вищого рівня організації. Це новий напрям, який все більше привертає увагу у зв'язку з практичними завданнями, що стоять перед людством на сучасному етапі його розвитку. Це і розвиток нових форм навчання, і психологічних практик, і проблеми психоекології, і прийняття рішень за великих потоків інформації або при дефіциті інформації, це управління соціальними процесами, та психологічна допомога в особистісному розвитку [6]. За конкретними психотехнологіями, побудованими на описаних вище принципах, розроблено низку навчальних програм, які формують освітній інтерфейс інтегративної психології. Зокрема, методи підтримки мотиваційної складової у реабілітаційному процесі.

Висновки. Проаналізовано роль мотиваційної складової у реабілітаційному процесі та підкреслено, що мотивація особистості є сформованою спрямованістю на подолання проблемної ситуації, співробітництво з психотерапевтом з метою покращення психічного та фізичного стану, розуміння причинно-наслідкового зв'язку існуючих проблем та підвищення якості життя. Зауважено, що однією з необхідних умов успішної психотерапії є наявність у особистості стійкої мотивації до реабілітації – тобто розуміння того, що причини її стану є результатом набутого травмуючого досвіду. Виявлено, що наявність мотивації особистості не є гарантією її збереження протягом усього реабілітаційного процесу.

Зазначено, що дискурс щодо методів та способів підтримки мотивації на належному рівні протягом усього реабілітаційного процесу зумовив необхідність пошуку нових підходів щодо розкриття зазначеної проблематики. Описано особливості використання інтеграційних методів в роботі з мотивацією в реабілітаційній діяльності.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Діденко Г. О. Особливості стилю життя осіб з травматичним досвідом. *Технології розвитку інтелекту: відкритий наукометричний електронний журнал лабораторії сучасних інформаційних технологій навчання Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України* / гол. ред. М. Л. Смульсон. 2019. Т. 3. № 4 (25); режим доступу : http://www.psytir.org.ua/index.php/technology_intellect_develop/article/view/467
2. Друзь О. В., Черненко О. І. Напрямки медико-психологічної профілактики постстресових психічних розладів у учасників локальних бойових дій. *Український вісник психоневрології*. 2017. Т. 25. Вип. 1 (90). С. 45–48.
3. Климчук В. О. Мотиваційний дискурс особистості: на шляху до соціальної психології мотивації: *монографія*. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2015. 290 с.
4. Кокун О. М., Агаєв Н. А., Пішко І. О., Лозінська Н. С. Основи психологічної допомоги військовослужбовцям в умовах бойових дій: *методичний посібник*. Київ: НДЦ ГП ЗСУ, 2015. 170 с.
5. Мельник А. П. Психологічна реабілітація військовослужбовців, що перебували в умовах бойових дій. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*. 2015. № 4 (29). С. 100–105.
6. Особливості стосунків «психотерапевт-клієнт» у сучасному соціокультурному середовищі: монографія / З. Г. Кісарчук, Я. М. Омельченко, Г. П. Лазос [та ін.]; за ред. З. Г. Кісарчук. Київ: Видавничий Дім «Слово», 2017. 225 с.
7. Проданова О. М. Мотиваційні ресурси особистості та переживання кризового стану. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*, 2022. № 4. С. 145–149.
8. Теоретико-методологічні основи інтеграції психологічного знання / О. В. Завгородня, В. О. Медінцев, С. О. Копилов, В. Л. Зливков, О. В. Губенко, С. О. Лукомська, Є. В. Степура, В. В. Депутат, О. В. Котух; за ред. О. В. Завгородньої. Київ: Видавничий Дім «Слово», 2020. 180 с.
9. Титаренко Т. М. Соціально-психологічна реабілітація особистості: етапи, технології, техніки. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. 2018. Вип. 41. С. 157–167.