

Кучманіч І. М.

*кандидат психологічних наук,
доцент кафедри психології*

Чорноморського національного університету імені Петра Могили

ФЕНОМЕН ОБРАЗИ В СІМЕЙНІЙ СИСТЕМІ (КРОВНА ОБРАЗА)

THE PHENOMENON OF RESENTMENT IN THE FAMILY SYSTEM (BLOOD RESENTMENT)

У статті висвітлено особливості образи як важливої складової емоційно-чуттєвої сфери особистості. Образа – почуття людини, що виникає у відповідь на несправедливо заподіяні прикросці з боку іншої людини і пов'язане з почуттям обурення на кривдника та жалості до себе. Воно належить до складних у проживанні та до певної міри деструктивних, оскільки його невідреагованість впливає на психічний та соматичний стани людини. Водночас переживання образи є невід'ємною складовою процесу сепарації й свідчить про чутливість та емоційність особистості. Ці аспекти підкреслюють важливість цього почуття в житті людини. Образа може виникати на рівні індивідуальної підсистеми та в сімейній системі (кровна образа). Визначено, що кровна образа виникає у стосунках із родичами, втім через низку причин не може бути пережита людиною самостійно й передається близьким у процесі взаємодії. Обґрунтовано, що кровна образа може бути частиною трансгенераційної передачі (негенетичної форми передачі від одного члена сім'ї до іншого деякого досвіду/інформації). Найчастіше неусвідомлено передається інформація щодо ситуації, яку людина вважає травматичною, нейприйнятною, але надзвичайно важливою для себе. Передачу образи в межах сімейної системи зумовлює низка факторів: неможливість задоволення актуальної потреби; заборона на проживання злості та демонстрацію агресії в сімейній системі; наявність сімейних міфів «Ми – дружня сім'я», «Ми – ідеальна сім'я»; відсутність чітких кордонів. Такі особливості функціонування сім'ї зумовлюють відсутність проживання образи на рівні індивідуума, підкріплення цього почуття формуванням «образу ворога» у свідомості та передачею цього інтроєкту іншим членам сімейної системи.

Ключові слова: образа, кровна образа, переживання, сімейна система, трансгенераційна передача.

The article highlights the features of the resentment as an important component of the emotional and sensual sphere of the personality. Resentment is a person's feeling that arises in response to unjustly inflicted grievances on the part of another person. It is associated with a feeling of indignation at the offender and with the feeling of the self-pity. It belongs to people with difficult character and to some extent destructive, since its unresponsiveness affects the mental and somatic states of a person. At the same time, the experience of resentment is an integral part of the separation process and it instructs on sensitivity and emotionality of the individual. These aspects highlight the importance of this feeling in a person's life. Resentment can arise at the level of the individual subsystem and in the family system (blood resentment). It has been determined that a blood resentment arises in relations with relatives, but because of a number of reasons it cannot be experienced by a person independently and is passed on to relatives in the process of interaction. It is substantiated that blood resentment can be part of transgenerational transmission (a non-genetic form that conveys some information/experience from one family member to another). Most often, information about a situation that a person considers traumatic, unacceptable, but extremely important for himself or herself is unconsciously transmitted. The transmission of resentment within the family system is determined by a number of factors: inability to meet the actual need; prohibition of anger and demonstration of aggression in the family system; the presence of family myths "We are a friendly family", "We are an ideal family"; lack of clear boundaries. Such peculiarities of the functioning of the family cause the absence of resentment at the level of the individual, the reinforcement of this feeling by the formation of the "image of the enemy" in consciousness and the transfer of this introject to other members of the family system.

Key words: resentment, blood resentment, experiences, family system, transgenerational transmission.

Вступ. Почуття образи є предметом дослідження багатьох філософів та психологів, оскільки є важливим та невід'ємним компонентом чуттєвої сфери особистості. Крім того, останнім часом розгортається інтерес до вивчення емоцій та почуттів через розуміння їх неабиякого впливу на життєдіяльність особистості. Феномен образи був предметом уваги багатьох філософів (Ф. Ларошфуко, Б. Спіноза, Ф. Ніцше, М. Хайдеггер та ін.). У психології дослідження, присвячені вивченню образи й образливості, з'ясуванню їх структури та функцій, особливостям впливу на міжособистісну комунікацію, специфіці проведення психокорекційної роботи, представлені в роботах Н. Завацької, В. Демиденко, М. Миколайчук, Н. Корчакової, С. Кравченко, О. Кузнецової, О. Саннікової, Н. Свертілової, Ф. Перлза, О. Чепьолкіної та ін.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Більшість вчених визначають образу як емоційне переживання несправедливості в результаті невідповідності її очікувань і реальності у значущих стосунках. Переживання образи має місце, коли людина вважає, що незаслужено принижена, скривджена або постраждало її почуття гідності [5]. Провідними умовами для виникнення образи є наступні: наявність актуальних незадоволених в особистості потреб; очікування, що потреби має задовільнити близька людина; емоційна реакція у відповідь, яка включає переживання вразливості, приниження, жалю до себе та гніву до того, хто не задовольнив потребу.

Образа – це почуття, яке виникає в процесі онтогенезу особистості. У дитячому віці переживання цього почуття цілком виправдано: дитина очікує

від дорослого те, що про неї подбають та задовільнять усі потреби. Однак у процесі дорослішання дитина вчиться дедалі більше піклуватися про себе, а значить, меншою мірою покладатися на батьків; очікувати від них, що вони передбачуватимуть, чого вона потребує. Тому в дорослому віці переживання образ віддзеркалює інфантильну позицію людини, її небажання брати на себе відповідальність щодо задоволення власних потреб.

Образа виникає у важливих для людини стосунках поруч із тими, хто є значущим та цінним. Водночас через низку причин (страх втрати стосунків, неможливість вербалізувати переживання, нечутливість до власних переживань тощо) людина не може виявити цей комплекс емоцій у взаємодії з іншим. Відповідно вона залишається наодинці з ними, капсулюючи їх всередині себе. Ф. Перлз зазначав, що «образа – це психологічний еквівалент до болі стиснутої щелепи. Щільно стулений рот не може ні виплюнути, ні відкусити, ні прожувати, ні проковтнути – він нічого не може. Якщо ви ображені, ви не можете відпустити та забути, не можете дозволити цьому інциденту або людині відійти на задній план, також ви не можете активно це пережити» [8]. Таким чином, важливою характеристикою почуття образи є надзвичайно сильна її інтенсивність, поєднана з неможливістю це виявити у стосунках.

Почуття образи здебільшого властиво людині, яка є психологічно незрілою. Особистісна незрілість спричинює неможливість усвідомити та екологічного відреагувати накопичені емоційні переживання, які є складовими образи (злість, гнів, фрустрацію, жалість, співчуття, розчарування, страх, тривогу тощо). Можна виокремити три аспекти, які визначають особистісну незрілість людини й спричиняють виникнення почуття образи.

Когнітивний аспект віддзеркалює рівень мисленнєвих процесів та виявляється в нереалістичному сприйнятті світу, егоцентричній позиції, пануванні ірраціональних настанов та неадекватному образі Я особистості. Так, людина думає, що інші мають розуміти наявність у неї нереалізованих бажань та попри все їх задовольняти. Таким особам часто властива дихотомічність світосприйняття та катастрофізація того, що відбувається.

Афективний аспект виявляється у низькому порозі толерантності до фрустрацій, схильності до емоційних сплесків, низькому рівні усвідомленості й диференціації раціональної та емоційної сфер.

На *рівні поведінки* людина демонструє застосування неефективних стратегій реагування, серед яких найбільш розповсюдженими є конфліктність, та дистанціювання.

Оскільки образа є багатограним феноменом, то можна виокремити різні її види, залежно від джерел її виникнення, усвідомлення, тривалості та вияву назовні. Так, розрізняють образу усвідомлену та неусвідомлену; короткочасну та довготривалу; реальну та вигадану; та, яка викликає активні дії у відповідь або яка спричинює бездіяльність тощо. Також є образа, яка спрямована на себе, іншого або групу

осіб. У цьому контексті особливої уваги заслуговує образа, яка виникла в сімейній системі та передається з покоління в покоління (кровна образа).

Термін «кровна образа» у науковій психології відсутній. Однак у практиці не є поодинокими випадки, коли образа передається від одного покоління до іншого або кілька родичів одночасно ображаються на члена своєї сімейної системи. У таких ситуаціях має місце не індивідуальне проживання почуття образи, що є цілком природним для проживання всіх емоційних явищ, а швидше колективний процес, який охоплює одночасно кількох людей і може подовжуватися на невизначену кількість часу.

Мета статті – висвітлити феномен кровної образи в контексті її виникнення в сімейній системі; схарактеризувати й обґрунтувати чинники виникнення такого виду образи в сімейній взаємодії та описати механізм її передачі.

Виклад основного матеріалу. Кровна образа – це образа, що виникла у сімейній системі між родичами. Через певні причини, це почуття не могло бути пережите носієм цієї образи і, відповідно, воно залишається ніби закапсульованим у людини. Згодом, у процесі взаємодії з найближчим оточенням сімейної системи, непережита образа передається й іншим родичам, іноді з покоління до покоління.

Якщо говорити про механізми передачі (Як саме передається непережите почуття одного члена сім'ї іншим?), то тут доречно згадати про трансгенераційну передачу. У психології прийнято вважати, що трансгенераційна передача – це негенетична форма передачі від одного члена сім'ї до іншого деякого досвіду/інформації (М. Боуен, А. Шутценбергер, І. Бузормені-Надь, Е. Гранжон, А. Міґола). Ця передача може здійснюватися усвідомлено, коли один член сім'ї вголос розмірковує про це, сутність та зміст інформації є зрозумілими іншим учасникам комунікативного процесу. Наприклад, мама може при дитині згадувати, що батько погано вчинив, коли залишив їх. І, слухаючи розмови мами, дитина некритично вбирає цю інформацію, сприймаючи, що її батько «поганий, безсовісний егоїст». І згодом усередині цієї дитини накопичується і посилюється почуття образи до свого батька, яка має спільний корінь з образою її матері.

Також трансгенераційна передача може здійснюватися неусвідомлено. Найчастіше неусвідомлено передається інформація щодо події або ситуації, які кваліфікуються людиною, як травматичні, неприйнятні та ганебні. Водночас ці ситуації мають неабияке значення для людини. Відповідно ця інформація не може бути усвідомлена самою людиною в такому вигляді і, відповідно, вона спотворюється, трансформується, забираються значні моменти з контексту або самого повідомлення. У процесі взаємодії з іншими членами сім'ї людина неспроможна говорити відверто про цю подію (бо подія викликає безліч різних негативних почуттів), але й забути її теж не вдається. Внаслідок замовчування, у психіці формується свого роду «лакуна», яка передається з покоління до покоління й заповнюється уривками

інформації. Ця інформація, позбавлена можливості бути усвідомленою, опрацьованою через мову, закріплюється на несвідомому рівні та знаходить вихід у різних проявах. І тоді інші члени сім'ї, нащадки живуть усередині з цією чужою для них інформацією, пов'язаною зі складними емоційними переживаннями, і поводять себе відповідно до неї.

У контексті неусвідомленої трансгенераційної передачі почуття образи можна спостерігати безліч образ жінки на чоловіка, які в подальшому починає відчувати дитина у своєму житті. Дитина як частина сімейної системи та дуже близька до матері людина, несвідомо ідентифікується з цією непрощеною образою матері до батька і привносить її у своє життя. При цьому ця дитина не має права вибору, немає можливості відокремити думки й почуття матері від своїх. У такий спосіб вона приймає цю історію неусвідомлено. Стосунки дитини з батьком вже складаються з урахуванням присутності в них не особистої образи на батька, а образи жінки (матері) на чоловіка.

У контексті сімейної взаємодії можна виокремити низку чинників, які зумовлюють виникнення кровної образи.

1. У людини є потреба, але немає можливості її проговорити та задовольнити у межах сімейної системи. У загальному розумінні поняття потреба – це стан індивіда, зумовлений нуждою та необхідний для його існування й розвитку. Відповідно, потреби завжди виступають джерелом активності людини. Існує низка потреб, які здебільшого можуть бути задоволені саме в сімейній системі. Мова йде про потребу в любові, підтримці, близькості, піклуванні, безпеці, приналежності тощо. У випадку, якщо потреби не усвідомлюються та не вербалізуються, вони і не задовольняються, що й викликає появу напруження в людини. На чуттєвому рівні виникає образа, яка обумовлена дисонансом між наявністю в людини потреби та відсутністю готовності інших її задовольнити.

2. Заборона в сімейній системі на проживання злості та вияву агресії щодо своїх близьких. Зазвичай така заборона не озвучується прямо та однозначно у сім'ї. Швидше за все, мають місце завуальовані, непромовлені правила: «Злитися на близьких людей некрасиво!», «Агресія у стосунках неприпустима», «У нашій сім'ї панує любов й немає місця роздратуванню та злості». Дуже часто такі правила в сім'ї є достатньо ригідними й нівелюють будь-який вияв невдоволення, роздратування та агресії. У такому разі, якщо в людини з'являється потреба і вона її озвучує, а близька людина ніяк не реагує на демонстрацію цієї потреби, то, природним чином, невдоволення, що виникло, замовчується або не проживається взагалі. У результаті виникає наступний механізм: 1) у людини виникає потреба; 2) вона висловлюється іншому членові сім'ї; 3) інший жодним чином не реагує на цю потребу; 4) людина, яка озвучила потребу, не може/не має морального права відчувати роздратування/злість та проговорити їх; 5) людина, потреба якої залишилася незадоволеною, ображається; 6) виникає віддалення у стосунках із рідними. Якщо в сімейній системі виникає вели-

чезна кількість таких ситуацій і немає можливості відреагувати власні емоції поруч із близькою людиною – накопичена особиста образа може трансформуватися в кровну. Через трансгенераційну передачу ці непережиті почуття разом із видозміненою та спотвореною інформацією щодо ситуації перейдуть до інших членів сімейної системи, у тому числі й нащадків.

3. Наявність сімейних міфів «Ми – дружна сім'я», «Ми – ідеальна сім'я». Сімейні міфи – це вияв феномена сімейної самосвідомості, сімейної ідентичності; цілісне інтегроване уявлення членів сім'ї щодо сімейних цінностей, статусу сім'ї, стилю сімейного життя, сімейних ролей, норм і правил взаємодії. Провідною функцією «образу Ми» є регуляція поведінки членів сім'ї та узгодження їхніх позицій. Джерелом формування «образу сім'ї» є спільна діяльність та внутрішньосімейна комунікація.

У дисфункціональних сім'ях актуалізуються захисні механізми, які сприяють формуванню неадекватного «образу Ми». Неадекватний образ «Ми» – це узгоджені уявлення членів сім'ї про такий контекст існування, який не відповідає їхньому актуальному життєздійсненню. Такі міфи називають деструктивними, оскільки вони сприяють руйнуванню нормальної життєдіяльності сім'ї [3]. Деструктивні міфи перешкоджають розвитку індивідуальності кожного члена сім'ї. У результаті накопичується багато напруги через неможливість бути собою, висловлювати та реалізовувати свої потреби у сім'ї. Мета дисфункціонального міфу – закамфлювати конфлікти та незадоволені потреби членів сім'ї, сприяти згуртуванню шляхом вірування в ідеалізований образ «Ми», сховати від свідомості існуючі протиріччя. Наприклад, коли члени сім'ї кажуть: «Ми – дружна сім'я», це не завжди означає наявність дисфункціонального міфу. Якщо у презентації себе члени сім'ї озвучують: «Ми дуже дружна сім'я. Переважно ми ладнаємо між собою. Звичайно, бувають іноді сварки, непорозуміння, але ми таки знаходимо можливість обговорити ці протиріччя між собою та знайти спільне рішення». Тоді йдеться про певне реалістичне уявлення членів сім'ї про свою взаємодію і це свідчить про адекватний образ «Ми».

У сім'ях, де існує дисфункціональні міфи «Ми – дружна сім'я», «Ми ідеальна сім'я», найчастіше лунають такі тези: «Ми ніколи не сваримося. Ми завжди розуміємо одне одного з пів слова. Ми постійно дослухаємося до думки кожного члена нашої сім'ї. У нас в домі панує мир, любов та порозуміння. Ми всі дуже схожі, тому нам неважко бути разом». У таких сім'ях існує негласна заборона на відмінності, висловлювання своєї точки зору та відстоювання її. Відповідно, якщо не можна виявляти свою індивідуальність, то й неможливо висувати відкрито потреби. Відтак єдиним варіантом залишається такий: інші члени родини мають постійно здогадуватися про нагальні потреби один одного. Отже, якщо потреби не вдається реалізувати й сказати про це теж неможливо, оскільки панує ідея – «ми ж усі дружні і не сваримося», то неминуче накопичува-

тиметься образа. Поступово, з часом, індивідуальні непромовлені образи трансформуються у серйозну кровну образу, яка вже перебуває за межею ситуації та людини.

4. Відсутність чітких міжособистісних меж. Психологічна межа – це віртуальна границя між системою та оточуючим світом, яка постійно змінюється. У психологічних меж існує багато функцій – інтегративна, захисна, диференціація, функція акцентування та формування здатності до розрізнення. Серед окреслених функцій останні три покликані підкреслювати унікальність кожної людини в сімейній системі. Незважаючи на спільність у біологічному контексті, кожна особистість відрізняється від інших власними бажаннями, цілями, переживаннями, поведінкою тощо.

Якщо в сімейній системі психологічні кордони порушуються і стають дифузними, тоді практично немає різниці між рідними. Члени такої сім'ї психологічно залежні один від одного, оскільки в них дуже багато спільного і практично немає особистого, індивідуального. Відповідно, у подібних стосунках почуття однієї людини дуже швидко можуть викликати схожі переживання в іншій. Наприклад, образу однієї людини можуть підтримати декілька рідних, які переживатимуть це почуття образи як власне. Така недиференційованість на рівні сімейної системи призводить до зараження емоційними переживаннями та некритичного ставлення членів сім'ї до навколишньої дійсності.

Очевидно, формування кровної образи розгортається поетапно. Можемо припустити, що її виникнення та передача в межах сімейної системи відбувається так: на початку ланцюжка перебуває людина, яка відчуває образу на близьких. Ця індивідуальна образа через певні причини не може бути вербалізована в сімейній системі. Отже, вона приховується і напруга не може бути відреагована. Якщо у відносинах немає можливості виявити свої переживання, то поступово накопичені почуття та емоції сприяють формуванню образу ворога.

Спираючись на визначення С. Олексієнко та Л. Герман, можна зазначити, що образ ворога – це сформоване в індивідуальній свідомості стереотипне уявлення про будь-кого, що являє реальну або уявну загрозу цілісності та існуванню людини; засноване на упередженнях, установках і негативних ідентифікаціях та зберігається протягом тривалого часу. Ідентифікація іншого в якості ворога здійснюється на основі недиференційованого стійкого комплексу ставлень. Для того щоб образ індивіда в свідомості набув образу ворога, ця людина має шкодити, принижувати, ображати, виявляти агресію та ненависть. Саме таке ставлення зумовлює ідентифікацію іншого в якості ворога [4].

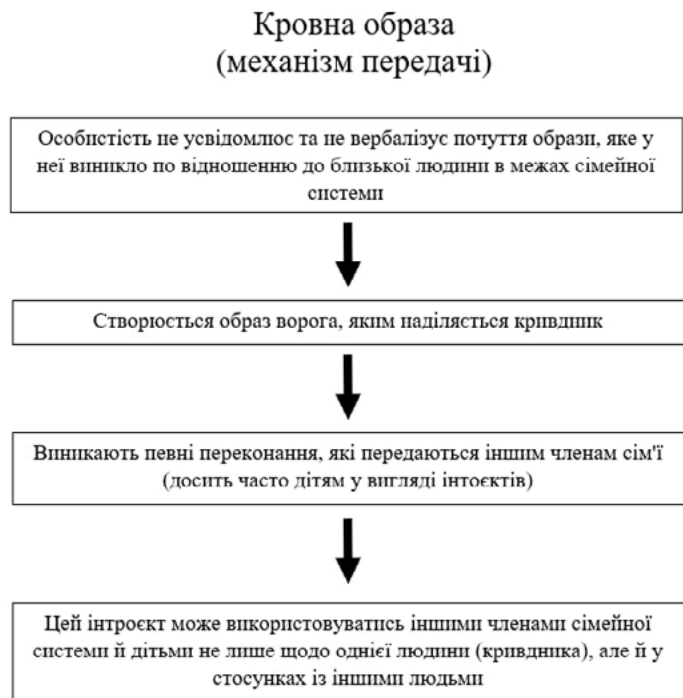


Рис. 1. Механізм формування та передачі почуття образи в межах сімейної системи (кровна образа)

Отже, невідреаговане почуття образи в сукупності з уявленнями людини щодо іншого спричинюють формування образу ворога. У подальшому відбувається таке когнітивне спотворення реальності, де кривдник наділяється негативними якостями, а всі його позитивні сторони не помічаються. Разом із цим образом ворога виникають деякі переконання, які підкріплюють у свідомості людини впевненість, що «ця людина погана», «з нею не варто продовжувати стосунки», «він не вартий того, щоб бути родичем» тощо. Ці переконання поступово знеособлюються, узагальнюються та набувають характеру настанов, які у процесі комунікації передаються й іншим членам сім'ї. Найчастіше найчутливіші до них бувають діти. Набуваючи таких інтроєктів у процесі взаємодії, людина може використовувати їх у своєму житті вже не тільки до члена сім'ї, але й у спілкуванні з іншими людьми. Схематично механізм передачі образи в сімейній системі зображено на рис 1.

Висновки. Почуття образи є важливим й багатограним феноменом емоційної сфери особистості. Здебільшого у наукових розвідках йдеться про індивідуальний аспект цього переживання. Водночас поза межами уваги залишається виникнення та передача почуття образи в межах сімейної системи (кровна образа). Виникнення кровної образи зумовлено низкою причин, серед яких найбільш вагомими є незрілість особистості та дисфункція сімейної системи.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Корчакова Н., Безлюдна В. Прощення як просоціальний феномен. *Психологія: реальність і перспективи*. Збірник наукових праць РДГУ. 2022. №18. С. 5-17.
2. Кравчук С.Л. Схильність до прощення як предиктор зниження депресії. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2021. № 2. С. 118–125.
3. Кучманіч І. М. Психологія сім'ї : навчально-методичний посібник. Миколаїв, 2018. 180 с.
4. Олексієнко С., Герман Л. Ворожість та образ ворога в сучасній психології. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія : Психологія*. 2017. Вип. 1. С. URL: <http://irbis-nbuv.gov.ua> (дата звернення 28.11.2023).
5. Свертілова Н.В. Диференційно-психологічний аналіз переживання образи : автореф. дис. ...канд. психол. н. : 19.00.01. Одеса, 2017. 22 с.
6. Granjon E. Transmission psychique et transferts en therapie familiale psychanalytique. *Gruppo*. 1989, 5. P. 47–58.
7. Mijolla A. Prehistoires de famille. Paris: PUF, 2004.
8. Perls, F.S. *Gestalt Therapy Verbatim*. Lafayette, California: Real People Press, 1969a; New York: Bantam Books, 1974.