

ВИКОРИСТАННЯ МЕТАФОРИ АРХЕТИПІЧНОГО ЦИКЛУ ДОСВІДУ В ПСИХОЛОГІЧНОМУ КОНСУЛЬТУВАННІ

Статтю присвячено розробці методичного інструментарію для проведення консультативного аналізу психологічних проблем клієнта. Запропонована Модель аналізу архетипічного циклу досвіду використовує метафору зодіакального кола, яка має глибоку архетипічну символіку й активно вживається в езотериці та астрології.

Важко переоцінити значущість ідеї несвідомого в практиці не лише особистісної терапії, а й консультування. У центрі уваги статті такий ракурс розуміння несвідомого, який К. Юнг означив у ідеї про існування «душі світу» (anima mundi), з якої твориться свідомість людини. Концепція, яка полягає в усвідомленні себе як відображення колективної психіки, продуктивно розробляється в рамках постмодерністського структуралізму, а саме в площині екопсихологічного дискурсу - течії, презентованої в 80-ті роки минулого століття Дж. Хіллманом [7; 8]. Зазначений підхід суперечить установкам сучасної психотерапії з її глобальною концентрацією на внутрішніх проблемах людини, гіперболізацією і широкою екстраполяцією їхнього значення в усі сфери людського життя, розвиваючись у руслі уявлень неоплатоніків про «універсальну психіку», асиміляція якої дасть змогу людині подолати життєві кризи. Подібні установки розкривають широкі можливості для побудови сучасної парадигми консультування. Особливо це стосується консультування, «орієнтованого на рішення» (С. Шейзер, І. Ліпчик, Т. Ахола, Б. Фурман та ін.), - на пряму, який з нашої точки зору є найбільш продуктивним для створення концептуальної моделі індивідуального консультування в Україні з огляду на особливості української ментальності.

Досить часто клієнт психолога, потрапляючи в складні життєві ситуації, скаржиться на депресію, відчуття безвиході. Він не в змозі відрефлексувати причини своїх труднощів, адже без спеціальних знань складно пояснити психологічні закономірності розгортання якого-небудь переживання. Спостерігаючи за собою, людина помічає наявність типового для себе способу життя, завдяки якому суб'єктивні фрагменти ніби зв'язуються єдиним почерком, але самотужки простежити та узагальнити універсальну психологічну складову, на якій, власне, ґрунтується процес діяльності, не може. Однак саме цей внутрішній, архетипічний алгоритм керує людиною, як маріонеткою, і без усвідомлення залишається нерозгаданим, викликаючи страждання та відчай. Психолог-консультант здатен перевести на свідомий рівень деякі екзистенційні універсали і таким чином суттєво покращити психологічну компетентність людини. Запропонований матеріал **має на меті** озброїти психолога-практика надійною схемою консультативного аналізу, що сприятиме психологічному завершенню циклу досвіду, що став для клієнта проблемним.

Справді, у символічному вигляді кліше подібного досвіду давно узагальнені в культурі, фольклорі, різного роду артефактах, або «культурних консервах», як любив говорити Я. Морено.

З глибин колективної свідомості вони й запозичуються людиною, але, не ставши предметом усвідомлення, можуть не спрацьовувати, відкидаючи її в безодню безпорадності й розпаду. Завдання психолога - визначити, де і з якої причини блоковано послідовне переживання реальності, як допомогти людині рушити далі, щоб отримати логічно завершений цикл досвіду і відчуття внутрішньої рівноваги і сили. Психолог має сприяти відновленню внутрішніх опор, що рухають хворобливі переживання у свідомості людини до завершення. Для цього спеціалістові самому слід добре знати, як це відбувається, мати у своєму розпорядженні детальну карту-схему, яка б служила дороговказом на шляху розгортання процесу усвідомлення.

Щоб створити необхідний методичний інструментарій, потрібно перекинути місток зі свідомості в несвідоме. Для такого випадку доцільно скористатися системою символів, яка б описувала все, що відбувається з досвідом на свідомому і несвідомому рівні одночасно. Для цього необхідне поняття архетипу, що якнайкраще пояснює специфіку структур свідомості, які відповідають за асиміляцію конкретного досвіду [10]. За К. Юнгом, архетипи є структурно-формуючими елементами несвідомого. Ці універсали¹, що перебувають у глибинах несвідомого, регламентують сприйняття і проживання життя людини, мають загальні закономірності для всього людства. Важко стверджувати, чи є вони вродженими, чи набутими на перших етапах життя. Зрозуміло одне: закони нашого земного життя достатньо стабільні, і суб'єктивна свідомість, засвоюючи їх, вкотре проходить один і той же шлях, який можна узагальнити і компактно подати для усвідомлення.

К. Юнг вважає, що архетипічне знання не залежить від рівня отриманих звичним шляхом знань. Воно відкривається людині в досвіді й усвідомлюється через демонстрацію світові конкретної дії, вчинку, створення якогось предмета. Імпульси, на основі яких розгортаються ці правічні «рисунки життя», могутньо підкріплені енергією несвідомого. Вони презентують внутрішню інтенцію людини. Архетипічна схема, що реалізується, залежить від того, який імпульс її започаткував. Архетипічну природу має також і подальша трансформація імпульсу в результат, і кожен її рівень може бути представлений власним архетипом.

У процесі життя первинні схеми розвиваються, ускладнюються, однак лише усвідомившись, як вважає К. Юнг, можуть перебудуватися власною волею людини. Наприклад, людина, яка не вміє доводити справу до кінця, може зрозуміти, на якому архетипічному кроці відбувається зрив, і, знаючи «правильну» послідовність, здатна проаналізувати «зупинку» і відновити подальший поступальний рух. Чітко усвідомлюючи, що відбувається, людина, зрештою, навчиться керувати тим, що раніше вважала невірним, наприклад у своєму характері. Однак люди часто навіть не здогадуються, що їм у безвиході або депресії просто бракує певного психологічного інструментарію, тобто навичок, які всього-на-всього необхідно засвоїти.

Спробуємо заповнити цю прогалину і представити один з універсальних зрізів архетипічного, який активно використовується в езотериці та космології, має глобальне значення для усвідомлення колообігу життя, однак майже не згадується в психологічній літературі.

Перш за все з'ясуємо поняття циклу досвіду. Філософи визначають будь-який алгоритм життя як рух по колу. Все, що з'являється під Сонцем, має свій початок, розвиток і кінець, за яким настане новий початок. Споконвічне коло повторюється мільйони разів у всіх проявах життя, і це не могло бути непоміченим. Недарма перші наскальні символи багаторазово повторювали одне й те ж саме зображення - коло. Ця бездоганна форма, що містить початок і кінець, небо і землю, світло і п'тьму, чоловіче і жіноче - всі протилежності існування, досконала саме тому, що самодостатня. Символ кола - уроборос — найбільш розповсюджений і священний у всі часи і для всіх народів.

В езотериці коло уособлює вічну зміну творення, здійснення і руйнування. Китайська метафора кола «У-сін» пропонує ще більш диференційовану психологічну послідовність реакцій на перешкоду: нагромадження інформації (тривога), смиренність (сум), капітуляція (страх), концентрація (гнів), стадія подолання перешкоди (радість). Складаючи основу світобудови, подібні алгоритми вже давно мають форму архетипів і по праву посідають почесне місце в анналах колективного несвідомого¹. Демонструючи ключову еволюційну стадію, коло як трансперсональний фактор неминуче має бути представлене у психічній структурі кожної людини. Е. Нойман

¹ У своїх роботах Роберт Авене показав, що архетипічна психологія є не що інше, як паралельне трактування положень деяких східних філософій [7, 87]. Напрацьований на Сході досвід зберігає безліч уявлень про світобудову і людину. Однак Західний світ, спираючись на ті переваги, які запропонував інтелект, пішов своїм шляхом і відкинув багато вже готових знань більш глобального масштабу, ніж ті, які людство отримує в неперервному ситуативному експерименті.

зауважує: «Більше того, його реальність знову пізнається кожним в ранньому дитинстві, і особисте переживання дитиною цієї стадії, що передує Еґо, відновлює старий шлях, пройдений людством» [3, 28].

Таким чином, будь-яка діяльність у цьому світі неминуче слідує по вічному колу буття. Людина відчуває це і на свідомому, і на несвідомому рівні. Однак, захищаючись від думок про кінечність життя, біль і хвороби, вона намагається витіснити ту частину знання, що стосується руйнування, забуваючи про безцінний потенціал вселенської любові, який природа вкладає і в цей фрагмент свого існування. Не пропускаючи у свідомість уявлень про дуальність світу, протистояння життя і смерті, творення і руйнування, людина деформує сприйняття реальності, створює бар'єри у перебігу власної психічної діяльності. Несприйняття невідворотного руху по колу — ось причина психологічної проблемності будь-якого змісту.

Чому ж у багатьох випадках свого життя людина погано усвідомлює внутрішню схему проходження по колу у формуванні досвіду? Звичайно, живучи в суспільстві, де у колективній свідомості й колективному несвідомому цей феномен наявний, людина просто не може не асимілювати його, адже схема набуття досвіду в психіці напрацьовується змалечку. Однак є сенс замислитись, що, з'являючись уперше дуже рано, коли багато речей входять у психіку мало усвідомленими, цей алгоритм так і залишається поза свідомим сприйняттям.

Вперше пройшовши по колу за допомогою іншої людини і своїх відчуттів, дитина імпринтує схему і, відповідно до свого віку, непогано долає труднощі, що виникають. Пізніше у свідомості визрівають більш диференційовані й надійні схеми, але вони, як правило, обслуговують нові зв'язки і відносини, а первинний досвід через свою архаїчність може певною мірою залишатися незмінним. Автоматизоване здобування досвіду не є проблемою, доки в житті людини не виникають «моменти пізнання істини», що вимагають істотного прориву в розвитку самоусвідомлення.

В історико-культурному аспекті практичну психологію передусім цікавить, як виникають перешкоди в набутті подібних знань. Цілком імовірно, що асиміляція попереднього психологічного досвіду наступними поколіннями належить донелінійним процесам, оскільки, отримуючи наслідок свого епохи, вони не завжди мають прогресивний характер. Так, наприклад, залежно від рівня духовності, одні епохи віддають пе-

ревагу більш диференційованому і глибокому осмисленню життя, взаємозв'язку людини з навколишнім світом, а інші — замінюють вироблення досвіду спрощеними схемами або, підкоряючись загальнокультурним механізмам психологічного захисту, взагалі препарують деякі його аспекти.

Представлена нижче модель переживання досвіду, подібно до інших стійких алгоритмів мислення (приміром, сприйняття часу, логічні операції тощо), має виконати роль внутрішньої опори в сприйнятті дійсності. Однак вона має суттєві відмінності від інтелектуальних побудов, бо на противагу алгоритмам розуму, які зорієнтовані на пізнання світу, спрямована скоріше на пізнання себе відносно світу. Якщо результатом пізнавальної інтелектуальної діяльності є знання, на яких будуються наукові викладки, то Модель аналізу архетипічного циклу досвіду (далі — МААЦД) має унормовувати перебіг емоційних станів та переживань. Власне кажучи, вона й належить до категорії відношень (Мясішев В. Н.), тісно пов'язаної з вольовою й емоційно-ціннісною діяльністю людини. У зв'язку з тим, що людська емоційність часто провокує зриви і непослідовність у розумінні й прийнятті себе, унікальність власної особистості, спроектована на реальність, не піддається строгому й однозначному сприйняттю, а збудливість та хвилювання заважають вчасно усвідомити та узагальнити алгоритм формування досвіду. З огляду на підвищену емоційність розрив у самоусвідомленні можливо легше подолати ззовні завдяки рефлексії, ніж зсередини, чекаючи, поки дозріють структури внутрішнього забезпечення.

Природно, що у колективній свідомості можна знайти багато шляхів того, як адекватно приймати себе і результати своєї активності. Здебільшого ці знання представлені у людській культурі у вигляді вторинних інститутів (А. Кардінер) — мистецтво, релігійні системи, духовні традиції. Духовні наставники попереджають, що освоєння духовних знань та досвіду вимагає достатньо тривалого учнівства або служіння. Однак сучасна людина має такий рівень інтелектуально-інформаційного забезпечення, який дає їй змогу отримати адекватне ставлення до себе «меншою кров'ю» та за короткий час, ніж того вимагає шлях духовної традиції. Проте і в цьому разі людині необхідно мати наставника, роль якого може виконати психолог.

Формувати опорний алгоритм, що полегшує рефлексивний аналіз, краще в процесі метафорично-символічного дискурсу. Спершу для покрокової диференціації циклу досвіду слід вирі-

шити, яку кількість кроків варто виділити для розв'язання нашого завдання. Априорі цикл досвіду не може складатися менше ніж із трьох кроків, оскільки якщо число «один» асоціювати з конкретною свідомістю, то щось у ній з'являється лише за наявності активного зв'язку з чимось іншим (суб'єкт, об'єкт, усвідомлення). А для того щоб визначити, що ж узагалі відбувається у третій позиції - позиції рефлексії, потрібно для початку вийти з неї. Крім того, беручи до уваги людську специфіку відображення світу, трикомпонентна модель має бути ускладнена переробкою двох планів циклу досвіду — плану реального рішення (на поведінковому рівні) і плану ідеального рішення проблеми (на внутрішньому рівні). Врахування внутрішнього плану дій зумовлює появу ще одного, четвертого, виміру - можливості, вийшовши зі своєї ситуації, передбачити перспективи й інтереси системи, в якій перебуваєш, і здійснити яку-небудь креативну дію, взявши відповідальність за результат вчиненого. Крім того, є можливість піти ще далі і, піднявшись над ситуацією (п'ятий рівень), прийняти якусь універсальну (духовну) точку зору на те, що відбувається.

Систему покрокового аналізу можна кількісно диференціювати як завгодно, однак ми зупинимося на числі «дванадцять», тому що «дюжина», розчленована на частини, легко схоплюється людською пам'яттю. Число «дванадцять» може бути представлене і як «2 · 6» (дві половини, шість пар), і як «3-4» (три квадранти, чотири тріади). Людство міцно прив'язане у своїх земних ритмах до числа «дванадцять». Найближчим символом, що стоїть за цим числом, є зміна пір року - дванадцять місяців, тобто зодіакальне коло, яке регламентує ритмічність природних трансформацій. Зауважимо, що в людській культурі безліч прикладів, де використовується кількісна розбивка, аналогічна саме природним явищам, як найбільш прийнятна, звична і зрозуміла людині.

Метафора зодіакального кола, як жодна інша, напрочуд точно відповідає методичним вимогам, що ставляться до базової метафори, оскільки вона: 1) дає змогу дуже просто, доступно, яскраво описати складну діалектику циклічності, коловороту змін; 2) добре запам'ятовується; 3) почасти знайома кожній грамотній людині. Подібний пояснювальний принцип використовувався людством неодноразово [9], тому назви і відповідний зміст астрологічних фаз «на слуху» в кожного потенційного клієнта.

Ідея поступального руху та ідея багаторівневої проробки проблеми є досить продуктивними. У консультативній психології вже є гідний приклад такої ефективної програми. Це програма роботи з адикціями «Дванадцять кроків» (автори-розробники моделі - А. Марлат, Т. Горски та ін.), яка в останні десятиліття здобула поширення в цивілізованому світі. Секрет її успіху полягає у визнанні адиктивної поведінки хворобою, яку потрібно викоринювати, систематично просуючись («крокуючи») до запланованого результату, а також у важливості духовного орієнтури видужання.

Узагальнюючи відповідний досвід, можна гарантувати, що продуктивність запропонованої Моделі аналізу архетипічного циклу досвіду забезпечать такі принципові положення:

1) диференціація будь-якої діяльності на ряд кроків-завдань спрощує не тільки її усвідомлення, а й реалізацію;

2) дискретність дозволяє вичленити систему обов'язкових кроків, що невідворотно спрямовують процес до завершення;

3) будь-який досвід з метою надійної асиміляції має бути усвідомлений одночасно у кількох земних вимірах: матеріальному (тілесно-діяльний аспект), душевному (емоційний аспект) і духовному (трансцендентний аспект);

4) логічного завершення циклу досвіду можна досягти завжди - якщо не на матеріальному, то на душевному або духовному рівні;

5) модель буде ефективною, якщо вона побудована на архетипічній основі;

6) досягти усвідомлення, яке здійснюється за запропонованою моделлю, допомагають не тільки опис алгоритму, але й розуміння логіки механізму його функціонування.

Отже, починаючи покроковий опис алгоритму **Моделі аналізу архетипічного циклу** досвіду, нагадаємо назви знаків-стадій та їх послідовність у зодіакальному колі (Овен, Тілець, Близнюки, Рак, Лев, Діва, Терези, Скорпіон, Стрілець, Козеріг, Водолій, Риби) та розкриємо загальний метафоричний зміст кожної зодіакальної структури.

1. В житті будь-яка реальна справа починається з імпульсу (потреби, нестатку, інтересу тощо). Це фаза енергії **Овна**. У консультативному діалозі важливо визначити, у чому саме полягає ідея, наскільки чітко людина усвідомлює інтенцію, що нею рухає. Овном керує стихія вогню, а вогонь, створюючи, руйнує, перероджує і приховує у собі перехід у щось інше. Часто захоплена ідеєю лю-

дина вперта і нерозумна, вона не може відкинути нераціональну ідею, оскільки нею керує якийсь дуже сильний потяг або страх. Забавляючи, вже не можна бути колишнім, дорога назад неможлива — незроблене може відчуватися як втрата, страждання. Обговорення й усвідомлення енергії інтенції дозволяє зміцнитися в ідеї, напрямі, диференціювати атрактор або відмовитися, «зжити» ситуацію без відчутних наслідків.

Ключові слова: інтенція, ідея.

2. Фаза **Тільця** - це вибір об'єкта, народження усвідомленого наміру. У консультуванні особливий акцент робиться на тому, як відбувався вибір, чи зроблений він остаточно, чи, можливо, крок зроблено під тиском, при внутрішньому конфлікті або від безвиході. Особливо слід з'ясувати, чи наявні в цьому акті заміщення, підміна, підробка («хочу одне, а роблю інше»). **Ключові слова:** вибір, засів.

3. Сузір'я **Близнюків** презентує третій рівень, стає його прямим символом, оскільки вимагає відповідності розпочатої справи зовнішнім реаліям. З одного боку, це заява про себе і свою ідею, з іншого - це узгодження її з тим, що вже існує, тобто вписування в рамки часу, простору, відповідальності. Близнюки символізують згоду, об'єднання, уподібнення й уособлюють або напругу, протистояння, або гармонію. У життєвій ситуації це важливий крок оприлюднення свого вибору, самовідданої «обіцянки» собі й іншим не звертати з обраного шляху. Людині важливо прислухатися до оточення, відчувати, любити його, щоб вписатися в нього, стати з ним єдиним цілим. У консультативній практиці обговорюється зворотний зв'язок, акцентується увага на несвідомих реакціях. Раціонально співвідносячи бажання з можливостями, людина зможе краще реалізувати їх. **Ключові слова:** декларація, узгодження.

4. Заявивши публічно про свою ідею, людина може почути багато критики, відчуття агресії, опір. Втілюючись, ідея трансформується, пристосовується до наявних умов, іноді видозмінюючись до невпізнанності. Тому на четвертому етапі людина, подібно до зодіакального **Раку**, «задує», переживає страх і невпевненість. Активізуються непережиті травми минулого, спрацьовують комплекси. Вона лякається змін. У разі опанування своїх переживань ця стадія приносить відчуття величезної внутрішньої перемоги, сили і мужності. У деякому сенсі це зречення на користь творення. Надана психологом підтримка дає змогу людині подолати звичку «задувати», перемогти «ракову пухлину» астеничного застою. Базові психотерапевтичні навички вислуховуван-

ня, безумовне прийняття, порозуміння й емпатія нівелюють травми та комплекси - людина вирівнюється, мужніє у своєму прагненні довести почате до кінця або переосмислити марні клопоти.

Ключові слова: вразливість, чутливість.

5. Залучення ресурсів і пошук засобів для здійснення проекту починається під зодіакальним знаком **Лева**, який символізує силу, наснагу, харизму. Сонячний Лев відкриває таланти, вселяє віру, дарує енергію, піднімає й надихає інших людей. Людина планує, організовує, фактично, починає конкретну діяльність. Важливо не переоцінити свої сили, використати наявні знання про світ і про себе. Обговорення цієї фази діяльності в консультуванні полягає в тому, щоб правильно встановити відповідальність, пройти на межі між наснагою і примусом, творчо поставитися до реалізації задуму, знайти нестандартні рішення в справі і взаємодії з іншими людьми. **Ключове слово:** наснага.

6. Зодіакальний знак **Діви** — стадія скрупольозної праці, уважного детального пророблення кожного пункту плану, що вимагає великої працездатності, терпіння, ретельності розуму і відданості, посидючості й відповідальності, вміння самозречено служити ідеї. Саме Діва демонструє істинність і силу інтенції, чистоту помислів, «шлях серця», перевіряє людину «на злам», нещирість. Визначальним є уміння трудитися, виконувати рутинну і часом непривабливу роботу, бути дисциплінованим і організованим. Стадія Діви несе відчуття тягаря, «свого хреста», що тисне на плечі. Проблеми людини, що має труднощі на цьому етапі, пов'язані з відчуттям надмірної повинності, компульсивності, трудоголізму або з відсутністю подібних тенденцій. На цьому етапі психологові буває досить складно домогтися такого душевного стану людини, при якому вона привласнила б свої інтенції, знайшла сенс у щоденній копіткій праці. Допомогу в проходженні цієї стадії можна надати, апелюючи до почуття любові, істинних цінностей. **Ключове слово:** служіння.

7. Сьомий крок знаменує перехід під сузір'я **Терезів** — метафори, що промовляє сама за себе. Основним стає порівняння отриманого результату з ідеальним варіантом, котрий очікувався. Оцінка діяльності важка і невдячна, вона приховує велику напругу і безліч негативних емоцій. Щоб оцінити зроблене, людина використовує мірила та морально-етичні стандарти, що існують у культурі. Часто справа, яка дотепер давала наснагу, здається недосконалою, втрачає значимість. Важко протистояти чужій оцінці, критиці й самокритиці. Однак консультант здатний

повернути людині вміння слухати своє серце, не впадати у розчарування і бездіяльність, прощати собі та приймати відповідальність за вибір і за те, що вийшло, бути «компетентним у часі». *Ключові слова: оцінка, мірило.*

8. Дуже важливим в архетипічному розгортанні процесу є восьмий крок. Якщо перші шість кроків рухають активність у матеріальній площині і в площині свідомості, то наступні кроки являють скоріше внутрішній, а не зовнішній план дій, тобто цей етап знаменує перехід з площини реальності у світ сутнісних перетворень. Починаючи з цього кроку зникає однозначне пояснення того, що відбувається, виникає багатоплановість мотиваційного підґрунтя, внутрішній конфлікт через протистояння добра і зла. Не поставивши на рівні Терезів «усіх крапок над і», людина переносить проблеми (незадоволення, жаль, незавершені плани, образи і т. д.) під знак **Скорпіона**, тому цей архетип акумулює енергію внутрішнього спустошення і руйнування. Конфліктність, вносячи надмірну емоційність і драматизм, змушує людину діяти яскраво, демонстративно, часто необачно і недалекоглядно. З одного боку, цей крок надає можливість відокремити корисне від тлінного й застарілого та змиритись, з іншого - назавжди поринути в застійні переживання. Недаремно сузір'я Скорпіона в більшості традицій є знаком потрійним, переломним. Його символізує, залежно від результату, або Скорпіон (неприйняття, непростення, самознищення), або Голубка (смирненість), або Орел, що, отримавши спонукання до духовного прозріння, високо злетів над світом плоті. Клієнт психолога, страждаючи від самоїдства, як справжній скорпіон, намагається відкусити собі хвіст. Він не приймає інших, себе, свого минулого, потопає в претензіях до навколишньої дійсності. Важливо зрушити його з «мертвої точки» патогенного кола мислення, допомогти асимілювати конфліктну напругу, спонукати до упокорення або переосмислення того, що відбувається. Попри весь драматизм, саме психологічні зрушення дають змогу людині віднайти в собі сили, щоб рушити далі до завершення циклу. *Ключові слова: конфлікт, деструкція, ризик.*

9. Під знаком **Стрільця** пережите раніше узагальнюється і класифікується, виробляється нова або трансформується стара система поглядів, переконань, світогляду. Можливі кілька варіантів: відкинути всякий жаль і відмовитися від невідомої справи; внутрішньо прийняти або не прийняти те, що сталося, надавши йому зміст; позитивно переоцінити отримане незалежно від того, що відбулося. Фаза Стрільця - важливий

момент остаточного вибору внутрішньої орієнтації: або це вихід за рамки себе, розуміння системних процесів, бачення віддалених обривів життя, або ще більше звуження свідомості на своїх егоїстичних потребах і бажаннях. У деякому сенсі з цього моменту кінцевий результат циклу вже визначений. Усвідомлено чи неусвідомлено відбувається внутрішнє переродження, і людина або рухається до гармонізації з усім сушим, або прирікає себе на страждання. Якщо остаточне рішення приймається на користь меркантильного і матеріального, то людині важко бути щасливою, адже плоть смертна й ненаситна, а перспективи будь-якого починання невітні. Подолання блокувань на цьому етапі в консультативній роботі неможливе без духовних прозрінь. Необхідні нові знання про світ, перебудова особистісних концепцій, подолання деструкцій, страхів, вибудовування нових світоглядних установок та смислів. Завдання консультанта - внести в процес духовність та трансцендентність, змінити ставлення у бік сильнішої волі й інакомислення. *Ключові слова: відновлення — стагнація.*

Фазою Стрільця відкривається завершальний період природного життєвого циклу, основною характеристикою якого є руйнація для майбутнього відродження. Йому властиві конструктивно-деструктивні тенденції, що спричиняють або істотне творче перетворення минулого, або його повне знищення для розвитку принципово нового.

10. На стадії **Козерога** після творчого переосмислення в Стрільці починається втілення в життя нових цілей, які виходять за рамки особистісного. Нові особистісні смисли гармонійно включають завдання соціального характеру і водночас відповідають трансцендентному. При роботі шляхів досягнення цих цілей виявляється новий, нестандартний, у світлі цінностей, що змінилися, підхід. Людина більше не реагує на оточення з таким трагізмом, як раніше. Вона занурена у ситуацію і водночас начебто перебуває над нею. Зменшується кількість проблем, що впливають глибоко емоційно, тому що світ сприймається не особистісно-центровано, а системно. Зростає майстерність і мудрість приймати життя таким, яким воно є. Допомога з боку консультанта полягає в тому, щоб підтримати прагнення клієнта реалізуватися в соціумі, служити альтруїстичним ідеям, навіть коли спільнота в той момент з якихось причин їх не сприймає. Якщо ж людина обрала егоцентричний напрям, вона опирається психологічному впливу, прагне знецінити авторитет психологічного знання і самого консультанта, щоб і далі наполягати на своєму.

її особисте і професійне життя перетворюються на «важкий хрест», проти якого вона повстає, втрачаючи віру у світ і себе. Хоча психолог зрозуміє будь-який вибір клієнта, однак це не завдає йому, у разі потреби, вдатися до послідовної конфронтації. *Ключові слова: альтруїзм — егоцентризм; перетворення — розчарування.*

11. Стадія **Водоля** уособлює творчість і перспективні проекти в суспільному, науковому і культурному житті, усталює гуманістичні тенденції, зв'язок людини з майбутнім. Людина відчуває себе частиною цілого — колективу, професійної співтовариства, людства, звільняється від тиску матеріальних обмежень, отримує енергію в служінні духовним цінностям, соціально-просвітницькій роботі. Розвивається внутрішня воля і незалежність. Вміючи досягати гармонійних станів, такі люди практично не потребують психолога. Вони природно сприймають страждання і радість, поважають свою неповторність і унікальність. І навпаки, люди, що обрали егоцентричний шлях розвитку, не здатні асимілювати свій досвід, вони розчаровані й деструктивні. Будучи дезінтегрованими, вони часто впадають у генералізовані депресії, коли життя проходить повз них, ніби в сні. На стадії Водоля досвід інтегрується і творчо переосмислюється. *Ключові слова: інтеграція — дезінтеграція.*

12. Знак **Риб** знаменує завершення циклу, примирення з тим, що сталося. На цій стадії будь-яка справа розглядається як маленька метафора життя. Людина або живе, «перетікаючи» разом з потоком життя, або «захлинається» отруєними, як їй здається, водами недосконалого буття. Величезного значення набуває змістовний внутрішній світ особистості. Сприймаючи світ як своє продовження, людина глибоко розуміє все, що відбувається, та правильно визначає пріоритети. Формується здатність до внутрішньої медитативної проробки емоційних проблем. На цьому етапі будь-яка справа має вигляд закінченого епізоду розвиваючого досвіду або у разі тенденції до деструкції виглядає катастрофою. Людина або відгороджується від оточення, або виявляє агресію і вимагає чогось від нього. З часом вона стає знедоленою, дратівливою, самотньою, а відтак - дезінтегрованою чи психопатичною особистістю. Гальмування справи у фазі Риб - достатньо складний випадок скоріше психотерапевтичної, ніж консультаційної роботи. Щоб відновити рівновагу між особистістю і її буттям, необхідна

значна кількість часу і сил. *Ключові слова: любов - руйнація.*

Стратегії роботи МААЦД. Будь-яке складне життєве завдання або психологічна проблема - це блокування енергії на одному з дванадцяти етапів циклу. Зрозумівши зміст скарги під час консультативної зустрічі, можна легко встановити етап, на якому виникло блокування. Завдання полягає в тому, щоб відновити рух енергії по колу. За допомогою чіткої логіки метафори варто проаналізувати стан справ та зрушити його з «мертвої точки», ініціюючи послідовність переживання зодіакальних станів. Дотримання зодіакальної структури, терапевтична проробка важких для прийняття та змирення етапів уможливить завершення кола, тобто «закриття гештальту». Зрозуміло, що людина ще не раз у своїх емоційних переживаннях буде «прокручувати» почуте, але жорстка логіка метафори та невідворотність законів буття з часом зроблять свою справу - знімуть напруження.

Однак, послідовний аналіз - ще не все, що дає застосування цієї моделі. В астрології напрацьовано багатющий досвід аналізу не тільки в рамках метафори певного знака, але й співвідношення зодіакальних знаків між собою у всіляких комбінаціях. Характер співвідношень, так звані аспекти¹, дає змогу віднайти додаткові ресурси та внести новий ракурс бачення можливостей психологічного подолання негараздів.

Астрологічні рівні-знаки, протилежні один одному, пов'язані між собою гнучкою діалектичною залежністю. Так, наприклад, імпульс-інтенція, яка виникла на першому рівні (Овен), блокується під натиском критики, що з'являється у зв'язку з включенням протилежного їй полюса (Терези). Для того щоб «врятувати» намір, тобто не відмовитись від ідеї завчасно, необхідно на деякий час «відключити» критика, що перебуває в жорсткій батьківській позиції. Блокування, що виникло через страхи на четвертому рівні (Рак), можна зняти завдяки активній соціальній діяльності (Козеріг). Копітка монотонна праця задля реалізації проекту в фазі Діви стане посиленою, коли «підтягти» ресурси з протилежного Дівам знаку Риб, тобто надихнути їх ідеєю служіння і вселенської любові.

Аналіз аспектів при діагностиці будь-якої справи дає змогу виробити кілька алгоритмів, або типових стратегій роботи. Ось послідовність

¹ Аспекти - не кутові відстані між планетами в гороскопі (в нашому випадку - між різними знаками), які ділять коло на ціле число частин, тобто опозицію (180), квадрат (90), трин (120) і т. д.

кроків, яка істотно «підживить» психологічний аналіз і пошук необхідних ресурсів.

1. Спочатку потрібно ретельно перевірити, чи все необхідне зроблено прямо на місці (аспект 0°). Детальний аналіз актуальної ситуації.

2. Додаткову енергію або ресурс можна взяти в опозиції (аспект 180°), у протилежного по осі знаку.

3. Зазвичай блокування виникає у зв'язку з емоціями, тобто в «інському» колі знаків (2, 4, 6, 8, 10, 12). Якщо актуальний стан буде вичерпано (дано можливість вилити емоції), то «колесо» самостійно прокрутиться на один крок (аспект + 30°) вперед і людина вступить в «янське» коло знаків (1, 3, 5, 7, 9, 11), тобто замість запитання «чому мені так?», поставитиме завдання «а що з цим можна зробити?».

4. Доцільно також повернути «колесо» назад (аспект -30°) і зрозуміти, що ж все-таки сталося на попередніх етапах.

5. Можна досліджувати причинно-наслідкові зв'язки в зовнішньому (янський цикл) і внутрішньому (інський цикл) просторі (аспект 60°).

6. Іноді варто призупинити рух на «інських» осях (докопатися до істинних почуттів), щоб дати можливість їм вичерпатися і трансформуватися в «янську» енергію конструктивних дій (аспект 90°).

7. І нарешті, необхідно намагатися довести переживання до завершення, до фази Риб - стану розслаблення і спокою, у глибині якого зароджуються нові імпульси Овна.

Вибудовуючи напрям аналізу відповідно до зодіакального малюнка, можна працювати як з іншими людьми, так і з собою. Робота за моделлю настільки універсальна, що можна аналізувати все, починаючи від походу на ринок і закінчуючи аналізом реалізації серйозних життєвих планів. Для прояснення картини в будь-якому консультативному випадку корисно з'ясувати, на якому етапі життєвого циклу знаходиться людина — у соціальному (справи), сімейному, романтичному та ін.

Езотерики вважають, що на кожному з дванадцяти етапів вирішується свій специфічний тип проблем. Існує навіть думка про те, що всі без винятку проблеми можна було б класифікувати в дванадцять великих класів ментальних блоків. Тринадцятого типу не існує, так само як не існує тринадцятого знака [6]. Таким чином, запропонована модель є ілюстрацією старої істини: якщо в одному місці є проблема, то в іншому — обов'язково є спосіб її вирішення. Описані алгоритми роботи переконливо доводять, що з

ментального глухого кута справді є безліч виходів.

Перевагою МААЦД є її наочність. Завдяки запропонованій схемі можна не лише швидко створити внутрішню опору просування, але й навчити клієнта самостійно працювати над собою. Усвідомлення архетипічного кола набуття досвіду в простій і зрозумілій метафорі, прозора наочна логіка залучення ресурсів до розв'язання проблеми служать клієнтові справжнім «якорем» у трансформації, розвитку або завершенні будь-якої справи.

Наприклад, молода жінка, бізнеследі, яка нещодавно розпочала свій бізнес, звернулася до психолога зі скаргою на стан внутрішнього напруження і тривоги. Зовні її справи йшли добре, але внутрішньо вона відчувала незадоволення, причину якого зрозуміти не могла. (Через півроку після цієї зустрічі вона зізналася, що в момент першої розмови переживала такий відчай, що воліла «згорнути» свій бізнес і влаштуватися хоч би й секретаркою, аби позбутися внутрішнього напруження.) Опис блокування в діяльності відповідав фазі Лева, тобто жінку мучили сумніви щодо розширення проекту, залучення в нього людей, перед якими потрібно буде відповідати. І хоча для того, щоб діяти, «руки не піднімалися», психологічні ключі, що пояснювали стан жінки, свідчили про переживання, властиві для фази Рака. Аналіз емоційних станів на попередній Ракові і наступних за Левом фазах по МААЦД показав, що на стадії Близнюків діагностується незадоволення, підґрунтям якого є відсутність впевненості у своєму праві займатися цією справою взагалі. Для поліпшення стану клієнтки потрібно було суттєво проробити протилежний Близнюкам полюс — знак Стрільця, що відповідає за формування переконань, творення нових смислів. Як тільки сенс було відновлено, справа, як потім розповідала клієнтка, отримала «друге дихання», стала бурхливо розвиватися.

Рамки статті не дозволяють продемонструвати роботу за МААЦД детальніше. Однак читачі зможуть самостійно попрацювати з моделлю й оцінити її ефективність. Робота з МААЦД переконує в практичній цінності подібних схем, дає змогу в короткий термін досягти переконливих результатів. А головне - розширює можливості налагодження мостів між свідомістю та несвідомим, дозволяє втрутитися в ту область психічного, яка часто залишається поза межами досяжного.

1. Ахола Т., Фурман Б. и др. Психотерапевтическое консультирование. Беседа, направленная на решение-СПб.: Речь, 2001.
2. Зеленский В. В. Аналитическая психология. Словарь.—СПб.: Б. С. К., 1996.
3. Езерская К. О принципах астромоделирования // Вестник интегративной психологии- Ярославль, 2003.
4. Нойманн Э. Происхождение и развитие сознания.- М: Рефл-бук; Ваклер, 1998.
5. Польстер И.. Польстер М. Интернированная гештальт-терапия: Контуры теории и практика.- М.: Независимая фирма «Класс», 1997- 140 с.
6. Степанове. Лекции на тему «Философия Кастанеды».- 1990.
7. ХиллманДж. Архетипическая психология.-СПб.: Б. С. К., 1996.
8. ХиллманДж. Самоубийство и душа.- М., 2004.
9. Цыпин П. Пути развития личности: астрологический подход- М., 2003.
10. Юнг К. Архетип и символ-М.: Ренессанс, 1991.

S. Vaskivska

USING OF A METAPHOR OF THE ARCHETYPICAL EXPERIENCE CYCLE IN PSYCHOLOGICAL CONSULTATION

The article is devoted to development of methodical instruments for realization of the consulting analysis of clients' psychological problems. The offered Model of the archetypical experience cycle is based on a metaphor of Zodiacal circle. This model is characterized by deep archetypical symbolics and actively used in esoterics and astrology.