

## ВИКОРИСТАННЯ КОДІВ ІСТОРИЧНОЇ ПАМ'ЯТІ УКРАЇНЦІВ У ТЕРАПЕВТИЧНИХ МЕТАФОРАХ

*Разіда Ткач<sup>1</sup>, Ольга Сербова<sup>2</sup>*

<sup>1</sup>Кандидатка психологічних наук, доцентка кафедри психології, ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна, e-mail: razidatkach@gmail.com, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1984-5081>

<sup>2</sup>Кандидатка психологічних наук, доцентка кафедри психології і педагогіки, Національний технічний університет України «Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського», м. Київ, Україна, e-mail: serbova\_olha@ukr.net, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8131-7506>

## USE OF HISTORICAL MEMORY CODES OF UKRAINIANS IN THERAPEUTIC METAPHORS

*Razida Tkach<sup>1</sup>, Olha Serbova<sup>2</sup>*

<sup>1</sup>Ph.D. (Psychology), Associate Professor of Psychology Department, «KROK» University, Kyiv, Ukraine, e-mail: razidatkach@gmail.com, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1984-5081>

<sup>2</sup>Ph.D. (Psychology), Associate Professor, Associate Professor of Psychology and Pedagogy Department, National Technical University of Ukraine "Igor Sikorsky Kyiv Polytechnic Institute", Kyiv, Ukraine, e-mail: serbova\_olha@ukr.net, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8131-7506>

**Анотація.** У статті розглянуто феномен соціальної психіки та розкрито зміст впливу архетипів на духовну трансформацію українців під час війни. Акцентовано на значенні для людини розуміння символічного життя та окреслено особливості психологічної допомоги в розвитку символічного та метафоричного мислення. Наведено короткий аналіз трактування неусвідомлених форм життя соціуму та колективного несвідомого психіки людини. Зокрема, виділені такі визначення як позаперсональна система психіки, психокультура соціуму, внутрішня мова суспільства та архетипи. Зосереджено увагу на полярні стани людини під час війни, від безпорадності та апатії до активності та сили. Наголошено на тому, що психіка людини має внутрішні механізми захисту та самоцілення, але їх треба розблокувати, «дістати» з несвідомого та свідомо ідентифікувати із власною психічною цілісністю. Вказано на значення в цьому процесі символічного мислення і мови та надано приклад використання терапевтичної метафори з використанням архетипічних символів. Визначено зміст психологічної допомоги щодо розвитку символічного та метафоричного мислення людини. Зокрема, вказано, що психолог має навчитися визнавати і відображати символічний зміст переживань клієнта, розмовляти з ним на його символічній мові та привносити в психологічні зустрічі всі елементи символічного життя. На підставі проаналізованого матеріалу й багаторічного досвіду роботи з метафорою було розроблено терапевтичну метафору «Букет з пшеничних колосків», яка була використана в психотерапевтичній роботі з гетерогенними групами українців, які перебували в різних життєвих обставинах під час терапевтичних зустрічей. Теоретично обґрунтовано та експериментально перевірено вплив терапевтичної метафори, з використанням архетипічних символів, на підвищення ресурсу та гармонізацію психіки людини.

**Ключові слова:** соціальної психіка, архетип, символізація, терапевтична метафора.

**Формули:** 0, **рис.:** 0, **табл.:** 0, **бібл.:** 8

**Abstract.** The article examines the phenomenon of the societal psyche and reveals the content of the influence of archetypes on the spiritual transformation of Ukrainians during the war. Emphasis is placed on the importance for a person of understanding symbolic life and the features of psychological assistance in the development of symbolic and metaphorical thinking are outlined. A brief analysis of the interpretation of the unconscious forms of life in society and the collective unconscious of the human psyche is provided. In particular, such definitions as the extrapersonal system of the psyche, the psychoculture of society, the internal language of society, and archetypes are highlighted. Focuses on the polar states of man during war, from helplessness and apathy to activity and strength. It is emphasized that the human psyche has internal mechanisms of protection and self-healing, but they must be unlocked, "removed" from the unconscious and consciously identified with one's own mental integrity. The importance of symbolic thinking and language in this process is indicated, and an example of the use of a therapeutic metaphor using archetypal symbols is given. The content of psychological assistance regarding the development of a person's symbolic and metaphorical thinking is defined. In particular, it is indicated that the psychologist must learn to recognize and reflect the symbolic content of the client's experiences, to speak with him in his symbolic language and to bring all the elements of symbolic

*life into psychological meetings. Based on the analyzed material and many years of experience working with the metaphor, the therapeutic metaphor "Bouquet of Wheat Ears" was developed, which was used in psychotherapeutic work with heterogeneous groups of Ukrainians who were in different life circumstances during therapeutic meetings. The effect of a therapeutic metaphor, using archetypal symbols, on increasing the resource and harmonizing the psyche of a person has been theoretically substantiated and experimentally verified.*

**Key words:** societal psyche, archetype, symbolization, therapeutic metaphor.

**Formulas:** 0; **fig.:** 0; **tabl.:** 0; **bibl.:** 8

**Постановка проблеми.** Україна та українці під час війни перебувають в архетипічному процесі «ініціації» та духовної трансформації. Перебуваючи у потоці травматичних подій війни, переживаючи стан невизначеності, людина не усвідомлює наскільки її емоційні реакції та актуалізовані внутрішні принципи й патерни поведінки наповнені історико-психологічною несвідомою мотивацією. Розігруються вони під глибинним впливом трансперсональних конструктів – архетипових відбитків долі людства, долі українського народу. Соціалізуючим чинником духовної трансформації українців, як нації та ресурсом задля збереження цілісності колективної та індивідуальної психіки є події минулого в пам'яті психосоціального свідомого та психосоціального несвідомого, яке зберігає арсенал архетипічного минулого.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** К. Юнг вказував на існування кодів історичної пам'яті людства [1]. На думку О. Шпенглера, типи епох, ситуацій та особистостей постійно повторюються, а історія змушує людину ставати на шлях саморефлексії, пошуку сенсу, сили, ресурсу через глибинну внутрішню достовірність, яка спрямовує міфологічне, релігійне і художнє мислення [2].

Психіка особистості та соціальної групи має в своїй структурі трансперсональні конструкти, які є глибинними мотиваційними орієнтаціями самої особистості та соціальної групи. Саме тому, на нашу думку, однією з основних задач психологічної допомоги українцям під час війни і є актуалізація ресурсу психіки клієнта через зіткнення зі своєю глибинною внутрішньою достовірністю, через символічне мислення за допомогою терапевтичної метафори, наповненої архетипічними символами.

Сьогодні наука впевнено промовляє про психічне не тільки як про породження мозку особистості, а й про психічне, що створюється життям багатьох поколінь та успадковується. На думку К. Юнга, людина народжується не тільки з біологічною, а й з психологічною спадщиною, яка визначає нашу поведінку і досвід [1]. Більша частина цієї психологічної спадщини закладена у структурах соціальної психіки.

За визначенням О. Донченко, соціально (від лат. *societas* – спільність) психіка – позаперсональна система, яка містить інформацію не тільки відображеного характеру, а й наслідувально-відтворювального, регулятивного, від покоління до покоління. Це своєрідна психокультура соціуму, яка втілена як у предметах, речах, текстах, архітектурі, живописи, літературі, музиці, так і в різноманітних ритмах, міміці, жестах, кольорах тощо. То навіть – історико-культурний словник окремого соціуму, в якому хоча і не всі знаки-ознаки дешифровані, але в якому народжується індивід, котрий через мікросередовище свого спілкування досягає «внутрішню мову» свого суспільства [3].

В останні роки символічне і метафоричне мислення та мова стала об'єктом уваги не тільки засновників різних напрямів психології (З. Фройд, К. Юнг, Ф. Перлз, М. Еріксон, Н. Пезешкіан та ін.), але і провідних вчених світу в галузі розуміння нейробіології символів. Наприклад, Р. Сапольські, професор біології і неврології Стенфордського університету, заявляє, що символи слугують в якості заміни, що спрощує щось складне. Так, прапор країни чи родовий герб представляє історію і цінності країни чи відповідно родовід. На думку вченого, символічна мова привнесла величезну

еволюційну перевагу. Ми отримали здібності представляти емоції з минулого і передчувати емоції з майбутнього, що ніяк не пов'язано з самими емоціями. Ми придумали театр, естетичну символіку і створили Бога як найвищий символ контролю та оцінювання життя людини Р. Сапольські вказує, що думати символами – це надзвичайно важлива унікальність людини, і що символи мають величезну владу над людьми. З їхньою допомогою ми проживаємо сильні емоції, «ми вбиваємо заради символів і вмираємо за них» [5].

В психологічній науці майже не розкриті особливості використання терапевтичної метафори з архетиповим наповненням як засобу подолання наслідків стресу, гармонізації психологічного стану та отримання ресурсу людиною. Відтак, в пошуках дієвих механізмів збереження психічного здоров'я в умовах війни породжується проблема використання кодів історичної пам'яті українців у терапевтичних метафорах.

**Формулювання цілей статті.** Мета статті – в рамках наукових знань про психіку людини, окреслити основні структурні елементи соціальної психіки українців та механізми актуалізації її ресурсу через символічне мислення за допомогою терапевтичної метафори, наповненої архетипічними символами.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Феномен соціальної психіки здебільшого стосується неусвідомлених форм життя соціуму, який має свою історію, в якій формується те, що потім у зашифрованому вигляді передають людині батьки, рідні, близькі люди. Так, стратегії і тактики поведінки оточення, особливості побуту, харчування, пристосування, захисту від ворогів обумовлені утворенням комплексів специфічного реагування історичної спільноти на внутрішні і зовнішні подразники і виклики.

Колективне несвідоме містить в собі психологічний матеріал, який не виникає у власному досвіді, він забарюється в міфах, легендах, казках, соціальній енергії. За К.

Юнгом, колективне несвідоме – наче повітря, яким дихають усі, але яке нікому не належить. Вміст колективного несвідомого – архетипи – надособистісні патерни (матриці) формування різноманітних форм матеріальної і духовної діяльності в окремому соціумі.

Під час війни у стані невизначеності психіка людини може знаходитися у різних станах: як безпорадності та апатії, так й активності та сили. Психіка людини має внутрішні механізми захисту та самозцілення, процеси адаптації людини, перш за все, є архетипами соціальної поведінки, за допомогою яких вона на несвідомому рівні створює свою реальність, патерни поведінки.

Ніяку адаптацію до зовнішніх обставин та впливів не можна вважати цілісною, доки людина не стане собою, тобто не ідентифікується із власною психічною цілісністю. Теж і з соціумом, якщо він забув, втратив чи знехтував себе глибинного та істинного. Тож, жодна людина, як і суспільство неспроможні знайти дієві нові, тобто такі, яких би не було в архетипі, форми вирішення проблем і конфліктів, самовладання та зцілення. Так Дж. Хоманс, наприклад, стверджував, що чим частіше певний тип поведінки винагороджувався в тому чи іншому соціумі, тим він стає поширенішим, створюючи відповідне соціетальне поле. Кожен соціум у своєму функціонуванні так чи інакше підпорядковується якійсь з архетипових форм, які виявляються в житті спільноти, диктує схильність суспільної поведінки і свідомості до певного типу [4].

Зміст колективного несвідомого потребує постійного інформаційного обміну із свідомим соціальним життям, це умова збереження та відновлення психосоціального здоров'я окремої людини і соціуму. Корінним захистом психіки у скрутні часи виступає базова адаптивна енергія, яка проявляється в звичаях, традиціях, вірі у надприродне й чудодійне. Доки психіка людини має доступ до системи впорядкованих часом цінностей роду, зв'язок з ними через

особистісно значущі для людини контакти в своєму середовищі, своїй культурі, доти вона відчуває себе у безпеці на базовому рівні.

Духовна атмосфера та соціетальне поле як соціальні феномени закладені в індивідуальній та колективній психіці людини, існують як психогенетичні патерни й впливають на її життя. Соціетальна психіка українця має інтроверсійну властивість – прагнення до пошуків позитивного потенціалу «образу Божого», цілісне сприйняття світу, символічне мислення, орієнтацію на традицію, неприйняття тиску ззовні [3].

Однією з ключових ідей аналітичної психології є ідея, що людина у процесі самореалізації (у юнгівських термінах – індивідуації) свідомо виявляє і встановлює стосунки з несвідомим психічним змістом. Проте процес встановлення стосунків між свідомістю і несвідомим не такий простий, оскільки вони розмовляють різними мовами. Свідоме говорить на мові конкретного знання, а несвідоме на мові абсолютного розуміння. Свідоме використовує слова, а несвідоме – образи і символи. Щоб увійти до ситуації розуміння людина повинна опанувати символічну мову несвідомого і навчитися розшифровувати її для свідомості.

У роботі «Символічне життя», К. Юнг писав: «Лише символічне життя може виразити потребу душі – смію стверджувати, щоденну потребу душі. <...> Символічне життя – це наповнене життя, в якому немає місця неврозу» [6, с. 305-306)]. Щоденна потреба душі українців виражена у ключових символах, які саме зараз надають внутрішньої сили і віри мільйонам українців. Так, наприклад, калина – український символ позачасового єднання народу: живих з тими, що відійшли в потойбіч і тими, котрі ще чекають на своє народження. Калина уособлює й саму Україну; як символ Батьківщини, вона «проросла» в гімнові січових стрільців: «Ой у лузі червона калина похилилася, Чогось наша славна Україна зажурилася, А ми тую червону калину підійmemo. А ми нашу славну

Україну, гей-гей, розвеселимо!». Сьогодні цей гімн співають і дорослі і малі українці, яких розкидано по всьому світу, й весь світ підтримує Україну, співаючи саме цей гімн.

Пшениця – символізує вічність. Золота пшениця під синім небом – символ прапору України. У духовному плані синій колір символізує духовну зрілість, а жовтий – нескінченність людського життя. У поєднанні ці два кольори знаменують взаємозв'язок минулого і майбутнього

Сніп пшениці – символ багатства, забезпеченого життя і родинного благополуччя. Особливе ритуальне значення має сніп «квітка» – останній сніп жнив, який в'язали визначеним способом: останні колоски з поля збирали в пучки, прикрашали волошками (васильками), маками та іншими польовими квітами і вручали господареві, який у знак вдячності частував женців і косарів. І цей сніп зберігали в домі на найпочеснішому місці – на покуті – аж до нового врожаю.

У зв'язку з чим, вважаємо доцільним зробити акцент на наступному: якщо людина живе символічним життям, то у неї є сенс життя, а значить немає неврозу; надавати психологічну допомогу людині потрібно в тій системі, в яку вона вірить; символічне життя складається з догми (віра), ритуалу і місця для здійснення ритуалу. У практиці надання психологічної допомоги це означає: 1) навчитися визнавати і відображати символічний зміст переживань клієнта, 2) розмовляти з клієнтом на його символічній мові, 3) привнести в психологічній зустрічі всі елементи символічного життя.

Одним з інструментів такого проникнення в несвідоме може бути переведення внутрішнього переживання людини в текст метафори, яка з'єднає в собі слово і образ і дозволить здійснити не тільки рух всередину, але і назад зовні. Таку метафору для клієнта може придумати психолог, спираючись на свої враження про клієнта і його життєвої ситуації.

Для того, щоб прихований зміст терапевтичної метафори досяг мети і був

прийнятий психікою клієнта необхідно, щоб історія [7]:

- була в чомусь ідентичною проблемі клієнта (при цьому не мала з нею прямої схожості), щоб він зміг зануритися в метафоричний світ і ототожнити себе з персонажами і подіями придуманого світу;

- пропонувала досвід заміщення (деяку модель), почувши про який і провівши його крізь фільтри своїх проблем, клієнт зміг побачити можливості нового вибору;

- мала позитивне завершення, як винагороду за усі негаразди і випробування. Метафора з щасливим кінцем надихає клієнта, покращує його настрій і допомагає набути психологічного ресурсу.

В результаті теоретичного осмислення даного питання й на основі багаторічного досвіду роботи з терапевтичною метафорою з використанням архетипічних символів, під час роботи з клієнтами утворилася терапевтична метафора Р. Ткач «Букет з пшеничних колосків» [8].

*«Ця історія трапилась у звичайній українській родині. Одного літнього сонячного дня дідусь приніс додому кілька колосків пшениці. Бабуся обережно взяла пшеничний букет з дідушевих рук, і вони удвох пішли до світлиці. Батько, мама, син і молодші доньки рушили слідом за ними. Всі знали, що зараз розпочнеться улюблене родинне свято.*

*Родина сіла за стіл, застелений білою скатертиною. У центрі столу стояла ваза з пшеничними колосками, які дідусь приніс додому минулого літа. Мама вийняла з вази старі колоски й розклала їх на столі, а бабуся поставила у вазу новий букет.*

*– Ми готові, – сказала мама і нагадала дітям, що потрібно неквапом відділяти зернята від колоска, доки батько розповідатиме родинну історію.*

*– Нашій родинній традиції вже багато років, – почав батько свою розповідь дітям. – Вона народилася дуже давно, у надзвичайно важкий рік для нашого роду. Того літа згорів майже весь*

*врожай пшениці. Колоски, що вціліли, ваш прапрадід і семеро його дорослих синів зібрали у дев'ять снопів. І коли снопи пшениці принесли з поля додому, прапрадід сказав: «У нас є дев'ять в'язок пшениці. Одна в'язка – для нас с матір'ю, сім – для вас, по одній на кожну сім'ю, а дев'ята в'язка пшениці – на посів нового врожаю. Цю в'язку ми повинні берегти пильніше, ніж решту».*

*Та біда не приходить сама. Не збереглася дев'ята в'язка – пробралися до клуні злодії та й вкрали той сніп пшениці. Може, хтось інший і зневірився б, але тільки не чоловіки й жінки нашого роду. Ваш прапрадід і семеро його синів зробили іншу в'язку. Кожен приніс по оберемку пшеничних колосків зі своїх снопів, і вийшла нова в'язка, ще більша, ніж попередня. А наступний рік був врожайним, на радість всій родині. І коли настав час збирати врожай пшениці, ваш прапрадід разом з синами вийшли в поле. Довго вони стояли серед золоті пшениці під блакитним небом і милувалися цією жовто-синьою красою. А потім кожен зробив собі букет з дев'ятьох колосків пшениці, щоб пам'ятати, що **сила роду – в його єдності та взаємопідтримці**. З того часу в нашому роду заведено зберігати букет з дев'ятьох пшеничних колосків від старого врожаю до нового, а зерна висівати в землю на пшеничному полі.*

*Коли батько скінчив свою розповідь, все зерно вже було відділене від колосків. Тепер батько, дідусь і син мали поїхати на найближче поле і посіяти там зерна пшениці, а мама, бабуся і дочки – спекти до їх повернення духмяний пшеничний хліб.*

*Так все й було. І бути інакше не могло, бо все виходить до ладу там, де **сила роду в єдності та взаємопідтримці**.*

**Висновки.** В ході терапевтичної роботи з дітьми й дорослими, українськими родинами було констатовано посилення суб'єктивного почуття єдності сім'ї та захисту роду; виникнення бажання надавати психологічну та моральну підтримку не лише членам своєї родини, а й українським співвітчизникам;

покращення емоційного стану та зниження рівня стресу. Тому, вважаємо за доцільне використання представлені терапевтичної метафори в психологічній практиці фахівців, з метою психологічної підтримки, пошуку та підвищення ресурсу та гармонізації психіки людині в сучасних умовах переживання війни.

Подальші перспективи дослідження вбачаємо у продовженні аналізу ефективності використання терапевтичної метафори в практичній діяльності психолога з клієнтом та розробки й впровадження програм навчальних курсів зі складання та використання терапевтичної метафори в роботі психолога.

#### Література:

1. Юнг К.Г. Архетипи і колективне несвідоме / Переклала з німецької Катерина Котюк; науковий редактор українського видання Олег Фешовець. 2-ге опрац. вид.. Львів: Видавництво «Астролябія», 2018. 608.
2. Spengler, O. (1993) Zakat Evropy. Ocherki morfologii mirovoy istorii [Електронний ресурс] [The Decline of the West. Essays on the Morphology of World History]. Vol. 1. Режим доступу до ресурсу: [https://www.academia.edu/10710737/Essay\\_The\\_Decline\\_of\\_the\\_West\\_By\\_Oswald\\_Spengler](https://www.academia.edu/10710737/Essay_The_Decline_of_the_West_By_Oswald_Spengler)
3. Донченко, О. Психологія трансперсональних конструктивів [Текст] / *Психологія і суспільство*, 2001. № 3. С. 44-104. Режим доступу до ресурсу: <http://dspace.wunu.edu.ua/handle/316497/29428>
4. Homans G. C. Social Behavior: Its Elementary Forms. NY, 1961. [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://www.worldcat.org/title/social-behavior-its-elementary-forms/oclc/468479330>
5. Эволюция и метафорический язык: Роберт Сапольский о нашей способности думать символами [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://monocler.ru/mozg-i-metaforyi>
6. Юнг К. Г. Символическая жизнь. 2-е изд. М.: Когито-Центр, 2013. 326 с.
7. Юнганське консультування: кол. моног./ Ткач Р.М., Сербова О. В., Сингаївська І. В. та ін.; заред. Ткач Р. М. Київ: Талком, 2021. 220 с.
8. Ткач Р. М. Букет з пшеничних колосків [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://www.facebook.com/razida.tkach/posts/pfbid033PfsYAmbH11jfNJ7SwiwU2xgKkiDdqGPa2KGFb8YNE2BzmJsx3fXBz4hnhz7quhjl>

#### Reference:

1. Yung K.G. Arkhetypy i kolektivne nesvidome / Pereklala z nimets'koi Kateryna Kotiuk; naukovyj redaktor ukrains'koho vydannia Oleh Feshovets'. 2-he oprats. vyd.. L'viv: Vydavnytstvo «Astroliabiia», 2018. 608.
2. Spengler, O. (1993) Zakat Evropy. Ocherki morfologii mirovoy istorii [Elektronnyj resurs] [The Decline of the West. Essays on the Morphology of World History]. Vol. 1. Rezhym dostupu do resursu: [https://www.academia.edu/10710737/Essay\\_The\\_Decline\\_of\\_the\\_West\\_By\\_Oswald\\_Spengler](https://www.academia.edu/10710737/Essay_The_Decline_of_the_West_By_Oswald_Spengler)
3. Donchenko, O. Psykholohiia transpersonal'nykh konstruktiv [Tekst] / *Psykholohiia i suspil'stvo*, 2001. № 3. S. 44-104. Rezhym dostupu do resursu: <http://dspace.wunu.edu.ua/handle/316497/29428>
4. Homans G. C. Social Behavior: Its Elementary Forms. NY, 1961. [Elektronnyj resurs]. Rezhym dostupu: <https://www.worldcat.org/title/social-behavior-its-elementary-forms/oclc/468479330>
5. Evoliutsyia y metaforycheskyj iazyk: Robert Sapol'skyj o nashej sposobnosti dumat' symvolamy [Elektronnyj resurs]. Rezhym dostupu: <https://monocler.ru/mozg-i-metaforyi>
6. Yunh K. H. Symvolycheskaia zhyzn'. 2-e yzd. M.: Kohyto-Tsentr, 2013. 326 s.
7. Yunhians'ke konsul'tuvannia: kol. monoh./ Tkach R.M., Serbova O. V., Synhaivs'ka I. V. ta in.; zared. Tkach R. M. Kyiv: Talkom, 2021. 220 s.
8. Tkach R. M. Buket z pshenychnykh koloskiv [Elektronnyj resurs]. Rezhym dostupu: <https://www.facebook.com/razida.tkach/posts/pfbid033PfsYAmbH11jfNJ7SwiwU2xgKkiDdqGPa2KGFb8YNE2BzmJsx3fXBz4hnhz7quhjl>