

ДИНАМІКА ПСИХІЧНИХ ПРОЦЕСІВ У ПЕРІОДИ КРИЗ, ГОРЯ ТА РИТУАЛІВ ПЕРЕХОДУ НА ОСНОВІ ПІДРАХУНКІВ МЕХАНІЗМІВ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЗАХИСТІВ

Людмила Іванова, магістерка психології,
психотерапевтка психоаналітичного напрямку
м. Одеса, Україна

DYNAMICS OF MENTAL PROCESSES DURING PERIODS OF CRISES, GRIEF, AND RITES OF PASSAGE BASED ON CALCULATIONS OF PSYCHOLOGICAL DEFENSE MECHANISMS

Lyudmila Ivanova, Master in Psychology,
psychoanalytic psychotherapist
Odesa, Ukraine
<https://orcid.org/0009-0003-3039-9040>
Lydmilaivanova@ukr.net

Знання вчить нас, як пережити занепад до відродження.
Айзек Азімов

Вступ. Ідея цієї роботи є продовженням серії доповідей, присвячених діагностичній «механіці» психоаналізу. Перша доповідь «Мультиверс однієї короткострокової терапії» містила розрахунок психічних станів моєї клієнтки, які відображали динаміку терапевтичного процесу. Друга доповідь показувала розрахунки станів норми як міри набутого досвіду і називалася «Графічні показники взаємодії норм і акцентуацій психічних станів клієнта на прикладі однієї короткої терапії». Обидві доповіді засновувалися на обробці й аналізі механізмів психологічних захистів, які спостерігалися протягом 20 сесій з однією клієнткою. Перша доповідь була представлена на 8-му Всесвітньому конгресі з психотерапії у 2017 році в Парижі (Франція), а потім вилилася у створення невеликої книги з тією самою назвою.

Ця стаття продовжує цикл досліджень, присвячених надзвичайній ролі механізмів психологічних захистів як вікон у межі діагностичного поля, що більш повно розкриває розуміння психоаналітичного процесу. Узагальнення, класифікація та опис результатів цих досліджень проводилися мною в обговореннях із колегами. З нового теоретичного матеріалу чималу роль для осмислення представлені ідеї відіграли праці українських авторів (Мороз, 2023; Ремесник, 2018; Шевченко & Оганян, 2016; Шиделко, 2018; Саржевський, 2021).

У цій роботі я виходжу з **гіпотези** про те, що повторювані фази в ситуаціях кризи, ритуалів переходу і в психоаналітичній динаміці «роботи горя» подібні між собою, хоча є породженням різних ментальних моделей. З урахуванням формату статті спершу я пропоную розглянути кожний із вказаних типів ситуацій у загальних рисах.

Аналіз останніх досліджень. *Кризи* (від грецького слова *krisis*, яке означає «поділ доріг»). У ці складні відрізки життя ми або страждаємо, перетворюємося й виходимо з кризи, створивши нові адаптивні якості ego або, не пройшовши кризу вдало, отримуємо деякі деструктивні зміни особистості. Праці авторів, які займаються вивченням стадій розвитку людини, належним чином висвітлюють таку тенденцію. Епігенетична теорія стадій психосоціального розвитку Еріка Еріксона – яскравий тому приклад (Erikson, 1959).

Узагальнюючи дослідження психологів, які займаються вивченням криз (Fink, 2002; Mitroff, 1992; Krystek, 1987; Caplan, 1963; Jacobson, 1974), та інших, можна виділити три основні стадії розгортання цього процесу:

- вхід у кризу – зазвичай відбувається через певну болісну подію, з якою немає сил впоратися через відсутність знайомих способів захисного реагування;
- робота кризи – невизначеність, внутрішнє перемелювання, муки, відчай, безпомічність, спроби й помилки, пошуки способів виходу із ситуації;

– вихід із кризи – перетворення, сила, знаходження сенсу, визначеність.

Усі ці стани добре знайомі тим, хто вивчає цю проблематику. Виходячи з власного професійного практичного й досвідного досвіду, можу узагальнити, що кожна вдало пройдена криза є трансформуючим переходом на новий етап розвитку, кожна з них на початку супроводжується болісним відчуттям покинутості (я покинув територію рівноваги, я залишив себе, де я?), потім процесом руйнування колишніх уявлень та цінностей і, зрештою, відродженням і постанням нової особистості.

Ритуали переходу. У загальних рисах етапи перебігу кризи подібні до динаміки ритуалів переходу між стадіями розвитку людини, описаних Арнольдом ван Геннепом і Віктором Тернером. У своїх роботах «Обряди переходу» (van Genep, 1909) і «Символ та ритуал» (Turner, 1983) вони запропонували вважати ритуалами переходу обряди, які супроводжують усяку зміну місця, стану, соціального положення і статусу.

Вони також визначили три стадії цих переходів:

- відділення (separation) – вибір та ізоляція індивіда від певної соціальної цілісності, позбавлення індивіда ставлених характеристик приналежності до цієї цілісності;
- лімінальність (margo, limen, threshold, transfer, passage) – період певного перехідного стану, пов'язаного зі зміною сенсів, ідентичності, цінностей, норм, самоусвідомлення;
- реагрегація (reaggregation, reconstruction) – утворення певної нової цілісності.

Поняття «лімінальності», автором якого є Арнольд ван Геннеп (van Genep, 1909), мене заінтригувало, а його зміст пов'язав мої думки в єдине ціле. Цей термін походить від латинського *limen* і позначає поріг, межу, певний прохідний коридор, розташований між двома різними місцями. Природа лімінальності визначена «ситуацією невизначеності й розмитого соціальності, яка стимулює енергійний пошук нової фундаментальної спільності», повідомляє Проективний філософський словник (2003).

У книзі Тернера «Символ і ритуал» (Turner, 1983, с. 95) так описані якості ліміналів: «Ці люди амбівалентні, оскільки не вкладаються в межі будь-яких класифікацій, які розміщують стани і положення в культурному просторі... Лімінальні істоти – «ні тут, ні там, ні те, ні се», вони у щілинах та проміжках. Їх амбівалентні властивості виражаються великою розмаїтістю символів, і лімінальність часто уподібнюється до смерті, утробного існування, невидимості, темноти, двостатевості, пустелі, затемненню сонця чи місяця».

Мюррей Стайн у своєму творі «У середині життя. Юнгіанський підхід» (Murray Stein, 1998, с. 9) пише: «У лімінальності позиція «Я» не є фіксованою, воно не займає чітко визначеного психологічного положення. Воно плаває: немає жорстко визначеного розмежування

між «це» і «не те»; межі між «Я» і «не-Я» стають менш визначеними й наближуються значно більше, ніж у періоди фіксованої психологічної ідентичності. Це є щось, що відбулося і ще не відбулося. Час деформується: его забуває, фіксовані межі пам'яті розмиваються і тьмяніють, минуле виступає вражаючим і дивним чином; майбутнє не має визначеного образу чи контуру. «Я» не прив'язане до певних внутрішніх образів, ідей та почуттів. Тому, будучи неприв'язаним, «Я» плаває, дрейфує та перетинає багато з колишніх меж і заборонених кордонів».

Чи не здається вам, що це нагадує визначення терміна «межова особистість»? Адже вона перебуває посередині в розмежуваннях структур особистості:

- а) психотичної;
- б) межової;
- в) невротичної.

Описи цих структур достатньо відомі та докладно описані Ненсі Маквілліамс (McWilliams, 2011), і у цій статті я їх наводити не буду. Зверну, однак, увагу на те, що модель психоаналітичної концепції «роботи горя», яку слід провести після втрати, схожа з моделлю роботи кризи.

Робота горя. Термін «робота горя» (іноді можна зустріти як «робота скорботи», «робота горювання», «робота трауру») був введений Зигмундом Фрейдом у роботі «Скорбота та меланхолія» у 1917 році (Freud, 1917). Із часом це поняття розвинулося і дослідники запропонували розглядати фази, які має пройти кожна людина для відновлення після втрати (Kübler-Ross, 1969; Kessler, 2019; Volkan & Zintl, 2015; Bowlby, 1961). Причому під словом «втрата» можна розуміти не лише втрату близької людини, а й втрату дому, роботи, частин тіла, цінностей, ідеалів, вірувань, фантазій, ілюзій, зраду тощо. Так, **фази роботи горя**, за визначенням Джона Боулбі (Bowlby, 1961) та Елізабет Кюблер-Росс (Kübler-Ross, 1969), є такими:

1. Перша фаза визначена як «заперечення». І як початкова реакція на раптову психічну травму, і також як психологічний захист, «заперечення» зазвичай виражається фразою «Ні! Цього не може бути!». Ця фраза озвучується як всередині, так і назовні.

2. Наступна – фаза «заціпеніння». Зіставна з такими механізмами захисту, як дисоціація та ізоляція. Тривалість її різниться від годин до тижнів і супроводжується сильними переживаннями страждання і гніву.

3. Потім – фаза «гострої туги та інтенсивних спогадів про втрачений об'єкт», що може тривати кілька місяців і навіть кілька років. Це найбільш тривала фаза для проживання горя.

4. Фаза «відчаю та дезорганізації».

5. Фаза «реорганізації», тобто тієї чи іншої міри адаптації до життя без об'єкта втрати.

Дві перші фази переживання горя можна віднести до сепаративної фази переходів, до початку кризи. Третя і четверта фази переживання горя відповідають ліміналь-

ній стадії переходів, і її можна віднести до другої стадії переживання кризи – до її роботи. І п'ята фаза – фаза виходу з кризи чи фаза реінтеграції переходів.

Я не ставила перед собою мети входити в більш детальні описи цих процесів і наповнення фаз, однак вважатимемо, що етапи ритуалів переходу та криз і простір роботи горя схожі між собою. Зазначу, що перші дві фази ритуалів і горювання користуються психічними захистами – запереченням, дисоціацією, ізоляцією тощо. Поведінка ж людини в лімінальну фазу переходів нагадує стан, що описує межову структуру особистості. Отже, узагальнений опис етапів і алгоритмів розгортання криз, ритуалів переходу та роботи горя засвідчує подібність цих процесів.

Я також вважаю помічним провести аналогію, що вхід у кризу (стадія переходів – відділення, перша та друга фази роботи скорботи) відповідає психотичній структурі особистості, робота кризи (лімінальна стадія переходів, третя та четверта фази роботи горя) відповідає межовій структурі особистості, а вихід із кризи (фаза переходів – репарація, п'ята фаза роботи горя – реорганізація) відповідає невротичній структурі. Імовірно, що кризи (а також ритуали переходу і робота горя) створюють ці структури, починаючи з народження людини, і потім посилюють або послаблюють свій вплив залежно від втраченого даремно або набутого досвіду.

Мета статті – запропонувати гіпотезу про ідентичність динаміки процесів роботи горя, криз та ритуалів переходів (табл. 1). Припустити, що фазам цих процесів відповідають певні структури особистості – психотична, межова і невротична. І за допомогою 11 психічних станів, кожному з яких відповідає свій набір механізмів психологічних захистів, що діють у межах цих структур, розглянути можливу динаміку цих процесів.

Виклад основного змісту. Спостереження таких феноменів, як механізми психологічних захистів або психічні реакції, які показує клієнт на сесіях, дасть нам змогу зрозуміти, на якій із фаз трансформаційних процесів відбувся збій, яка фаза не отримала адаптивного розвитку. Це розширить аналітичний простір міркувань і додасть критерії для діагностування, а також дасть змогу розділити вроджену патологію та можливе застрягання у процесах перетворень.

Тепер перейдемо від опису порівнянь процесів кризи, ритуалів переходу і роботи горя до розгляду, які механізми захистів діють у ці періоди і якими відсотковими ймовірностями психічних станів можуть бути наповнені фази роботи скорботи, етапи криз і стадії переходів. На підставі робіт низки дослідників, у тому числі класиків психоаналізу (Freud, A., 1992; Greenson, 2016; McWilliams, 2011; Penichel, 1945; Shapiro, 1965) мною була складена таблиця взаємовпливу психологічних захистів і 11 видів психічних станів (табл. 2). Цю таблицю розділено на три шари – психотичний, межовий і невротичний. І, відпо-

Таблиця 1

Схема запропонованої гіпотези

криза	ритуали переходу	робота горя	структури особистості	діагностичні критерії	
вхід у кризу	відділення (separation)	1. Фаза "заперечення" 2. Фаза "заціпеніння"	психотична	механізми захисту психотичного рівня	супроводжуються певними психічними реакціями
робота кризи	лімінальність (margo, limen, threshold, transfer, passage)	3. фаза «гострої туги та інтенсивних спогадів про втрачений об'єкт» 4. Фаза «відчаю та дезорганізації»	межова	механізми захисту межового рівня	супроводжуються певними психічними реакціями
вихід із кризи	реагрегація (reaggregation, reconstruction)	5. Фаза "реорганізації"	невротична	механізми захисту невротичного рівня	супроводжуються певними психічними реакціями

відно до викладеного вище, ці шари були співназвані етапами проходження кризи, стадіями переходу та фазами роботи горя.

Я виходжу з припущення, що ці стадії є рівними між собою, взаємозалежними та взаємодоповнюючими. Особистість, яка не змогла пройти їх вдало, не постала в новій

Таблиця 2

Взаємозв'язок механізмів психологічних захистів і психічних станів у різних структур особистості та на етапах проходження криз, стадіях переходу та фазах роботи горя

Етап кризи	Стадія переходу	Фази роботи горя	Структура	№	Психологічні захисти	депресивність	дисоціативність	истеричність	мазохістичність	маніакальність	нарцисичність	обесивність-компульсивність	параноїдність	садистичність	соціопатичність	шизоїдність				
Вхід у кризу	сепарація	фаза "заперечення", фаза "заціпеніння"	психотична	1	Втеча у фантазування															
				2	Дисоціація															
				3	Екстраекція															
				4	Заперечення															
				5	Знецінення															
				6	Ідеалізація															
				7	Ізоляція															
				8	Інтроєкція чи інтеріоризація															
				9	Контроль															
				10	Проекція															
				11	Соматизація															
				12	Фрагментування															
Робота кризи	ліміальність	фаза «гострої туги ...», фаза «відчаю та дезорганізації»	межова	13	Альтруїстична поступка															
				14	Анулювання															
				15	Аскетизм															
				16	Відреагування або відігравання в дії															
				17	Деперсоналізація															
				18	Ідентифікація															
				19	Ідентифікація з агресором															
				20	Інверсія чи реактивні утворення															
				21	Конверсія															
				22	Проективна ідентифікація															
				23	Регресія															
				24	Ретрофлексія або поворот проти себе – або аутоагресія															
				25	Ритуалізація															
				26	Розщеплення															
Вихід з кризи	реагрегація	фаза "реорганізації"	невротична	27	Витискання чи репресія, пригнічення															
				28	Гіперкомпенсація															
				29	Гумор															
				30	Екстерналізація															
				31	Зміщення															
				32	Ізоляція афекту															
				33	Інтелектуалізація															
				34	Компартменталізація чи роздільне мислення															
				35	Моралізація															
				36	Раціоналізація															
				37	Реверсія	не виявляється жодного типу особистості, який би відображав надзалежність від неї														
				38	Сексуалізація чи інстинктуалізація															
				39	Сублімація															

якості, тому може надовго або назавжди застрягти в болісному процесі трансформації. Тоді в лікуванні або терапії будуть помітні викривлення, що створюють певні стани, які ми називасмо або психотичними, або межовими, або невротичними. І людей, які не пройшли ритуал переходу, або не пройшли особисту психологічну кризу, або не завершили роботу горя, можна назвати такими, що застрягли у відповідних станах.

Таким чином, дефект від невдало пройденої фази (кризи, ритуалів переходу чи роботи горя) виявлятиметься на всіх етапах життя людини, причому з акцентом на тій стадії, у якій відбулася невдача під час першої кризи. Такий процес нагадує розростання фрактала – множини, що має властивість самоподібності. Прикладом цього може послужити відомий фрактал Мальденброта – велике складається з малого, і за безкінечного збільшення картинка повторюється.

Тепер збільшимо фокус і розглянемо ці три стадії детальніше. Для цього підрахуємо ймовірності психічних станів на кожному етапі. Це дасть нам змогу наочно побачити, які стани будуть супроводжувати ці етапи. Причому розрахунки ми будемо робити з урахуванням того, що наступний етап збереже досвід попереднього, а попередні складуть ніби причину наступних.

Тобто для розрахунку показників межового періоду ми підсумуємо дані ймовірностей механізмів захистів, які супроводжують психічні стани психотичного та межового періодів, а для розрахунку невротичного періоду просумуємо дані психотичного, межового й невротичного періодів. Це матиме вигляд зростання пелюстки, коли кожен наступний контур вмістить у собі суму попередніх (рис. 1).

Для того щоб цифри були зіставні між собою, переведемо їх у відсотки. Отже, **перший** порівнюваний процес ми назвемо психотичним і розглянемо, якими механізмами захистів особистість користується у цей період (табл. 3).

Тепер розглянемо, якими психічними станами, імовірно, супроводжуватиметься цей період (табл. 4).

Отримані результати демонструють великий відсоток шизоїдності психотичного рівня у процесі входження

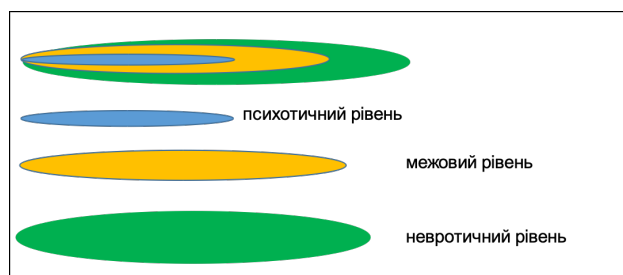


Рис. 1. Пелюстки розвитку

у кризу (у період сепарації або в початковій фазі роботи горя). Майже вдвічі скорочуються відсоткові співвідношення для манакальності й істеричності. Відсоткові співвідношення інших психічних станів психотичного рівня показують меншу вираженість, ніж попередні.

Другий етап – робота кризи (або стадія лімінальності, або другі дві фази роботи горя), який я вважаю межовим процесом і розглядаю відповідні їй види захистів (табл. 5 і 6).

Тут спостерігаємо більш згладжену картину, проте знову лідирує шизоїдність, а істеричність значимо представлена. Починають набирати силу обсесивність-компульсивність та депресивність і мазохістичність. Манакальність тим часом втрачає свої позиції.

Таким же чином розглянемо **третю** фазу – період виходу з кризи (період реакрації у ритуалах переходу та період реорганізації у роботі горя), який за аналогією назвемо невротичним. Сумарна таблиця вже була представлена вище (табл. 2). Відсоткові відношення поширеності психічних станів залежно від розвинених механізмів захисту наведено в табл. 7.

Як бачимо, обсесивність-компульсивність завоювала першу позицію у процесі виходу з кризи, тоді як шизоїдність зрештою опинилася на другому місці. У п'ятірці найбільш поширених станів бачимо істеричність, мазохістичність і нарцисичність.

Таблиця 3

Механізми захистів психотичного рівня та відповідні психічні стани

Етап кризи	Стадія переходу	Фаза роботи горя	Структура	№	Психологічні захисти	депресивність	дисоціативність	істеричність	мазохістичність	манакальність	нарцисичність	обсесивність-компульсивність	параноїдність	садистичність	соціопатичність	шизоїдність			
вхід у кризу	сепарація	фаза "заперечення", фаза "заціпеніння"	психотична	1	Втеча у фантазування														
				2	Дисоціація														
				3	Екстраекція														
				4	Заперечення														
				5	Знецінення														
				6	Ідеалізація														
				7	Ізоляція														
				8	Інтроєкція чи інтеріоризація														
				9	Контроль														
				10	Проекція														
				11	Соматизація														
				12	Фрагментування														
						3	2	5	4	5	2	4	4	1	4	9			

Таблиця 4
Відсоткові відношення психічних станів психотичного рівня залежно від механізмів захисту (входження у кризу, період сепарації, перші дві фази роботи горя)

психічні стани	кількість МЗ	%
шизоїдність	9	21
маніакальність	5	12
істеричність	5	12
мазохістичність	4	9
обсесивність-компульсивність	4	9
параноїдність	4	9
соціопатичність	4	9
депресивність	3	7
дисоціативність	2	5
нарцисичність	2	5
садистичність	1	2
	43	100

Тепер пропоную зібрати розраховані відсоткові відношення поширеності психічних станів в одну таблицю і розглянути динаміку психічних процесів під час проходження кризи загалом (табл. 8).

З огляду на зміну частотності механізмів захистів можна виділити чотири основні процеси:

- I. Падіння.
- II. Зростання.
- III. Перехід через збільшення.
- IV. Стабільність.

Розглянемо відповідну динаміку, згрупувавши їх за визначеними процесами (табл. 9), і розгорнуто прокоментувавши кожен процес.

I. Як бачимо, під час переходу від психотичного до невротичного етапу **знижуються** такі стани:

- шизоїдність;
- маніакальність;
- параноїдність;
- соціопатичність.

Таблиця 5

Механізми захистів психотичного та межового рівнів і відповідні психічні стани

Етап кризи	Стадія переходу	Фази роботи горя	Структура	№	Психологічні захисти	депресивність	дисоціативність	істеричність	мазохістичність	маніакальність	нарцисичність	обсесивність-компульсивність	параноїдність	садистичність	соціопатичність	шизоїдність				
Вхід у кризу	сепарація	фаза "заперечення", фаза "заціпеніння"	психотична	1	Втеча у фантазування															
				2	Дисоціація															
				3	Екстраекція															
				4	Заперечення															
				5	Знецінення															
				6	Ідеалізація															
				7	Ізоляція															
				8	Інтроєкція чи інтеріоризація															
				9	Контроль															
				10	Проекція															
				11	Соматизація															
				12	Фрагментування															
Робота кризи	лімінальність	фаза «гострої туги ...», фаза «відчаю та дезорганізації»	межова	13	Альтруїстична поступка															
				14	Анулювання															
				15	Аскетизм															
				16	Відреагування або відігравання в дії															
				17	Деперсоналізація															
				18	Ідентифікація															
				19	Ідентифікація з агресором															
				20	Інверсія чи реактивні утворення															
				21	Конверсія															
				22	Проективна ідентифікація															
				23	Регресія															
				24	Ретрофлексія або поворот проти себе – або аутоагресія															
				25	Ритуалізація															
				26	Розщеплення															
						8	5	9	8	6	7	11	7	2	7	12				

Таблиця 6

Відсоткові відношення психічних станів межового рівня залежно від механізмів захисту (Робота кризи. Лімінальний період)

психічні стани	кількість МЗ	%
шизоїдність	12	15
обсесивність-компульсивність	11	13
істеричність	9	11
депресивність	8	10
мазохістичність	8	10
нарцисичність	7	9
параноїдність	7	9
соціопатичність	7	9
маніакальність	6	7
дисоціативність	5	6
садистичність	2	2
	82	100

Таблиця 7

Відсоткові відношення психічних станів невротичного рівня (Вихід із кризи. Період ре агрегації. Період реорганізації)

психічні стани	кількість МЗ	%
обсесивність-компульсивність	18	17
шизоїдність	15	14
істеричність	14	13
мазохістичність	10	9
нарцисичність	10	9
депресивність	8	7
маніакальність	8	7
параноїдність	8	7
дисоціативність	7	7
соціопатичність	7	7
садистичність	2	2
	107	100

Таблиця 8

Динаміка психічних процесів під час проходження кризи, ритуалів переходу та роботи горя (для зручності в таблиці названо лише кризові стани і структури особистості)

Психічні стани	Вхід у кризу - психотичні стани %	Робота кризи - межові стани %	Вихід із кризи - невротичні стани %	Динаміка
шизоїдність	21	15	14	падає
маніакальність	12	7	7	падає
істеричність	12	11	13	стабільна
мазохістичність	9	10	9	стабільна
обсесивність-компульсивність	9	13	17	зростає
параноїдність	9	9	7	падає
соціопатичність	9	9	7	падає
депресивність	7	10	7	перехід через збільшення
дисоціативність	5	6	7	зростає
нарцисичність	5	9	9	зростає
садистичність	2	2	2	стабільна
	100	100	100	

Таблиця 9

Згрупована динаміка психічних процесів під час проходження кризи

Психічні стани	Вхід у кризу - психотичні стани %	Робота кризи - межові стани %	Вихід із кризи - невротичні стани %	Динаміка
шизоїдність	21	15	14	падає
маніакальність	12	7	7	падає
параноїдність	9	9	7	падає
соціопатичність	9	9	7	падає
депресивність	7	10	7	перехід через збільшення
обсесивність-компульсивність	9	13	17	зростає
дисоціативність	5	6	7	зростає
нарцисичність	5	9	9	зростає
істеричність	12	11	13	стабільна
мазохістичність	9	10	9	стабільна
садистичність	2	2	2	стабільна
	100	100	100	

При цьому найбільш яскраво виділяється зменшення шизоїдного стану. Ненсі МакВільямс зазначає, що шизоїдні риси шукають задоволення у фантазії, втілюване через філософську, духовну та творчу реалізацію, мистецтво, наукові дослідження, теоретичні розробки (McWilliams, 2011). Вона пише, що більш порушені індивіди з вираженою шизоїдністю «перебувають у своєму особистому пеклі, де їхні потенційні здібності поглинаються страхом і відстороненістю» (McWilliams, 2011, с. 200). Отже, припускаю, що зменшенню впливу шизоїдного радикалу сприяє реалізація назовні творчої та наукової діяльності. Маніакальність, параноїдність і соціопатичність мають менш виражену, але помітну динаміку до зменшення.

II. **Перехід через збільшення** демонструє лише депресивний процес. Збільшення його впливу відбувається на стадії межовості (лімінальності, стадії роботи кризи, на 3-й та 4-й фазі роботи горя). Отже, він може розглядатися як маркер цього процесу.

Роберто Ассаджіолі у статті «Нервові захворювання при духовному зростанні» фактично описує стани, які супроводжують цей (тобто другий) етап проходження кризи: «Це випробування, як і інші, має бути подолане. Воно вчить упоратися з особистою чутливістю і допомагає напрацювати твердість та незалежність суджень. Тому слід не протидіяти такому випробуванню, а терпляче прийняти його. Якщо ж близькі зрозуміють стан людини в такій ситуації, вони можуть надати їй важливу допомогу, позбавити від зайвих страждань. Йдеться лише про деякий перехідний період, коли людина полишила старий стан, але ще не досягла нового. Як гусинь, що перетворюється на метелика, має пройти стадію лялечки, стадію безпомічності та несвідомості» (Assagioli, 2006, с. 21).

Психоаналітична підтримуюча терапія за наявності такого маркера буде помічником у другий період кризи (стадії переходів, роботи горя). Вихід із лімінального стану також дасть почуття визначеності і, відповідно, створення меж, відсутності брехні (як собі самому, так

і іншим, а також визнання помилок терапевтом). Оскільки брехня створює нову реальність, відмінну від дійсної реальності, вона може відвести в іншу безмежну сторону. Брехня порушить межі – таку необхідну перепону, що створює напругу для переходу до стану реконструкції. Фактично зробить помилку в програмі гармонії світу особистості, зациклить кризу на лімінальній стадії та вибудує застиглу захисну патологічну організацію, яка відтворить минуле й уникає майбутнього.

III. **Зростає частотність** таких станів:

- обсесивність-компульсивність;
- дисоціативність;
- нарцисичність.

Найбільш яскраво виділяється в цій лінії обсесивність-компульсивність. Отже, створюючи умови для прояву цього стану, ми сприятимемо виходу з кризи, а також виходу з психотичного та межового станів. Сеттинг, чіткий режим і послідовність є допомогою в такій ситуації. Повторювані ритмічні дії – тремор, тремтіння, музика, танок, молитви й інші – надають сил і сприяють виходу із зацикленості на болісних переживаннях. У передмові до книги Віктора Тернера «Символ і ритуал» говориться, що конфлікт найчастіше долається за допомогою ритуалу (Turner, 1983). Тернер при цьому говорить про ритуал як про адаптивний механізм, який сприяє сприйняттю нового. Матіас Хірш у своїй статті «Відігравання на тілесному рівні – функція тіла у суспільстві і у психотерапії» висловлює думку, що наявність телесних кордонів допомагає себе стабілізувати (Hirsh, 2002). На підставі цього можна інакше зрозуміти роль мачухи в казці про Попелюшку. Для того щоб вивести дівчинку з кризового стану після втрати матері, мачуха дає їй завдання прибирати житло й викладати зернятка по порядку, чим сприяє її виходу на новий етап життя.

IV. Зрештою, динамічно слабо змінюються, лишаються **стабільними**:

- істеричні;

Таблиця 10

Механізми захистів, що супроводжують істеричність, мазохістичність і садистичність

Істеричність	Мазохістичність	Садистичність
Соматизація	Ідеалізація	Інтросекція чи інтеріоризація
Втеча у фантазування	Втеча у фантазування	Ідентифікація з агресором
Дисоціація	Заперечення	
Знецінення	Інтросекція чи інтеріоризація	
Ідеалізація	Альтруїстична поступка	
Відреагування або відігравання в дії	Відреагування або відігравання в дії	
Ідентифікація	Регресія	
Конверсія	Ретрофлексія або поворот проти себе – або аутоагресія	
Регресія	Моралізація	
Витискання чи репресія, пригнічення	Сексуалізація чи інстинктуалізація	
Гумор		
Раціоналізація		
Сексуалізація чи інстинктуалізація		
Сублімація		

Механізми захистів, які супроводжують кризу

МЗ психотичного рівня (сепараційні)	МЗ межового рівня (лімінальні)	МЗ невротичного рівня (реагрегаційні)
Втеча у фантазування	Альтруїстична поступка	Витискання чи репресія, пригнічення
Дисоціація	Відреагування або відігравання в дії	Гумор
Заперечення	Ідентифікація	Моралізація
Знецінення	Ідентифікація з агресором	Раціоналізація
Ідеалізація	Конверсія	Сексуалізація чи інстинктуалізація
Інтроскція чи інтеріоризація	Регресія	Сублімація
Соматизація	Ретрофлексія або поворот проти себе – або аутоагресія	

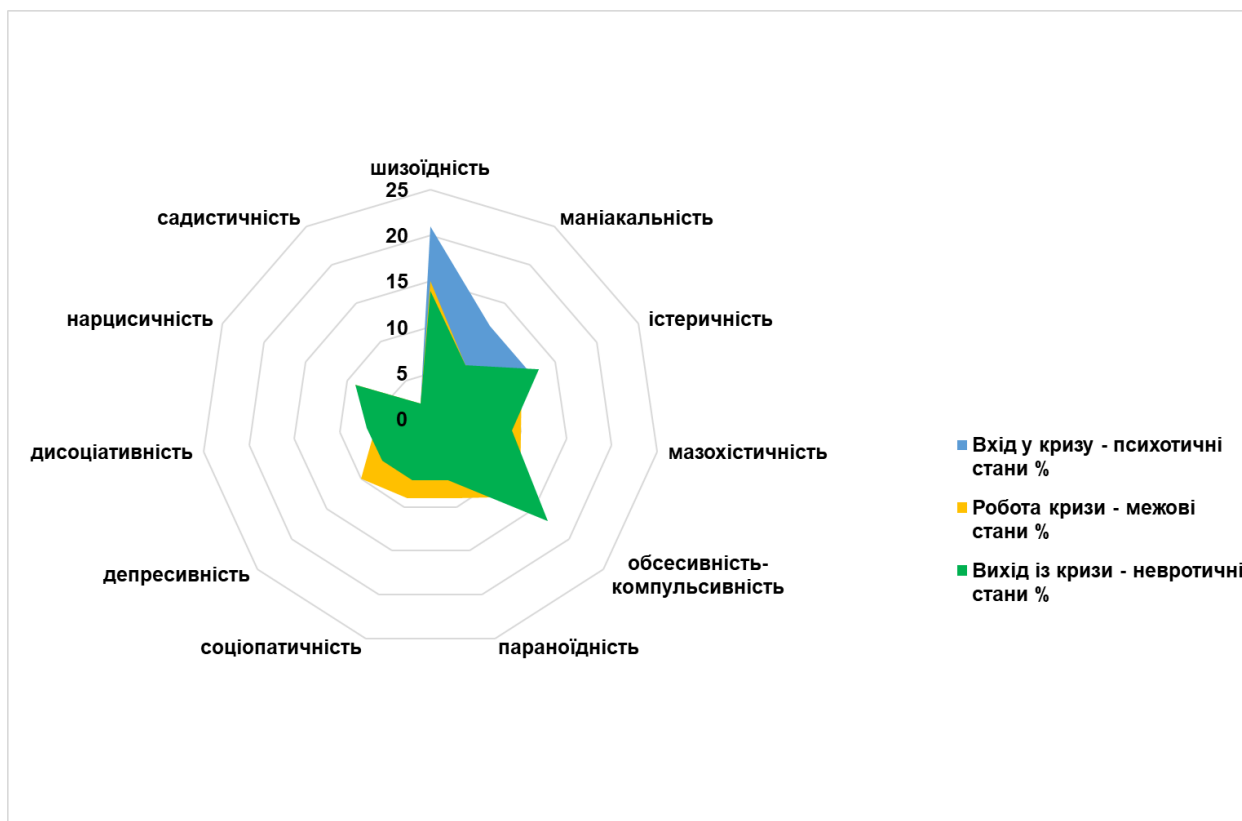


Рис. 2. Маркери психічних процесів під час проходження кризи (переходів і фаз роботи горя)

- мазохістичні;
- садистичні стани.

Отже, їх можна вважати такими, що супроводжують увесь процес перетворень. Метафорично вони спочатку безжалюбно знищують межі минулих станів, уявлень, ідентифікації, переводять процес у лімінальну зону, а потім терпляче створюють ємність для створення нового. Знищення та творення, агресія та любов. Цікаво розглянути, які механізми захистів супроводжують ці стабільні стани (табл. 10).

Тепер зберемо ці механізми захистів в одну таблицю (табл. 11), видаливши ті, що повторюються, і представимо їх за трьома рівнями: психотичні, межові та невротичні (або сепараційні, лімінальні та реагрегаційні) захисти відповідно.

Можливо, ці механізми психологічних захистів є комплексним захистом від надмірної напруги кризи, що створюється нестерпною сепараційною тривою, виснажливою фрагментацією, агресивним втіленням нового. Це той комплексний захист, який намагається утримати процес

кризи (ритуали переходу чи роботу горя) у визначених рамках. Але іноді ці рамки розриваються під додатковим агресивним впливом, створюючи помилки у формуванні нової особистості. Коли те, що має відбуватися в любові, відбувається в ненависті. Якщо ненависть замінює процес любові, то немає можливості перейти до третьої стадії кризи – створення нового – і відбувається (за визначенням Бритона) «втеча до патологічної організації, що забезпечують зв'язність на основі догми або маячіння» (Britton, 1991). Цікаво подивитись, який вигляд мають маркери психічних станів під час проходження трьох етапів кризи (стадій переходів і фаз роботи горя) у діаграмі (рис. 2).

Тут можна відстежити накладання психотичного (синім кольором), межового (помаранчевим) і невротичного (зеленим) процесів. Відповідно, піки вказують на шизоїдність, депресивність та обсессивність-компульсивність. Також невеликий пік у невротичному процесі вказує на нарцисичність.

Такий підрахунок та ілюстрація розподілу захистів і психічних станів певним чином підтверджує запропо-

новану Мелані Кляйн у 1946 році теорію про параноїдно-шизоїдну та депресивну позицію у розвитку людини (Klein, 1946). Проте подане тут дослідження дає змогу доповнити теорію Кляйн обсессивно-компульсивною позицією. Заглиблення в опис цієї теорії різними психоаналітиками може виразніше висвітлити процеси, які відбуваються всередині трансформаційних перетворень людини також у періоди криз, ритуалів переходу та роботи горя. Ці три стани є повторюваними на кожному етапі психічного зростання людини і є нормальним процесом розвитку. Рональд Бріттон у своїй роботі «До та після депресивної позиції» (Britton, 1998), розкривши більш повно концепцію Мелані Кляйн, писав, що ці позиції також можна розглядати як психічні стани або режими об'єктних стосунків, які постійно відновлюються протягом життя, якою б не була психічна картина відповідного моменту.

Висновки. Проведене дослідження передусім показало такі результати:

1. На початкових фазах роботи горя, криз і ритуалів переходу діють переважно шизоїдні стани, які можуть розглядатися як ознака психотичного захисного процесу, нормального для цих періодів.

2. На середніх фазах роботи горя, криз і ритуалів переходу більшою мірою можуть бути представлені

депресивні стани, що вказує на межовий процес, який супроводжує опрацювання цих періодів.

3. Обсессивно-компульсивні стани маркують невротичний процес і є показниками спрямованості до виходу з роботи горя, криз і ритуалів переходу.

4. Істеричні, мазохістичні та садистичні стани є радше супроводжувальними й утримують у певних рамках процеси роботи горя, криз і ритуалів переходу на всіх фазах.

До загальних висновків цієї роботи можна також зазначити таке:

– Теорія Мелані Кляйн про параноїдно-шизоїдну та депресивну позицію може бути доповнена обсессивно-компульсивною позицією, яка сприяє розумінню процесів, що супроводжують вихід із криз, завершення ритуалів переходу й опрацювання горя.

– Механізми психологічних захистів є зручною одиницею для вимірів психічних станів.

– Важливою є подальша емпірична та практична перевірка запропонованої теоретичної моделі, її уточнення та розвиток.

Продовжувати роботу нас надихає дослідниця позиція Зигмунда Фрейда, який казав: «...якщо ця гіпотеза зрештою виявилася достатньо неймовірною, то цей характер її не дає підстав для заперечення проти вірогідності того, що ця гіпотеза все ж більшою чи меншою мірою наблизилася до важко реконструйованої дійсності» (Freud, 1913).

Список літератури:

- Assagioli, R. (2006). *Spiritual Development and Nervous Diseases*. The Beacon.
- Bowlby, J. (1961). Processes of mourning. *International journal of psycho-analysis*. Vol. 42, Part 4, 5.
- Britton, R. (1991). The Oedipal Situation and the Depressive Position. In *Belief and Imagination: Explorations in Psychoanalysis*. London and New York, Routledge.
- Britton, R. (1998). Before and after the depressive position: Ps(n)->D(n)->Ps(n+1). In *Belief and Imagination: Explorations in Psychoanalysis*. London and New York, Routledge.
- Caplan, G. (1963). Emotional crises. *The encyclopedia of mental health*. vol. 2, 521–532. N.Y.
- Erikson, E. H. (1959). Identity and the life cycle: Selected papers. *Psychological Issues*, 1, 1–171.
- Fink, S. (2002). *Crisis Management: Planning for the Inevitable*. N.Y: Amer. Management Association.
- Freud, A. (1992). *The ego and the mechanisms of defense*. London, Karnac Books.
- Freud, S. (1913). Totem und Tabu. *Einige Übereinstimmungen im Seelenleben der Wilden und der Neurotiker*. Wien: Hugo Heller.
- Freud, S. (1917). Trauer und melancholie. *Internationale Zeitschrift für Medizinische Psychoanalyse*, 4, 277–287.
- Gennep, A. van (1909). LES RITES DE PASSAGE. Etude systematique des rites ibrairie critique. Emile Nourry.
- Greenson, R. R. (2016). *The Technique and Practice of Psychoanalysis*, London, Routledge.
- Hirsh, M. (2002). *Der eigene Körper als Symbol? der Körper in der Psychoanalyse von heute*. Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen.
- Jacobson, Q. F. (1974). Programs and techniques of crisis intervention. In *American handbook of psychiatry*. Ed. by S. Arieti. 810–825. N.Y.
- Kessler, D. A. (2019). *Finding Meaning: The Sixth Stage of Grief*.
- Klein, M. (1946). Notes on some schizoid mechanisms. *The International Journal of Psychoanalysis*, 27, 99–110.
- Krystek, U. (1987). *Unternehmenskrisen: Beschreibung, Vermeidung und Bewältigung berlebenskritischer Prozesse in Unternehmungen*. Wiesbaden.
- Kübler-Ross, E. (1969). *On death and dying*. N.Y: Scribner.
- McWilliams, N. (2011). *Psychoanalytic Diagnosis*. New York, Guilford Press.
- Mitroff, I. I. & Pauchant Th. (1992). *Transforming the Crisis. Prone Organization: Preventing Individual, Organizational, and Environmental Tragedies*. San Francisco: Jossey Bass Publisher.
- Penichel, O., (1945). *The Psychoanalytic Theory of Neurosis*. New York: W. W. NORTON & COMPANY INC.
- Shapiro, D. (1965). *Neurotic Styles*. New York: BasicBooks.
- Stein, M. (1998). *In Midlife: A Jungian Perspective*. (Seminar Series 15).
- Turner, V. W. (1983). *The ritual process. Symbol, myth, and ritual series*. Aldine Pub.
- Volkan, V., Zintl, E. (2015). *Life After Loss: The Lessons of Grief*. London: Routledge.
- Мороз, В. М. (2023). Поняття «деперсоналізація» як актуальна проблема сучасної психології. *Вісник національного університету оборони України*, (2), 84–92.
- Саржевський, С. Н. (2021). *Розлади афективного спектру*. Запоріжжя.
- Шиделко, А. В. (2018). Науково-теоретичні грані психологічного захисту особистості. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна*. (1). 87–94.
- Ремесник, Н. Ю. (2018). Взаємозв'язок захисних механізмів та формування Я-концепції особистості. *Актуальні проблеми психології*. 6 (14). 88–95.
- Шевченко, В., Оганян А. (2016). Захисні механізми психіки та їх взаємозв'язок з формами агресивної поведінки. *Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського*. Психологічні науки. (1). 235–9.

Анотація. Представлена в цій статті ідея є наслідком практичних спостережень під час роботи з клієнтами, індуктивних міркувань, порівнянь та аналізу літератури, що стосується як психоаналізу, так і психотерапевтичних і психологічних джерел. У дослідженні зроблено спробу простежити динаміку криз, стадій ритуалів переходу та фаз психоаналітичної концепції роботи горя, провівши паралелі з процесами, характерними для різних психічних структур особистості. Авторкою було запропоновано гіпотетично уявити, що йдеться про ідентичні процеси. Динаміка визначалася за допомогою маркерів психічних станів, розрахованих з огляду на діючі механізми психологічних захистів. У роботі представлені таблиці взаємозв'язків механізмів психологічних захистів і психічних станів людини, де кожному стану відповідає свій набір захисних механізмів. Класифікація була складена автором на основі аналізу джерел літератури та дискусій з колегами. Автором було визначено відсоткові співвідношення психічних станів психотичного, межового та невротичного рівнів і показано динаміку психічних процесів під час проходження етапів кризи, стадій ритуалів переходу та фаз роботи горя. У статті виділено маркери психічних процесів на різних стадіях кризи (ритуалів переходу та роботи горя) і запропоновано умови, що сприяють виходу із хворобливих трансформаційних станів. Загалом у дослідженні теорію Мелані Кляйн про стани параноїдно-шизоїдної та депресивної позицій було підтверджено й доповнено ще однією позицією – obsesивно-компульсивною. Механізми психологічних захистів добре проявили себе як одиниця розрахунків психічних станів на стадіях розвитку. Представлений матеріал може бути використаний психоаналітиками та психотерапевтами всіх напрямів як дозорні діагностичні маркери в періоди міркувань про причини несвідомих проявів клієнтів. Подана гіпотеза вимагає емпіричних доказів, практичних підтверджень і подальшого теоретичного обґрунтування.

Ключові слова: криза, ритуали переходу, робота горя, структури особистості, лімінальність, механізми психологічних захистів, психічні процеси, теорія Мелані Кляйн.

Abstract. The idea presented in this paper is the result of practical observations from working with clients, inductive reasoning, comparisons, and analysis of literature related to both psychoanalysis as well as psychotherapeutic and psychological evidence. In this study, the author attempted to trace the dynamics of crises, stages of rites of passage, and phases of the work of grief, drawing parallels with the processes inherent in various mental structures, i.e., psychotic, borderline, and neurotic. The author invited the reader to hypothetically imagine that we are talking about identical processes. The dynamics were determined with the markers of different mental states, calculated considering the active mechanisms of psychological defenses in different stages of crisis or grieving. The work presents tables of relationships between psychological defense mechanisms and mental states, where each state corresponds to its own set of defense mechanisms. The classification was compiled by the author based on the analysis of literature sources and discussions with colleagues. The author determined the percentage ratio of mental states of psychotic, borderline, and neurotic levels and showed the dynamics of mental processes during the stages of crisis, stages of rituals of transition, and phases of grief work. The article highlights the markers of mental processes at different stages of the crisis (rituals of transition and work of grief) and suggests conditions that facilitate exit from painful transformational states. In general, the study confirmed Melanie Klein's theory about the states of paranoid-schizoid and depressive positions and supplemented it with one new position — obsessive-compulsive. The presented results can be used by psychoanalysts and psychotherapists of all disciplines as diagnostic markers during reasoning about the causes of clients' unconscious manifestations. The presented hypothesis requires empirical evidence, practical confirmations, and further theoretical elaboration.

Key words: crisis, rites of passage, work of grief, personality structures, liminality, mechanisms of defense, mental processes, Melanie Klein's theory.