

Відтак є нагальна потреба у віднаходженні практичного психологічного інструментарію для розвитку стресостійкості менеджерів. За допомогою програми розвитку практичний психолог допоможе менеджерам отримати навички із саморегуляції, управління емоціями, релаксації та відновлення власних ресурсів, що значно підвищить загальний рівень стресостійкості працівників та буде поштовхом до подальшого особистісного та кар'єрного росту.

Перспективу подальших досліджень в окресленій царині бачимо у розробці програми розвитку стресостійкості для менеджерів, а відтак, і проведення формувального експерименту з її впровадження.

Список використаної літератури

1. Міщиха Л., Кулеша-Любінець М. Психічне здоров'я як складова особистісного благополуччя. Збірник наукових праць. Харків, 2020. Випуск 1. С.166-168.
2. Методика «Стиль саморегуляції поведіння» В. Моросановой. Режим доступу: http://met.emissia.org/offline/2013/met010_files/m15-sys.htm
3. Психодіагностика стресса: практикум / сост. Р. Куприянов, Ю. Кузьмина. Казань: КНИТУ, 2012. 212 с.

Віктор Москалець

*ДВНЗ «Прикарпатський національний університет
імені Василя Стефаника»*

ГУМАНІСТИЧНО-ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНА АПОЛОГІЯ ВІРИ В БОГА

Мета повідомлення. Ознайомити з ключовим змістом цієї аргументації гуманістично-аксіологічної істинності «Над-смислу» (віри в Бога), яка засвідчила свою ефективність у логотерапії (екзистенційному аналізі), усіх, хто цікавиться екзистенційно-психологічною проблематикою.

Виклад основного матеріалу. В гуманістично-психологічній парадигмі істинність релігійних, як і світських світоглядних вчень, ідей, ідеалів має визначатись аксіологічно – вона прямо пропорційна їх цінності щодо психіки людини та людських взаємин. Ключова ідея гуманістичних релігій та конфесій – Бог,

який любить людей, – вельми цінна у вимірі психогігієни, психокорекції, психотерапії, тому що вона утверджує людяність, моральність у людських душах та взаєминах, незалежно від можливості наукової верифікації об'єктивної правдивості положень, на яких вони базуються. [1, с. 6-9; 74-87].

На відміну від тих агностиків, «ясний, сміливий і критичний розум яких не може знайти переконливих свідчень існування Бога» (А. Камю), відомий український психолог В.А. Роменець наголошував, що для його розуму правдивість релігійного вчення цілком переконливо засвідчують *чудеса*. Принаймні значну частину з них наука не може викрити як свідомі чи несвідомі фальсифікації або хоч якось пояснити їх зі своїх позицій. Насамперед згадаємо *чудо, котре століттями являє себе закономірно – Благодатний вогонь*, який щороку, але не в той самий день, а в той, на який випадає Пасха, матеріалізується з якоїсь таємничої інстанції у Святій Кугуклії в Єрусалимі і має надзвичайні властивості. Згадаємо також перебування прекрасної жінки, за всіма ознаками схожої на Діву Марію, на бані коптського християнського храму в Зейналі, пригороді Каїру. Її бачили сотні тисяч людей, християн і мусульман, протягом місяця у квітні-травні 1968 року, в якому людство постало перед загрозою серйозних суспільно-політичних катаклізмів. Образ цієї жінки був настільки реалістичний, що араб-мусульманин, який одним з перших побачив її, схвилювано вигукнув: «Леді, дуже прошу вас, не стрибайте!» Варто згадати й інші святі місця Богоявлення Діви Марії: Зарваницю, Лурд, Почаїв, Фатіму та ін.

Вже ніхто з притомних не заперечує, що якісь сили постійно відвертають планетарні катастрофи на Землі. Досить згадати, що згідно з розрахунками вчених, наслідки Чорнобильської аварії мали би бути значно більш руйнівними. Яким чином вони зменшились приблизно у 20 разів – невідомо. Смертоносна радіактивна хмара з Фукусіми мала завдати нищівних руйнацій щонайменше чотирьом штатам США, але якимось незбагненним для науковців чином нівелювалась, немов сама собою... Тисячі людей в Сибіру та інших місцях планети бачили дивовижні капсули, які підхоплюють, затримують і руйнують великі метеорити. Востаннє таке чудо врятувало Челябінськ... Пояснити це й подібне

людський розум неспроможний. Ці та багато інших чудес – *гуманістичні*, тому що вони стимулюють оптимістичну віру у високий смисл життя людини та існування земної цивілізації: людство не сам-на-сам з нищівними природними й техногенними загрозами; хтось Всемогутній переймається нами і захищає нас і, цілком вірогідно, захищатиме в майбутньому, якщо ми будемо гідні Його піклування – *будемо вірити, надіятись і любити, дієво прагнути ідеалу святості шляхом утвердження у наших стосунках доброзичливості, добропорядності, доброчинності.*

Безліч дивовижних фактів засвідчують, що душа людини не гине разом зі смертю її тіла. Зокрема, накопичено величезні стоси записаних розповідей людей про те, що відбувалось з ними в стані клінічної смерті. Чимало з тих, хто побував у цьому стані, розповідають про політ «тунелем» в неймовірно гарне середовище і зустріч там з божественно прекрасною особою чоловічої або, частіше, жіночої статі, які не називали себе, але всіма, хто пережив таке, переважно асоціювались або з Ісусом Христом, або з Матінкою Божою, про надзвичайно приємний стан, який охоплював у цей час, і т. ін. Скептики-агностики стверджують, що такі враження можуть бути кінцевим продуктом, таким собі фінальним «випаром» мозку, який вмирає. Але виникають щонайменше два зустрічні питання-сумніви, скептичні щодо їхнього скепсису: 1. Чому ці «випари» дуже схожі за змістом у переважної більшості тих осіб, котрі тимчасово переступили межу смерті, і чому цей зміст саме такий? 2. Яким чином вони цілковито достовірно, притім з найдрібнішими деталями розповідають про те, що відбувалось навколо їхніх тіл і в інших місцях, нерідко дуже віддалених від того місця, у якому прилади констатували їхню клінічну смерть? Адже ці розповіді різні за змістом, *суто ситуативні*, отож як вони можуть бути запрограмовані? Отже, є вагомі підстави припустити, що досвід смерті, основний зміст якого – буття душі людини поза її тілом – існує!

Креативну й бездоганну *когнітивно-раціональну* аргументацію існування «Надсвіту», тобто, Трансцендентного, уособленням якого є Бог і ті істоти, котрі є біля Нього, знаходимо в доробку В.Е. Франкла: «Сучасна біологія показала,

що всіляка жива істота замкнена у своєму специфічному оточенні і практично неспроможна вирватись за його межі. І хоча людина посідає виключне становище, хоча вона може бути надзвичайно сприйнятлива щодо світу і увесь світ може виступати її оточенням, все ж хто може довести, що за межами цього світу не існує якогось надсвіту? Можливо, подібно до тварини, яка не спроможна вибратись зі своєї комірочки для того, щоб зрозуміти вищий світ людини, сама людина навряд чи здатна збагнути Надсвіт, хоча вона може наблизитись до нього, насамперед в релігії чи в окремі моменти осяяння. Домашній тварині невідомі цілі, задля яких людина її приручає. То звідки ж людині знати, яка «кінцева» мета її життя, який «Над-смысл» Всесвіту?» <...>

«У тварини є лиш середовище, а людина «володіє світом» (Макс Шелер); однак, світ людини відноситься до Надсвіту так само, як середовище існування тварини відноситься до світу людини. Це означає, що так само як тварина, перебуваючи у своєму середовищі, неспроможна зрозуміти людину та її світ, людина не може збагнути Надсвіт. До прикладу, чи може мавпа, якій роблять болючу ін'єкцію з метою одержати сиворотку, збагнути, чому їй доводиться страждати? Ні, вона не здатна зрозуміти, що спонукає людину завдавати їй болю у процесі експериментів. <...> То ж чи не слід і нам припустити, що у ще вищому вимірі є незбагнений для людини світ, в якому тільки й набувають смислу – надсмыслу – її страждання? <...> Бог виступає перед людьми як невидимий свідок і спостерігач. Актор, котрий стоїть на сцені, так само не бачить тих, перед ким він грає; його осліплює світло софітів і рампи, а глядацька зала занурена в темноту. Однак актор знає, що там, у темній залі сидять глядачі, що він грає перед *кимось*. Так само людина виступає на сцені життя, осліплена повсякденністю, яка сяє на передньому плані, але все ж мудрістю свого серця щоразу вгадує присутність Великого, хоча й незримого Спостерігача, перед яким вона відповідає за здійснення її особистого конкретного смислу, що вимагається від неї.» [3, с. 334-337].

Така розумно-виважена аргументація віри в Бога є когнітивно-раціональною основою її гуманістично-психотерапевтичної апології, актуальність якої

зумовлюється реаліями сучасного світу людини. Перед людством виразно постала безальтернативна життєва необхідність гуманістичної релігійної віри як необхідного і потужного чинника гуманізації, що благотворно впливає на духовно-моральний розвиток особистості й суспільства, тобто, цілковито відповідає стратегемі гуманістичної психології, психологічної допомоги, психотерапії. [1, с. 22-45; 74-96].

Мета психотерапії – зцілення душі людини від страждань. Мета гуманістичних релігій – спасіння душі людини не лише для блаженного буття в Потойбічному світі, а й для щасливого, сповненого високими й прекрасними почуттями земного життя. Тобто, їх цілі у головному співпадають.

Е. Фромм поділив усі релігії та конфесії на авторитарні й гуманістичні. Влучна характеристика авторитарних – у визначенні релігії в «Оксфордському словнику»: «Релігія є визнанням людиною якоїсь вищої невидимої сили, що керує її долею і вимагає слухняності, шанування та поклоніння». Про жодну духовно-моральну досконалість божества, яка виявляється у безмежній любові до людей, тощо у цьому визначенні не йдеться.

Нагадаємо, що будь-яка авторитарна сила базується на страху перед покаранням за непокору і протидію їй. Отож найбільша добродійність в авторитарній релігії – рабська покора, відсутність навіть претензії на власну, а тим паче критичну думку щодо її віровчення та культу. Найбільший гріх – незгода зі служителями авторитарного божества і непокора їм. Основа переживання гріха – страх жорстокого покарання. Суб'єкт, переляканий усвідомленням своєї гріховності, має беззастережно й цілковито віддати себе у владу служителям авторитарного божества бо вони, мовляв, наділені повноваженнями прощати гріхи від його імені, що формує рабську вдячність.

У гуманістичних релігіях і конфесіях постає висока цінність людини, її право на свободу духу, незалежну думку, на самовдосконалення згідно з високими ідеалами Істини, Добра, Краси, Віри, Надії, Любові. Людина має осягати вільним розумом своє місце й покликання на Землі, розвивати в собі здатність правдиво любити інших і себе, усвідомлювати, почувати й зміцнювати спорід-

нену єдність з усім живим, набувати й збільшувати свою духовну силу та тілесне здоров'я, совісно реагувати на зло. Вони вчать, що людина, нездатна на альтруїстичну любов і доброзичливість та добродійність, є лиш порожньою оболонкою, навіть якщо інтелект її потужний, розум глибокий і вона володіє величезними статками й зосередила в своїх руках необмежену владу. Кожна людина в гуманістичних релігіях постає метою в собі й для себе, а не засобом для досягнення цілей інших осіб і груп, зокрема й тих, котрі взяли на себе повноваження діяти від імені Бога. Віра в Бога має приносити радість, а не почування провини і страх, тому що Бог в гуманістичній релігії – уособлення всього того найдосконалішого, найпрекраснішого, що відоме людям, насамперед і головнo – Його безмежної любові до них. Його ставлення до людських слабкостей і гріхів – без ненависті й нетерпимості. Основне покарання – докори совісті і спокутування добродійністю, насамперед стосовно тих, котрі потерпіли від суб'єкта, що кається. Муки совісті – головна потуга каяття й спокути, які мають «розтопити серце грішника» розчуленням любові й доброзичливості. [1, с. 69-74].

Про цілющий *екзистенційно-психологічний* вплив гуманістичної віри в Бога йдеться у ґрунтовному висновку К.Г. Юнга: «Протягом останніх тридцяти років до мене звертались по допомогу люди з усіх розвинених країн світу. Я вилікував сотні пацієнтів. Серед них не було жодного, чиї проблеми зі здоров'ям не можна було б вирішити за допомогою релігійного світогляду. Я сміливо можу сказати, що всі вони захворіли тому, що не мали під собою того ґрунту, який в усі часи дає людям віра. Отож вони змогли вилікуватися тільки тоді, коли серцем прийняли християнське ставлення до життя». [1, с. 74]. Тобто, йдеться не лише про християнську Мораль Любові, а й про власне *віру в Бога*, що надихає вивчати її з позицій сучасної психологічної допомоги.

Інтегральна ідея такої допомоги полягає в тому, що Бог створив земний світ і людину в ньому з якоюсь високою і благою метою, яка частково відкривається людям у благодатних чудесах та вченнях гуманістичних релігій. Відтак, *існування цього світу, буття людства, життя кожної людини мають благ-*

одатний смисл, який надає найвищого смислу, надсмислу усім їхнім життєдайним саногенним смислам, інтегрує їх. «*Esse qua esse – bonum est*» – «*Буття як таке є благо*», - гласить давній християнсько-теологічний постулат.

У наших «сократівських бесідах» обов'язково зауважуємо, що вірогідність правдивості цієї оптимістично-гуманістичної версії смислу життя людини – 50%. Деякі з допитливих студентів і клієнтів питають, як співвіднести з нею ідеї метемпсихозу (переселення душ після смерті їхніх тіл в тіла новонароджених). Відповідаємо: лише ті з цих ідей, в яких остаточна мета цього процесу – можливість для кожної людини досягнути стану нірвани – нескінченного блаженства її душі після смерті тіла або інша перспектива *остаточного* спасіння душі у неземних емпіреях довершеної духовності тощо.

Стільки ж, 50% вірогідності слід дати версії, що земне життя людей – це щось безнадійно незрозуміле та/або жорстоко-підступне. Мовляв, воно є або «ферма», яка виробляє психічну енергію, або чийсь жорстокі ігри, розваги, на кшталт комп'ютерних, або щось подібне, можливо, що й дуже «нечисте». Отож, душа людини або піде в цілковите небуття разом зі смертю свого тіла, буде «утилізована» як відпрацьований непотріб, або її відремонтують, оновлять для нового втілення і подальшої експлуатації, що також є небуттям для душі кожного з нас, людей. Адже якщо припустити, що такий, суто «виробничий» метемпсихоз справді існує, то люди не пам'ятають, ким були їхні душі в попередніх втіленнях, а тим паче, не знають, ким будуть у майбутніх. Тобто, то були і будуть інші особи, які не мають з нами, живими, жодного зв'язку. Рідкісні випадки спогадів про колишні втілення своєї душі вражають, але, в принципі, не можуть «гріти душу» іншим, якщо в них відсутня зазначена вище перспектива остаточного спасіння (нірвана тощо).

А якщо вірити в таку перспективу – в обнадійливо-оптимістичний фінал метемпсихозу, який, мовляв, завершиться остаточним виходом з нього душі кожного «фіналіста» водночас із оволодінням ним спогадами про всі свої перевтілення та володіння ними як своїм особистим скарбом життєвої мудрості тощо, то це вже буде метемпсихоз не «виробничий», а гуманістичного гатунку, в кінці

якого принадно світить перспектива остаточного спасіння.

З невимушено-довірливо-іронічного висвітлення цих екзистенційних версій, а відтак, пропозиції умовно обрати для себе ту, яка найбільше вабить, ми, зазвичай, починаємо екзистенційно-аналітичну маєвтику.

Переважає більшість тих осіб, котрі потерпають від невропатичної екзистенційної фрустрації, приймають названі аргументи на користь вибору віри в Бога, тому що вона – стабільне «світло в кінці тунелю», яке може «зігріти» душу надією на остаточний благополучний фінал мордуючих життєвих колізій. Ті, котрі не приймають названих аргументів на користь вибору гуманістичної віри в Бога, мусять або виробити специфічне мазохістське світосприймання (позиція «Всупереч Абсурду» за А. Камю), або покірливо залишатись з тягарем безнадійного відчаю, або, боронь Боже, вчинити суїцид. [1, с. 28-37; 74-77].

Ще раз звернемось до психотерапевтичних здобутків К.Г. Юнга: «Багато неврозів зумовлені насамперед тим, що люди стають сліпими щодо своєї релігійної схильності, що спричиняється дитячою пристрастю до раціонального просвітлення»[1, с. 77]. Отже, психотерапевт може і має допомагати невротикам «розплющувати очі», щоб вони спромоглись уважно «придивитись» до «своєї релігійної схильності».

Сучасна неврозологія стоїть на тому, що невротичні симптоми властиві майже всім. Вагоме підтвердження цієї позиції – психосоматичний характер більшості захворювань, ознаки яких є і в загалом здорових людей. Отже, звернення до «своєї релігійної схильності» може і має бути універсальним психо-профілактично-психогігієнічним засобом.

Нам доводиться спілкуватись з людьми, які правдиво прагнуть суто небуття, хочуть позбутись життя, тому що його тягар став для них надто важким. Тобто, вони наближаються до того нестерпного душевного болю, «мегаболу», який є вирішально-визначальним чинником непатологічного самогубства (за Е. Шнейдеманом). У екзистенційному аналізі їхнього стану використовуємо релігійні поняття «пекло» і «рай». Всі вони погоджуються, що буття для них стало пеклом, а відтак, єдино можливим раєм їм здається цілковите небуття, яке

позбавить їх від пекельних мук. Відтак постають питання: А раптом релігія говорить правду – самогубство унеможлиблює суто небуття? А натомість буде кара за цей смертний гріх – ще більше пекло? Адже заповідь «не убий» поширюється і на самого себе – і себе не убий, бо ти також дитина Бога.

Констатуємо, що, на жаль, немає незаперечних, переконливих відповідей на ці питання, а відтак, зауважуємо, що пекло нестерпного душевного болю заперечує і нищить життя, як багато іншого поганого в цьому світі. Однак, люди мають вітальну силу, яка дає їм наснагу і спроможність долати це нищівне і утверджуватись («мужність бути» за П. Тілліхом). Звідки ця могутня сила в усіх своїх дивовижних і прекрасних проявах? Хто і навіщо створив її? І на ці питання немає незаперечно-переконливих для людського розуму відповідей. Але могутність цієї сили спонукає мудру й розважливу особу приєднатись до неї, цілеспрямовано активізувати її в собі, а не йти проти неї, немов мерзенний злочинець-садист чи ненависник-некрофіл... Мовляв, померти кожен з нас завжди встигне, то ж напевне не варто цілеспрямовано наближати цю подію, все ж краще почекати, а може й буде ще щось добре... Більшість тих осіб, котрі потерпають від «пекла» буття і вже хотіли б «раю» небуття досить зацікавлено сприймають і приймають таку аргументацію.

Зауважимо, що в сократівських бесідах із суїцидально налаштованими особами і невротикам ми завжди апелюємо до їхнього обов'язку перед тими й тим, хто/що значущі для них, з ким/чим вони психологічно ідентифіковані: любими, рідні (діти, батьки, подружжя, інші близькі люди), батьківщина, нація, природа, культура, праця та ін. Як показує досвід, актуалізоване почуття обов'язку стимулює відповідну йому любов (агапе, філію, сторге, ерос), що посилює це почуття. [1, с. 87-96].

Віра в Бога набуває повноти, завершеності, вражаючої духовної сили тоді, коли її суб'єкт пережив благодать навернення, надпотужним піком якої є релігійний екстаз, коли він має індивідуальний екстатичний досвід зустрічі з Богом і довіри Йому, що є могутнім і невичерпним джерелом суб'єктного благополуччя – «блажен, хто вірує» (Апостол Павло). На жаль, цілеспрямовано,

розумово-вольовими і дієвими зусиллями таку благодать не здобудеш. Але ми відкидаємо зневажливе ставлення до раціональної, «тільки розумом» віри в Бога як до недовершеної, «кволої» тощо. По-перше, не може бути віри, як і будь-якого іншого свідомого ставлення, без логічно-мисленнєвого обґрунтування – воно є необхідною когнітивною основою віри. По-друге, як показує наш досвід, висвітлені вище раціональні аргументи на користь віри в Бога можуть бути доволі надійним психічним «форпостом» суб'єктного самозахисту від фрустрації життєвих незгод, духовної компенсації втрат, для екзистенційного вибору любові й доброчинності. Щодо благодаті навернення, якого такі суб'єкти не зазнали, то чимало з них сумирно погоджуються, що, можливо, Вищі Сили вважають, що саме їм має бути достатньо віри «тільки розумом», принаймні наразі... [1, с. 45-54].

Всі ці способи «розплющування очей» цілком відповідають засадам вчення В.Е. Франкла, методично-процесуальною основою якого є автентично-рефлексивно-особистісний пошук пацієнта з допомогою психотерапевта високого смислу свого життя, який робить його життєву перспективу гідною, а відтак саногенною. Істотним фактором успіху в цій справі він вважав орієнтування пацієнта/клієнта на пошук «над-смислу» – щирої віри в Бога.

Повернемося до невротиків – майже всі вони тяжко шкодують про своє минуле, почувають огиду й ненависть до свого сьогодення та гнітючу тривогу щодо свого майбутнього. Ці страждання суттєво полегшуються, відколи невротик щиро повірить, що його гідне осуду й жалю минуле справді прощене і він може й мусить «відпустити» його від себе. Щоб таке сталося, він має прийняти прийняття його Богом і цим нівелювати впевненість у своїй неприйнятності внаслідок своєї гріховності (за П. Тілліхом). Природно, що найбільш ефективно допомагають повірити в таке психотерапевти-пастирі, тому що тільки пастир має право відпускати гріхи іменем Господа.

Воднораз, як показує солідний досвід, накопичений у США та інших розвинених країнах, пастирі-психотерапевти успішні в психопрофілактиці та психотерапії марнославства, у якому Г. Олпорт вбачав «альфу і омегу» неврозів.

Мовляв, марнославство спонукає суб'єкта братись до справ, для успішного ведення яких у нього недостатньо здібностей та інших можливостей, що й породжує у його психіці стан фрустрації та її невротичні наслідки. У християнстві марнославство – гріх. А пастирі мусять переконливо тлумачити сутність гріха.

Зростаюча кількість емпіричних досліджень у США та інших розвинених країнах підтверджує концепцію, що для багатьох людей віра є джерелом витривалості та відновлення душевних сил. «У низці досліджень, в яких порівнюють поширеність релігійних і нерелігійних форм опанування стресу, зазначено, що релігія посідає ледь не центральне місце. Наприклад, Мак-Край дослідив механізми, які застосовують чоловіки та жінки після подій у категоріях втрат, загроз або складних завдань. Із 28 механізмів подолання стресу «віра» була другим найпоширенішим для подолання стресу при загрозах (72%) і третім при втратах (75 %). Віра застосовується рідше при вирішенні складних питань (43%). Конвей проводив опитування серед білих і темношкірих мешканок міста, в яких виникали стресові медичні проблеми за останній рік. На запитання, як вони справляються з медичними проблемами, 91% опитаних відповіли «молитва»; це був найпоширеніший механізм подолання стресу серед усіх, включаючи пошук інформації, відпочинок, лікування, призначення медичних препаратів і візит до лікаря. <...> Гертнер, Ларсон, Аллен проаналізували 200 психіатричних і психологічних досліджень та дійшли висновку, що релігія позитивно впливає на фізичне і психічне здоров'я. А. Еллісон і колеги зазначили, що «як мінімум, є приклади користі релігії для психічного здоров'я чоловіків і жінок, осіб різного віку, расової приналежності та етнічного походження, а також осіб із різних соціоекономічних класів і географічних регіонів. Окрім того, ці корисні ефекти часто спостерігаються у низці соціальних, демографічних та медичних статистично контрольованих показників.» [2, с. 265-268]

Але, мусимо також зауважити, що попри очевидні й переконливі факти та наукові висновки, які засвідчують цілющу щодо психічного здоров'я потужність віри в Бога, все ж *остаточно не доведено*, що правдиво віруючі люди на

загал психічно здоровіші, ніж нерелігійні та «поверхово», «зовнішньо» релігійні. Зокрема, не встановлено, що більш потужно сприяє психічному здоров'ю, яке інтегрується у почуванні благополуччя, – щира віра в Бога чи достатньо високі та стабільні соціальний статус і рівень доходів, відповідні рівню домагань суб'єкта. Американські дослідники дійшли висновку, що на такі питання не буде вичерпних відповідей, доки реалізація психопрофілактично-психотерапевтичного потенціалу віри в Бога, над-смислу не досягне якогось беззаперечно оптимального рівня.

Однак відсутність, наразі, цих вичерпних відповідей не ставить під сумнів фундаментальну позицію гуманістично-психологічної парадигми: *віра в Бога як екзистенційний надсмысл органічно взаємопов'язана з гармонійним особистісним розвитком, що інтегрується у психічному здоров'ї суб'єкта*. Своєю чергою, істотною складовою психічного здоров'я є свідомо або неусвідомлювана потреба самотрансцендування – піднесення особи над своєю біологічною і соціальною природою до вершинно-духовних смислів та рівнів буття. Довершеними суб'єктними переживаннями, котрі свідчать про таке піднесення, є стан, який А.Х. Маслоу назвав «пик-досвідом». У цьому стані людина найбільш ідентична самій собі, своєму єству, найбільш цілісна й неповторна, має «найчистішу» інформацію про себе. Конфлікти й суперечності в її душі вщухають, сприймаються як марнота, а відтак, сходить нанівець невропатична боротьба з собою. Утверджуються внутрішня гармонія і благодатний спокій, підвищується здатність суб'єкта гармонійно, органічно зливатись, ідентифікуватись з тим, що потенційно було ідентичне його єству, невід'ємно належало йому як його особистісна сутність, а він – йому. У стані пик-переживань людина перебуває на вершині своїх сил, максимально використовує свої здібності й здатності, а відтак, почувається ідеально функціонуючою, розумнішою, дотепнішою, приємнішою для інших і для себе. Її спілкування й праця – невимушені, позбавлені неприємних зусиль. Їй вдається майже все, за що вона береться, навіть те, що до пик-переживань було необхідним, але виснажливо-неприємним чи здавалось нездоланим. Вона почувається

самодостатньо-незалежною, цілком відповідальною за свої дії, вчинки, поведінку, діяльність, дієвим господарем своєї долі, цілковито звільняється від невротичних страхів, тривог, вини, «самоїдства», гальм. Її поводження стає розкуто-спонтанним, по-дитячому експресивним і невимушеним, простодушно-відвертим, навіть дещо наївним. Пізнавальна діяльність – більш потужною, поглибленою і гнучкою, в ній з'являються імпровізація, креативність та небанальні підходи й висновки. Все це інтегрується в почуванні благополуччя й щастя, а відтак, з'являється усвідомлення своєї обраності, на яке ці люди реагують «сердечно», з величезною, щирою, але скромною вдячністю. Природно, що ця вдячність адресується Господу і Його ангелам-охоронцям, святим заступникам (бо, мовляв, кому ж іще дякувати за таке чудове диво?!). Вона трансформується у всеохоплюючу доброзичливість, готовність любити і безкорисливо творити добро – повертати таким чином «борг за невимовне щастя», – тобто, в ті диспозиції, на які нас орієнтує християнська Мораль Любові. [1, с. 79-84].

Е. Фромм на основі свого вельми продуктивного психотерапевтичного досвіду дійшов висновку, що у здатності любити полягає найістотніша сутність людини. Відтак, вбачав головну причину невротичних розладів та інших особистісних деформацій у неспроможності правдиво любити. Мовляв, на що б не скаржився невротик, які б симптоми його не турбували, усі вони є наслідком цієї його неспроможності. [1, с. 94-97].

Висновки. Благодатні чудеса, розумні роздуми й аксіологічна істинність гуманістичних релігій – досить переконливі аргументи на користь вибору віри в Бога, котрий любить людей і піклується про них, для критичного розуму, який збагнув, що він спроможний здійснити цей екзистенційний вибір лиш у межах власне віри – вірити в існування або в неіснування Трансцендентного, уособленням якого є Бог. Гуманістично-оптимістична віра в Бога – потужний екзистенційно-психологічний фактор психогігієни, психопрофілактики, психотерапії насамперед тому, що він сповнює існування цього світу, буття людства, життя кожної людини благодатним смислом, який надає «надсмислу» (В. Франкл) усім життєдайним саногенним смислам, надійно інтегрує їх.

Список використаної літератури

1. Москалець В.П. Психологія релігії: підручник, 3-тє вид., перероб., доповн. Київ: Ліра-К, 2020. – 192 с.
2. Охорона психічного здоров'я в умовах війни. Захисникам України від Американсько-української медичної фундації: у 2 т. / пер. з англ. Т. Семігіна, І. Павленко, Є. Овсяннікова, О. Тесленко. – Київ: Наш формат, 2017. 1 т. – 568 с.
3. Франкл В. Психотерапия и религия. – Человек в поисках смысла: сборник произведений: Пер. с англ. и нем. / Общ. ред. Л. Я. Гозмана и Д. А. Леонтьева; вст. ст. Д. А. Леонтьева. – М.: Прогресс, 1990. 368 с.

Галина Ожубко

*Дрогобицький державний педагогічний університет
імені Івана Франка*

ОРГАНІЗАЦІЯ ЕФЕКТИВНОЇ ОСВІТНЬОЇ ВЗАЄМОДІЇ ВИКЛАДАЧА І СТУДЕНТА

Вступ. Якість освітнього процесу в навчальному закладі, у більшості, визначається характером взаємодії викладача і студента. Від цього залежить професійне становлення та успішність професійної самореалізації майбутнього педагога та формування його цінностей. Освітня взаємодія в системі «викладач-студент» - це система впливів суб'єктів, які включені у спільну діяльність.

Психологічна наука розглядає взаємини викладачів і студентів як особливий психологічний феномен і важливу складову цілісного педагогічного процесу підготовки фахівця у вищому навчальному закладі, проте відсутнє єдине розуміння його суті й структури. Під взаєминами "викладач-студент" ми розуміємо цілеспрямовану взаємодію суб'єктів педагогічного процесу, яка детермінована метою й завданнями спільної навчально-професійної діяльності, визначається як загальними психологічними механізмами, так і чітко визначеними соціально-рольовими функціями партнерів, особливостями й закономірностями педагогічного спілкування в умовах вищого педагогічного навчального закладу[4].