

ЗАСТОСУВАННЯ ЛОГОТЕРАПІЇ ВІКТОРА ФРАНКЛА У РОБОТІ З БАТЬКАМИ ДІТЕЙ З ОСОБЛИВОСТЯМИ РОЗВИТКУ

Наталія Кульчицька-Ручка,
директорка Комунальної установи
«Інклюзивно-ресурсний центр»
Бережанської міської ради
E-mail: berezhany.irc@ukr.net

Віктор Еміль Франкл (1905-1997 рр.) – професор, доктор медицини та філософії. Працював професором психіатрії та неврології у Віденському університеті та викладав у різних університетах США. Був володарем 29 почесних докторських ступенів університетів з усього світу.

Метод Франкла виріс і сформувався на підґрунті теорії віденського психоаналітичного товариства, сам В. Франкл був учнем З. Фрейда, колегою А. Адлера, проте став автором третьої віденської школи психотерапії – екзистенційного аналізу та логотерапії. Він почав розробляти свій метод у 1930-х роках. Остаточо сформулював його тези під час перебування у концтаборах в роки Другої світової війни. Саме там він помічав події та факти, що переконали його у дієвості власної теорії. У тих нелюдських умовах він побачив, що є щось, що здатне тримати одних людей і уподібнювати їх вчинки мало не до рівня святих тоді, коли довкола всі умови штовхали до розлюднення та боротьби за просте існування та виживання. Його теорія пройшла випробування найжахливішими екстремальними умовами і привела вченого до розуміння, що лише віднайдення сенсу і розуміння значущості життя та здатності зберігати людську гідність серед темряви обставин, здатне допомогти вижити і відновитися [4,5].

Концепція логотерапії та екзистенційного аналізу Франкла базується на критичному аналізі теорії Фрейда та індивідуальної психології Адлера. Франкл відмітив, що у цих методах поза увагою науки залишається духовний вимір людини. Центральним в своїй теорії він визначив поняття

логосу. Під «логосом» Франкл насамперед має на увазі «сенси» [4]. Таким чином, коли говоримо про екзистенційний аналіз та логотерапію Віктора Франкла, маємо на увазі насамперед метод, що означає підтримку в пошуку сенсу.

Франкл вважав, що екзистенція, або ж існування — це специфічний спосіб життя людської особистості, а саме її здатність обирати позицію щодо доленосних фізичних, психічних, соціальних, економічних і культурних умов та подій свого життя. А екзистенційний аналіз означає ведення до усвідомлення поточних умов існування та підтримку зусиль для творчого впливу на них у свободі вибору та особистій відповідальності за ці вибори [3,4]. За Франклом у структурі особистості найважливішими є три основні поняття - «свобода волі», «воля до сенсу» і «сенси життя» [4,5]. Саме питання про сенси життя є природним та провідним для нормальної людини. Відсутність волі до сенсу і самого прагнення до його набуття є головною причиною невротичних станів і негативних переживань типу відчуття безглуздості, нікчемності життя [3]. Сенси, за В. Франклом, існують об'єктивно в кожній миті людського життя, навіть в самій болючій і трагічній. Однак, ніхто не може дати людині цей сенси, у кожного він свій. Але психолог чи фахівець в силах стати провідником і допомогти його усвідомити. В основному втрата сенсу життя відбувається при сильних психотравмуючих чи кризових подіях [8].

Звісно, що ніхто з майбутніх батьків не планує народження дитини з особливостями розвитку чи хворобами. Очікуючи на поповнення, майбутні батьки прагнуть виростити здорове маля відповідно до своїх уявлень про виховання і рости та розвиватися разом з ним як повноцінна родина. Як правило, повідомлення про можливі відхилення у розвитку дитини стають шоком для батьків. Можна з впевненістю стверджувати, що практично усі складові батьківства зазнають руйнування чи деформації і мають зазнати суттєвої перебудови та переосмислення після повідомлення про особливості розвитку дитини. Насамперед зазнають краху батьківські

установки та очікування як погляд на свою роль батька чи матері, що проявляються в уявленні про ідеальний образ родини, дитини, розподіл ролей у ній. Значної зміни зазнають батьківські почуття та ставлення. Попри зміну загального емоційного фону в сторону пригнічення та суму, на перший план виходить турбота про дитину, яка необхідна їй для підтримання життя та функціонування. Зазнають змін і ціннісні орієнтації батьків, які по-іншому тепер визначають мету народження своєї дитини та бачать шляхи її виховання. І найголовніше для успішного розвитку дитини – має бути сформована нова батьківська позиція та основною мотиваційною силою цього має стати батьківська відповідальність [1,2].

Як і будь-яка шокова подія, повідомлення про особливості розвитку дитини є відправною точкою життєвої кризи, яка розвивається за ним. Як і в проживанні травматичної події, згідно теорії прив'язаності Боулбі, у переживанні прийняття особливостей розвитку дитини, родина проживає певні етапи:

1. Стадія шоку та невіри
2. Стадія заперечення
3. Стадія суму та гніву
4. Стадія прийняття (реорганізації) [7].

На стадії шоку та невіри батьки, як правило, приголомшені та розгублені від отриманої інформації, не здатні мислити раціонально, відчувають емоційний біль.

Ця стадія переходить у стадію заперечення, коли у виснажених емоційно батьків спрацьовують механізми психологічного захисту. В такому стані вони не вірять діагнозу, заперечують знання фахівців і просто не визнають наявності проблем у дитини.

На стадії суму і горювання емоційний стан батьків динамічний: напади суму та відчаю можуть змінюватися злістю на себе та інших, а потім на почуття сорому за такі думки. Це найскладніша для проживання стадія усвідомлення проблеми у особливому батьківстві. Вона може привести до

депресії чи навіть суїцидальних думок та спроб. Саме ця стадія вимагає від тих, хто контактує з батьками, уміння бути терплячим помічником на шляху до «зцілення», а саме прийняття проблеми. Знання логотерапії та застосування її у практиці супроводу родини на цій стадії і в подальшому значно посилює шанси на те, що родина зможе пройти цю дорогу успішно і розпочати процес реорганізації свого життя та конструювання нової дійсності. Доведено, що є значна кореляція між наявністю сенсу у житті людини та її стійкістю [6]. То ж у роботі з батьками дітей з особливостями розвитку важливо спробувати допомогти наростити прагнення до сенсу, пробудивши до духовного проживання подій. Перевести важку ситуацію усвідомлення особливостей розвитку дитини у конструктивну кризу, яка призведе до якісних змін, за допомогою віри у цінності і сенсу. Для якісної допомоги дитині з особливостями розвитку надзвичайно важливо зробити так, щоб сама родина та стиль її життя стали союзниками спеціалістів, які працюють з дитиною. Тобто, чим швидше вдасться провести родину до стадії реорганізації кризи після отримання повідомлення про особливості розвитку, тим більше часу та можливостей буде у дитини для корекції та розвитку у сенситивні для цього періоди.

Важливо знати, яким чином взаємодіяти на кожному з етапів, враховуючи при цьому особливості емоційного стану родини.

На нашу думку, на першому етапі, коли батьки щойно дізналися про особливості розвитку дитини, основним завданням для фахівця має бути здатність вислухати, розділити, контейнувати емоції батьків, стати опорою, до якої можна звернутися в момент емоційного шторму. Фахівці мають допомогти батькам зрозуміти їх особисту цінність та значущість для життя і розвитку дитини, надаючи підтримку. Тут важливо дати відчуття, що поруч є небайдужі люди, які можуть як вислухати, так і бути просто поруч, готовим допомогти, надати інформацію про пошук шляхів і джерел підтримки. На цьому етапі головним інструментом для досягнення успіху стають духовні здібності та уміння власне самих фахівців, їх здатність до

самодистанціювання від бажання підганяти батьків в процесі прийняття та до трансцендентності у прагненні допомогти через свої знання та професійні уміння, діяти поступово та виважено в інтересах досягнення найкращого результату для благополуччя дитини.

На наступному етапі заперечення фахівцям знову ж доводиться апелювати до своїх власних цінностей, надаючи батькам час та можливість просуватися у своєму власному темпі на шляху прийняття змін у житті родини, і водночас не даючи втратити такий дорогоцінний для розвитку дитини час. Основним завданням супроводу на цьому етапі є створити безпечний простір, в якому батьки зможуть ділитися своїми переживаннями, сумнівами та припущеннями, не боячись осуду. В практиці роботи нашого інклюзивно-ресурсного центру ми використовуємо ресурсні зустрічі для батьків – не тривалі зустрічі у малих групах з виконанням спільних завдань, спілкуванням між батьками.

На відміну від попередніх двох етапів на стадії гніву, суму, коли у виснажених емоційно батьків можуть виникати такі негативні стани, як депресія, гнів чи почуття провини, які можуть наближати їх до екзистенційної фрустрації чи навіть до межі екзистенційної пустки через втрату сенсу батьківства, знання про те як та уміння пошуку нових сенсів у світлі логотеорії Віктора Франкла, на нашу думку, можуть бути реальним підґрунтям для того, щоб успішно справитися з своїми станами і розпочати процес реорганізації свого життя та життя родини. Для того, щоб продовжувати будувати своє життя і рухатися вперед, батькам потрібно буде внести зміни в усі сторони свого життя: від уявлення про себе і свою родину (самоідентифікація) і до зміни цінностей та вироблення нового способу життя. Пошук і побудова нових сенсів не дадуть залишитися у неприємних переживаннях нового досвіду і допоможуть вивести себе з стану безпорадної жертви, яка не здатна нічого вдіяти. Саме тут родина може зрозуміти, як у пошуку нових сенсів реалізуються цінності досвіду, творчості чи ставлення [3]. На цьому етапі важливу роль відіграють

переконавання та особисті цінності кожного з батьків, їх релігійність-віра та здатність до духовних роздумів та практик. На успішність роботи з дитиною, що має особливості розвитку, впливає багато різноманітних чинників. Проте основним з них є родина. Оскільки батьки перебувають з дітьми майже цілодобово і можуть бачити та відчувати найкращі моменти для корегуючого впливу набагато швидше, ніж фахівці. Від нормалізації стану батьків і їх готовності добровільно взяти на себе роль домашнього психолога, реабілітолога, логопеда для своєї дитини багато в чому залежить загалом успішність соціалізації та навчання дитини. Фахівці інклюзивно – ресурсного центру повинні враховувати обставини життя родини, співпереживати і відповідним чином демонструвати це під час спілкування, водночас мотивуючи, щоб батьки стали активними помічниками своєї дитини, формували розвиваючий простір вдома. Тут, насамперед, важлива індивідуальна роботи з батьками. І саме в її процесі є широке поле можливостей для використання знань логотерапії та її методів. Запорукою доброї взаємодії у процесі індивідуальної роботи з батьками дітей з особливостями розвитку є повага, приймаюче некритичне ставлення і співчуття, що само по собі дуже близьке до логотерапевтичного консультування. Для успішної роботи фахівці будуть змушені почати розмови на теми, які є неприємними. Наприклад, чимало батьків дітей з ООП спочатку приховують свій гнів, образу, розпач. Коли ж бачать, що фахівець, який працює з ними, розуміє їхні почуття, вони готові відкритися і бути відкритим для взаємодії. [1]. Саме тут є місце для використання того, що у логотерапії називають «риторикою любові», яка поєднує прийняття з пробудженням пошуку сенсу і яка, за словами Елізабет Лукас, є з цілющою силою.

Проаналізую можливості використання елементів стилю логотерапевтичної бесіди у процесі консультування у роботі з батьками.

За Лукас, елементом №1 у бесіді є здатність підвищити силу особистості, яка базується на дуальному розумінні любові. Тобто головне

не лише безоціночно та безумовно приймати клієнта та його ситуації такою, якою вона є, а й бачити можливості позитивного її розкриття у майбутньому. Чи не це потрібне для трансформації батькам дітей з особливостями, коли вони страждають від почуття вини у процесі прийняття проблеми?

В роботі з прийняттям є місце і для застосування такого елемента як допомога у ясності, у баченні (елемент стилю бесіди №2 за Елізабет Лукас). Згідно Франкла у стражданні людина здатна відточувати свою здатність бачити. Однак інколи глибина переживань та занурення у них призводить навпаки до звуження бачення, коли поза своєю проблемою людина перестає бачити світ довкола і усвідомлювати ті складні зв'язки та причини, які стоять за певними явищами чи подіями. В такому разі фахівець має підштовхнути батьків до погляду на проблему з інших позицій чи кутів зору. Фахівець також має надати усю інформацію, яку отримав про особливості дитини в процесі проведення комплексної оцінки та пояснити, як ті чи інші варіанти корекційного впливу чи його відсутності можуть вплинути на її стан. (елемент бесіди №3 – гра з альтернативами). І звісно, в результаті взаємодії батьки мають сформулювати для себе певний план дій та певну ціль, до досягнення якої будуть скеровувати свої зусилля (елемент бесіди №4 – пошук сенсу).

Алгоритм «підвищити цінність» – «допомогти побачити» – «гра з альтернативами» – «пошук сенсу» добре сприяє побудові довіри у спілкуванні [6]. Такі навички сприяють формуванню уміння позитивно та відкрито ставитися до батьків дітей з особливостями розвитку, незалежно від їхніх людських якостей та обставин. При такому стилі веденні бесіди фахівець інклюзивно–ресурсного центру має можливість не давати оцінку, не критикувати батьків, а делікатно, без будь-якого тиску заохочувати родину до прийняття власних рішень щодо освітнього маршруту дитини і скеровувати їх у продуктивне русло.

Процес переживання кризи особливого батьківства характеризується змінами на усіх рівнях – психічному та фізіологічному рівні і не можливий конструктивно без змін духовних. Суттєвим у переживанні кризової ситуації є ставлення до проблемної ситуації. А саме ставлення є продуктом ноетичного – продуктом вибору, а отже наслідком прагнення до сенсу, свободи вибору і відповідальності за нього. У процесі прийняття проблеми батькам доводиться справлятися на емоційному рівні – з шоком, заціпенінням, гнівом, тугою та сумом; на когнітивному рівні – з розумінням невідворотності того, що відбулося, і з прийняття його без пошуку винних та розумінням необхідності змін; на поведінковому рівні – з пристосуванням до нової картини уявлень про сім'ю та батьківство, з прощенням себе та інших, з новою соціальною мережею контактів для підтримки та побудовою нової моделі життя родини; на духовному рівні – з переоцінкою цінностей, з пошуком та творенням нових сенсів і прийняттям нової реальності і картини майбутнього. Результатом проживання кризи стає змінена модель батьківства, де на передній план виходять ціннісні орієнтації та переживання батьківської відповідальності за долю дитини.

Пошук і побудова нових сенсів допомагають батькам вивести себе з стану безпорадної жертви обставин і взяти на себе активну роль.

Список використаних джерел:

1. Гречко Л. Психологічний супровід дітей з вадами психофізичного розвитку в загальноосвітній школі. Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського державного університету. Серія «Соціально-педагогічна». 2006. Вип. 6. С. 247–250.
2. Єфімова О. А. Особистісні чинники переживання психотравмуючих ситуацій. Проблеми гуманітарних наук : наук. записки Дрогобицького держ. пед. ун-ту. Дрогобич, 2001. – № 7. – С. 85–94

3. Пурйо Тімо Духовні можливості логотеорії Віктора Франкла. Харків ПП «Компанія СКАТ», 2022.-248 с.
4. Франкл Віктор. Лікар і душа. Основи логотерапії. Харків: Клуб сімейного дозвілля, 2018.-316 с.
5. Франкл Віктор. Людина в пошуках справжнього сенсу. Психолог у концтаборі. Харків: Клуб сімейного дозвілля, 2018.-160 с.
6. Elisabeth Lukas. Lehrbuch der Logotherapie. Menschenbild und Methoden. Wien: Profil Verlag GmbH, 2014.-255 s.
7. UNICEF. Підтримка батьків та дітей під час війни: Поради із підтримання психічного і фізичного здоров'я, безпеки, харчування, освіти та розвитку. URL:
<https://www.unicef.org/ukraine/media/12911/file/tips%20for%20relatives%20and%20specialists.pdf>
<https://www.unicef.org/ukraine/media/12911/file/tips%20for%20relatives%20and%20specialists.pdf>
8. Франкл В. Е. Логотерапія та екзистенційний аналіз. URL:
<https://alea.in.ua/pro-v-e-frankla-ta-lohoterapiiu/>