

ВИКОРИСТАННЯ ОНТОПСИХОЛОГІЧНОЇ СІНЕМАЛОГІЇ У ПРАКТИЦІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОРЕКЦІЇ ЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ ЖІНОК

У практичній роботі психологи все частіше застосовують новий метод роботи з клієнтами – сінемалогію, вельми ефективну в аудиторії кількістю понад сто осіб. Сінемалогія – це використання кінофільму, що розглядається як продукт індивідуального та колективного несвідомого, з метою розуміння психобіологічних процесів, що відбуваються в організмі людини поза її свідомістю. Для психологічної корекції емоційних станів у групі жінок, які пережили аборт, застосовувалась сінемалогія за фільмом “Крамер проти Крамера” (США, 1979). Технічні засоби аналізу фільму дозволяють оголоти перед кожним учасником сутність його комплексу, усвідомити його і віднайти способи психологічного захисту.

Сучасна психотерапія докладает великих зусиль, відшуковуючи засоби проведення аналізу психіки одночасно великої кількості людей.

У нашій практичній роботі, окрім індивідуальних і групових сеансів психотерапії, поряд з методами “аутогенез”, “онтотерапія”, “онтоАрт” широко застосовується сінемалогія [1, 2], особливо ефективна в аудиторії, що нараховує понад сто учасників. Цей метод дозволяє перекласти в новий вимір усю систему свідомого і життєво-практичного пізнання.

Психіка має власні канали дії в зовнішньому світі, які за ефективністю та інтенсивністю дорівнюють внутрішній дії організму суб’єкта. Це так зване “семантичне поле”. Онтопсихологічна концепція семантичних полів переконує, що психічні процеси, які відбуваються в людині, впливають на її оточення так само, як впливають на внутрішню даність самого організму: психічна реальність людини, усвідомлює вона це чи ні, впливає на функціональну й органічну життєдіяльність іншого організму, на процес вироблення психічних рішень суб’єктами-“одержувачами” інформації. Прояви семантичних полів, зазвичай, виходять за межі сприйняття, доступного логіко-критичним можливостям і “відправника”, і “одержувача”. Тому про їх

існування можна говорити лише теоретично, *передбачаючи* можливі наслідки їхнього функціонування.

На рівні, що передує так званій сфері раціональності в психічній діяльності людини, онтопсихологічна школа відкрила механізм, яка вносить і фіксує нав'язливі ідеї та викликає психопатологічні явища в самій людині і поза нею. Це – “монітор відхилення”.

Саме в глибинах людини, між організмичним Ін-се і сферою комплексів, перед порогом свідомості “вбудовано” модулятор психічної енергії, дія якого призводить до єдиного результату – патологічної або танатичної фіксації. Після періоду прихованого існування, більша частка якого припадає на дитячий вік, монітор відхилення виявляє себе в розмаїтій патологічній динаміці, визначаючи соматичні захворювання та стиль поведінки. Онтопсихологія має у власному арсеналі численну кількість методів для дослідження описаних механізмів. Серед них плідним у роботі з психологічно травмованими пацієнтами є сінемалогія, котра використовує кінофільм як продукт індивідуального і колективного несвідомого з метою розуміння психобіологічних процесів. Для коректного використання методу сінемалогії потрібен належний досвід роботи з образним матеріалом. Образ визначається певною динамікою, що надає додаткової складності при інтерпретації. В онтопсихології розроблено критерій виявлення значень образів, що отримав назву “імагогіка”: системне, аналітичне вивчення образу таким, яким він виникає в психічній цілісності [6].

Варто наголосити, що людина – це пізнаюча істота. “Пізнання” означає співучасть у бутті: людина проникає всередину пізнаваної речі чи процесу. Цей досвід дає початок багатогранним формам пізнання. Приміром, розуміння змісту книги відбувається за допомогою селективного синтезу знань – надбання нашого розуму. Спочатку ми вловлюємо зміст, а потім виходимо в ширшу сферу уявлень, почуттів, інтуїції, асоціацій тощо. При перегляді фільму відбувається зворотнє: ми захоплюємося звуками, барвами, емоціями, асоціаціями на основі мнестичних відбитків; потім відбувається сутнісне скорочення, тобто усвідомлення фільму. Пізнання – це *не структурне сприйняття* об'єкта, воно відбувається в акті свідомості як *інтуїтивне розуміння* об'єкта. Тільки за таких умов пізнання стає сутнісним баченням.

У зоровому сприйнятті беруть участь не тільки очі: пізнає все тіло цілком, зазнаючи всередині численних енергетичних психосоматичних трансформацій, унаслідок чого суб'єкт стає іншим.

“Кіно” – це процес історичного розгортання подій. Процес розгортання фільму породжує емоції. Визначити і розпізнати дію фільму можливо лише через кінематографічну семантику. Сінемалогія можна уловити тільки в сфері ірраціонального, хоч він упорядкований сферою раціонального. Фільм, як і всякий інший продукт внутрішньої діяльності людини, піддається розумінню, насамперед за допомогою онтопсихологічного методу психодинамічної інтроспекції. Через вигаданий образ ми можемо досягнути дію, що орудує нами. “Я” особистості починає існувати між двома реаліями: одна з них – “Я”, котра дивиться, і друга – той образ, що виникає. Сінемалогія є інструментом, який дозволяє проникнути в психологічну реальність людини. Ми використовуємо фільм, щоб показати стиль життя, типовий для більшості людей, і тим самим навчити клієнтів інтроспекції і спроможності знаходити розв'язання актуальних для них ситуацій. Сінемалогія – це аналіз фільму як визначеного образу, що поступово усе сильніше захоплює нашу увагу, почуття, свідомість. Сінемалогія полягає у використанні фільму якогось режисера з метою “випустити” інстинкти і бажання, що приховані в кожному з глядачів. Тому істинним об'єктом аналізу є не сам фільм: розбір фільму перетворив би метод у кінодебати і не дав би терапевтичного ефекту. Терапії піддається те, *що* фільм збуджує у глядачах і *від чого* народжується інший (власний) фільм. Кінофільм стимулює прояв прихованих усередині нас психічних елементів. Ми одержуємо можливість побачити і зрозуміти власні комплекси; знаючи їх, ми знаходимо свободу дії і прийняття рішень у своєму житті [4].

Кінофільм, основною метою якого є *розважання* людей, характеризується ще однією важливою властивістю – *провокувати самовираження особистостей-глядачів*. Кіно розважає або “відволікає”, примушуючи несвідоме вийти назовні. До речі, те ж саме відбувається і з творцями фільму, але онтопсихологів цікавить власне готовий продукт – знятий фільм і те, *що* йому вдається спровокувати.

Мета сінемалогії криється не в навчанні або критичному розборі режисерської роботи, а у використанні фільму для аналізу людей, *котрі*

переживають образи: глядач емоційно є спільником саме того, з чим він ідентифікується. Тим самим, глядач показує, як він розпоряджається своїм існуванням: фактично, його життя перебігає так само, як розгортається дія фільму. Тобто при аналізі зовнішнього образу ми можемо розглянути заблоковані моменти наших знань. Сінемалогія – це особливий засіб інтроспекції світу образів, сполучених воедино визначеною ціллю, історією, процесом. Образ дозволяє проявитися внутрішньому світові, а спостереження за низкою упорядкованих образів дає можливість зрозуміти те, що вони провокують, на що впливають. Внутрішній зміст глядача *провокується* і тому виявляє себе, що й дозволяє його “побачити”. Через фільм виявляє себе несвідоме. Розуміння образів, котрими живе, живиться, розважається людина, означає знання того, “хто вона є”, “що вона важить” (таке знання можна використати і для зцілення людини, і для підтримки її подальшого зростання). Дійсно, ми маємо підстави заявити: “Скажи, який образ захоплює тебе, який образ тобі близький, зачіпає тебе, і я скажу, хто ти”. У процесі сінемалогії важливо зрозуміти, *що саме* нас “захоплює”: якщо мене захоплює певний сюжет або образ, то, поза всяким сумнівом, я – такий же, як і побачене. Усе те, що людину вабить, викликає емоцію, її ідентифікує. Отже, сінемалогія – це чекання емоцій кожного глядача, необхідних для проведення ідентифікації, у тому числі раціональної: несвідоме стає доступним для “Я”, у даному випадку – для переважаючого “Я” психолога, що спроможний ідентифікувати і роз’яснити стан глядача.

А. Менегетті називає сінемалогію використанням психотерапевтичного скальпеля на соціальному рівні [5]. Він підкреслює, що мова йде не лише про аналіз фільму в контексті психоаналізу, а про його використання як запрошення до інтроспекції з метою аутоідентифікувати Ін-се людини (динамічний принцип, який організовує всі можливі динаміки несвідомого та організмичного; принцип, котрий відділяє буття від небуття, існування від неіснування), тобто привести людину до психічного здоров’я.

Для сінемалогії годяться практично усі фільми, але особливо ті, що викликали непідробний інтерес і широке визнання публіки. Саме тому для конкретної групи жінок (після перенесення медичного аборту) було обрано фільм “Крамер проти Крамера”, де подружня пара знаходиться в стані кризи. Жоана (М.Стріп) покидає свого чоловіка Теда

(Д. Хофманн) і сина Біллі (Ж. Хенрі) і розпочинає пошуки власного життєвого шляху. Батько і син стикаються з труднощами свого нового сімейного стану і долають їх. Проте за якийсь час мати повертається і вимагає повернення сина, що і подається на розгляд суду.

Сеанс сінемалогії, який ми хочемо представити, відбувався в групі з чотирнадцяти жінок, котрі пережили переривання вагітності (аборт). Серед причин абортів жінки називали такі: матеріальна неспроможність виховувати дитину, відсутність чоловіка, завада для кар'єри, хвороба, небажання чоловіка мати дитину саме зараз, психологічна неготовність стати матір'ю. Тривалість сеансу п'ять годин, що розподілилися на три стадії, різні за призначенням та застосованими технічними прийомами.

Перша стадія розпочалася представленням фільму (кінематографічна оцінка та соціальне визнання) і продовжилася ознайомленням клієнтів із правилами участі у сеансі сінемалогії:

– *основна задача присутніх – підвищена увага до емоційних переживань під час перегляду кінофільму;*

– *готовність після закінчення перегляду висловитись щодо власних безпосередніх, можливо, ірраціональних переживань;*

– *у подальших виступах не переказувати те, що вже було сказано, а висловлювати щось нове.*

Далі демонструвався фільм.

Друга стадія: через п'ятнадцять хвилин після закінчення перегляду фільму присутніх запросили до розмови; одна з учасниць за власним бажанням розповіла про ті моменти фільму, які особливо схвилювали її. Були вислухані враження 70% присутніх (інші 30%, попри свою позірну пасивність, були залучені до розмови хоча б у стислому викладі своїх думок та описі наявних відчуттів). Дуже важливо, щоб *кожна з учасниць мала змогу висловитись.*

Як бачимо, друга стадія онтопсихологічної сінемалогії вибудовується з реакцій глядачів: формується попередня динаміка, котру можна використовувати як матеріал для психокорекційної роботи.

Коректне проведення сеансу спонукає учасників до вільного вираження власних думок та почуттів. Кожен учасник виступає лише раз. Такі виступи можна порівняти зі сновидіннями, що презентують

особистісну ситуацію людини у всій її повноті, адже сновидіння – це матеріал, який дає можливість “оперувати” суб’єкта і провести вивільнюючу його ідентифікацію.

Перегляд активізуючих образів кінофільму, що захоплює цілу групу людей, викликає послаблення Супер-Его як культурного, моралізуючого елемента, як внутрішню перепону, оскільки всі глядачі розуміють, що їхні переживання, реакція стосуються *видуманої* реальності. Це дещо нагадує події уві сні, коли образи виникають вільно, а заборони сильного Супер-Его відсутні, адже з “Я” знімається відповідальність. Логіко-історичне “Я” ніби знімає з себе повноваження внаслідок того, що ми обговорюємо переглянутий кінофільм, тобто факт, відтворений в образі, і досліджуємо неіснуючу зовнішню реальність. І сам режисер, якщо б він був присутнім при перегляді, визнав би, що ці образи він видумав, тобто створив можливість для прояву емоцій у межах вимислу. Як наслідок, глядачі можуть прикидатися, тому що *прикидаються усі*. Така ситуація породжує два важливі аспекти: по-перше, усунення перешкоди, зумовленої дією свідомого або логічного “Я”; по-друге, присутня вільна предметна проекція несвідомого, завдяки якій виражається його значний пласт.

Переходячи до другої стадії, ми погоджуємося прийняти удавання, навіть якщо починаємо розуміти, що вибір людини вказує на його внутрішню реальність, незалежно від того, чим це продиктовано.

Другий технічний момент зводиться до того, щоб спонукати кожного висловити власні почуття, відчуття, враження. Ця стадія є ключовим моментом сінемалогії, бо саме на ній несвідоме (в потенціалі чи актуальній даності, що об’єднує минуле, сьогодення та майбутнє особистості) активізується і проявляється назовні.

Істинною кінокартиною є те, що спровоковано дією кінофільму. Саме тому після перегляду фільму повинно йти його активне обговорення. Важливо, щоб учасників не хвилювала *раціональна виваженість, правильність* їхніх слів: більш цінним є виплеск емоцій, що активізовані кінофільмом, тому що саме цим визначається психічний стан життя особи.

Щоб розкрити механізм раціоналізації, необхідно схопити власну емоцію, що викликана переглянутим фільмом, бо саме ця частина внутрішнього світу людини керує нею в її повсякденному житті.

Таким чином, внутрішні складові без затримки виражаються у вигляді того емоційного кванту, який виявився активізованим, і це дозволяє за допомогою критерію та аналітико-прикладних інструментів онтопсихології сформувати психологічний портрет особистості. У такий спосіб досягається катарсичний та терапевтичний ефект у присутніх на сеансі сінемалогії. Саме тому сінемалогія є не стороннім спостереженням, а втручанням, живою співучастю у тому, що відбувається, коли кожен “занурюється у круговерть подій” з єдиною метою відшукати, розпізнати себе і встановити, чи діє він із позицій власних комплексів чи керується логіко-історичним “Я”.

Третя стадія: після виступу всіх бажаючих, із чітких розповідей яких фактично твориться другий фільм, багато в чому відмінний від першого (його сценарій – думки та почуття учасників), починається найважливіша стадія сінемалогії, у якій виділяються три етапи.

1) Психолог акцентує увагу, у чому висловлені твердження розходяться із сутністю фільму і з думками інших учасників (перед кожною учасницею оголюється тематика її психологічного комплексу, і вони починають розуміти, що ту саму життєву ситуацію кожна з них сприймає крізь призму власного домінуючого комплексу).

Цікаво перевірити, чому глядач переживає якусь емоцію, бачить факт чи якість ставлення певним, точно визначеним чином. Подана глядачем інтерпретація може відрізнятись від об’єктивного критичного аналізу кінематографічного образу тому, що він налаштований на власні емоції. Зіткнувшись із багатьма інтерпретаціями єдиного факту, кожен з учасників мусить визнати власну “сліпоту” і “глухоту”, а своє бачення реальності розцінити як проєктивне. Усвідомлення *власної необ’єктивності* посилюється, коли учасник стає свідком спотвореного сприйняття реальності *іншими*.

2) Психолог синтезує висловлені думки, пояснюючи мотивацію кожної з них (кожна з клієнток відкриває для самої себе величезний психодинамічний матеріал, піднятий на поверхню переглядом фільму).

3) Психолог викладає реальне переплетення образів фільму, керуючись критеріями імагогічного аналізу і параметрами

економіко-динамічної діалектики, заснованої на негативній констеляції комплексів, семантичних полях і негативній психології.

Представлений сеанс сінемалогії використовувався нами в програмі реабілітаційної та психокорекційної роботи з жінками після штучного переривання вагітності. При розробці спеціалізованих процедур корекційної програми ми враховували індивідуальний варіант психічного стану кожної клієнтки (домінуючі депресивні явища, актуальні емоції, акцентуація певних рис особистості та характеру, основні поведінкові установки щодо найближчого соціального оточення). Однак провідну роль відігравав індивідуальний прояв прихованих чи пригнічених переживань, котрі викликають душевний дискомфорт та призводять до дизадаптації. Спираючись на ці міркування, ми визначили основні напрямки психокорекційної роботи з жінками, котрі склали робочу групу. Серед них: а) пом'якшення почуття провини та вироблення адекватної особистісної позиції до того, що сталося (аборт), корекція життєвих планів щодо народження дітей у майбутньому; б) нівелювання страхів та зниження рівня тривожності, пов'язаних з можливими ускладненнями після штучного переривання вагітності; в) корекція сімейних стосунків, переживання дисгармонії подружніх стосунків, пов'язаної з ситуацією аборту.

Для реалізації кожного з поданих напрямків психокорекційної роботи застосовувались придатні для цього технічні засоби: візуалізація, техніка гештальттерапії, тренінг поведінки. Використання сінемалогії мало результати вельми широкого спектру. Клієнтки констатували зміну особистісної позиції щодо самозвинувачення у перериванні вагітності (раніше вони описували почуття провини перед ненародженою дитиною, перед партнером, перед собою, перед родиною тощо). Тепер відбулася переорієнтація їхніх поглядів: вони зробили *крок від звинувачення себе*, котре ще більше поглиблювало психологічну травму, *до використання адекватного механізму психологічного захисту*.

Ознайомлення з поглядами, думками та переживаннями інших учасниць сеансу сінемалогії, а також отримання додаткової інформації під час обговорення переглянутого кінофільму привело до розуміння, що жінка не одинока і *ситуація*, що склалася, *має тенденцію до розв'язання*, а не веде в глухий кут.

Фільм “Крамер проти Крамера” має характер сентиментальних, внутрішньосімейних стосунків. Він добре підходить для аналізу проблем, що виникають між подружжям, батьками та дітьми, їхніх взаємин, оцінок, взаємних вимог, очікувань, моделі поведінки, стереотипів, прийнятих у суспільстві. У нашій роботі ми застосовували цей фільм в основному для корекції сімейних стосунків шляхом зміни емоційного стану клієнток, створення і прийняття нової, більш адекватної власної позиції і, як наслідок, – готовності діяти на основі цієї позиції.

1. Менегетти А. Учебник по онтопсихологии. – М.: Славянская ассоциация Онтопсихологии, 1997. – 592с.

2. Менегетти А. Клиническая онтопсихология. – М.: Славянская ассоциация Онтопсихологии, 1997. – 320с.

3. Менегетти А. Женщина третьего тысячелетия. – М.: ННФБ “Отнопсихология”, 2000. – 112с.

4. Менегетти А. Синемалогия. – М.: ННФБ “Отнопсихология”, 2000. – 231с.

5. Meneghetti A. *La cineterapia*. – Psicologica Ed., Roma, 1995 (III ed.; II 1989; I ed. 1980).

6. Meneghetti A. *Immagogia ontopicologica*. / in *L'immagine alfabeto dell'energia*. – Psicologica Ed., Roma, 1992 (II ed.; I ed. 1991).

Ульяна Ковалева. Использование онтопсихологической синемалогии в практике психологической коррекции эмоциональных состояний женщин. В практической деятельности психологи все чаще применяют новый метод работы с клиентами – синемалогию, весьма эффективную в аудитории, насчитывающей более ста человек. Синемалогия – это использование кинофильма в качестве продукта индивидуального и коллективного бессознательного, с целью понимания психобиологических процессов, которые протекают в организме человека вне его сознания. Для психологической коррекции эмоциональных состояний в группе женщин, перенесших аборт,

применялась синемалогия по фильму "Крамер против Крамера" (США, 1979). Технические приемы анализа кинофильма позволяют обнажить перед каждой участницей сущность её комплекса, осознать его и найти способы психологической защиты.

Ulyana Kovalyova. Using of ontopsyhological cinemology in the practice of psychologic correction of women's emotional condition. The psychologists in their practical activity more often begin to use such method of activity with the clients, as cinemology. Cinemology is one of the methods of psychocorrecting activity used in ontopsyhology. Given form of activity can be applied to an audience numbering more of 100 persons. Cinemology represents using of film considered as a product of the individual and collective unconscious, with the purpose of comprehension psychobiological processes, which flow in the form of only external consciousness. For psychological correction of emotional condition in the group of women who have transferred an abortion, was applied cinemology on the film «Kramer Vs. Kramer». The technical methods of the analysis of the film allow to make before each participant an essence of her complex, to realize it and to find ways of mental protection.