

Nataliya Sydorenko,
PhD (Candidate of Psychological Sciences),
associate professor,

Iryna Fris,
PhD (Candidate of Psychological Sciences),
associate professor,

Department of General, Developmental and Educational Psychology,
Zhytomyr State University named after Ivan Franko,
40, Velyka Berdychivska Str., Zhytomyr, Ukraine

SELF-REGULATION OF BEHAVIOUR AND ITS FEATURES IN FUTURE TEACHERS

The article is aimed at examining the regulatory specificity of future teachers' personal qualities and searching for ways of forming self-conscious behaviour. Conscious self-regulation is understood as a process of initiating, building, maintaining and managing all kinds of internal and external activities aimed at achieving the objectives. Psychological mechanisms of future teachers' self-regulation of behaviour can be represented as a system of conscious actions in coordination activities with external and internal requirements of the results, namely, planning and programming educational activities, developing subjective criteria for achieving goals, monitoring and assessing results. The psychological characteristics of persons with different styles of self-regulation (such as balanced, characterised by high empathy and moderately internal level of subjective control; autonomous – high self-control, normative behaviour, active – moderately internal attitude towards life; sustained – sociability, anxiety, externality; ineffective, conformal, low empathy, reasonable internality) has been also presented. The concept of individual style of self-control is considered as individual typical features of self-regulation system, which appear in different types of person's activities. The presented integrated system of self-regulation of students-future teachers' behaviour is aimed at improving the regulatory processes and creating conditions for the development of such personality traits as regulatory flexibility, initiativity, independence, emotional stability, self-control, internality, and empathy. The approbation of the developed system has demonstrated positive changes in the ability for self-regulation by students-future teachers of their activities.

Keywords: self-regulation, externality, empathy, self-control, independence, internality, conformity.

Подано до редакції 13.04.2016

УДК: 159.9.

Ірина Миколаївна Тичина,
кандидат психологічних наук,
доцент кафедри соціальної та практичної психології,
Житомирський державний університет імені Івана Франка,
вул. Велика Бердичівська, 40, м. Житомир, Україна

ІНТРАПСИХІЧНА МОНОДРАМА ЯК МЕТОД ПІЗНАННЯ ТА ПОШУКУ ВНУТРІШНІХ РЕСУРСІВ РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ

У статті описуються особливості використання монодраматичної гри в консультативній роботі. Виокремлено види монодрами, залежно від проблематики, яка піднімається клієнтом: інтерперсональну, ілюзорну, інтраперсональну. Проаналізовано можливості інтрапсихічної монодрами як методу пізнання внутрішньої рольової структури особистості клієнта. Показано, що в ході інтрапсихічної монодраматичної гри клієнт має можливість виявити свої актуалізовані та приховані ролі, відчувати актуальні та потенційні можливості, наблизитися до внутрішніх ресурсів розвитку.

Ключові слова: психодрама, монодрама, інтрапсихічна монодрама, інтерперсональна монодрама, ілюзорна монодрама, протагоніст.

Сучасна психологічна наука намагається цілісно підійти до вивчення людини на всіх рівнях її існування. Однак, як слушно зауважив В.О. Татенко, будь-яку психічну, душевно-духовну активність лише умовно можна розглядати окремо від того, хто її здійснює. Тому в центрі уваги опиняється «Я» як «інтегрований у вигляді інстанції зворотній зв'язок індивіда із самим собою, продукт рефлексії людиною своєї самості, результат і

умова виокремлення людською істотою себе в собі і з-поміж як автономного суцього, здатного інтуїтивно відчувати й усвідомлювати свої онтичні інтереси, а також цілеспрямовано задовольняти їх, долаючи внутрішні і зовнішні перешкоди» [5; с.331].

У зв'язку із цим існує необхідність аналізу можливостей різноманітних психологічних методів пізнання та самопізнання, прийомів пошуку внутрішніх

ресурсів розвитку особистості. Особливий інтерес становить монодрама як один із способів використання психодраматичних технік у індивідуальному консультуванні з метою розкриття внутрішньої сутності особистості клієнта.

На думку Я.Л. Морено, «Я» людини (self) є результатом програвання цілої сукупності ролей. Ролі не народжуються з людського «Я», а навпаки, з ролі з'являється «Я». За такого підходу «психіка» розглядається скоріше як множинне поняття, а не одиничне [3].

П. Пітцелє звертає увагу, що з точки зору Я.Л. Морено, людину було б правильніше називатися не «я», а «ми». І якщо автор психодрами вживає слово «роль» (role), то П. Пітцелє використовує синоніми: “part” (“роль” в сенсі “частина” или “участь”), “character” (“роль” в сенсі “персонаж”) и “role” (“роль” в сенсі “функція”). Він пише, що у внутрішньому житті людини, між різними частинами психічного можуть відбуватися інтриги і непорозуміння, отримуватися нагорода і жорстка критика, а інколи трапляється так, що на якусь мить настає спокій і мир. Автор погоджується з улюбленим висловом Я.Л. Морено про те, що кожного з нас можна вважати групою [4].

Співвідношення понять особистості і ролі є одним із центральних питань, яке піднімається П.П. Горностаєм у контексті розробленого ним рольового підходу до самореалізації особистості. Автор зауважує, що питання про те, хто ким керує – людина роллю чи навпаки залишається відкритим. Межа між особистістю і роллю рухлива і відносна. Це означає, що людина, яка виконує роль, може самовиражатися, а може грати, в сенсі не бути собою, а демонструвати рольову поведінку [1].

Проблема взаємовпливу особистості і ролі в онтогенезі розвитку людини розглядаються Т.М. Титаренко в контексті формування життєвого світу людини. Авторка розглядає людську особистість у двох ракурсах: обличчям до оточення та обличчям до себе, тобто з боку зовнішнього, рольового самовизначення і з боку внутрішньої, сутнісної самопрезентації. Особистість людини постає таким собі дволиким Янусом. «Я для інших» є рольовою підструктурою чи персоною, соціальним обличчям людини. Персона відповідає за регулятивні механізми психічної активності, поведінки, взаємодії з оточенням, від неї залежить якість адаптації. Соціальні очікування є тим життєвим середовищем, яке сприяє актуалізації та становленню цієї рольової складової. Найпотаємніша частина, ядро особистості інтегрує все психічне життя, всі аспекти індивідуальності, місце, де сконцентровано весь потенціал особистісного зростання [7].

Життєствердним і одночасно трагічним для кожної людини є факт існування від народження і поступової втрати у процесі соціалізації здатності бути самим собою, прислухатися до себе, обирати спорідне-

ну для себе діяльність, знаходити своє місце у світі. Т.М. Титаренко влучно описує цей процес словами: «Буття відповідно із собою, в гармонії з власною сутністю, життя у внутрішній правді дається кожному з нас спочатку безпосередньо, природно, неусвідомлено. Потім, соціалізуючися, ми не можемо не втратити частково або майже повністю цього найдорожчого скарбу. Позбутися його остаточно не випадає, але можна жити, ніколи про нього не згадуючи... не зважуючи на себе хреста відповідальності» [7; с. 302].

Для нас у визначенні змісту монодрами важливим є той момент, що свої витoki вона бере з теорії і практики психодрами – методу групової психотерапії, розробленого Я.Л. Морено. Тому розуміння монодрами можливе лише на основі аналізу основних ідей Я.Л. Морено та його послідовників. У статті ми ставили за мету проаналізувати можливості реалізації ідей психодрами у монодраматичній грі у процесі консультування та окреслити основні кроки роботи у методі інтрапсихічної монодрами.

В літературі знаходимо два підходи у розумінні монодрами. З точки зору першого, монодрама є використанням психодрами в індивідуальному консультуванні і терапії, варіант психодрами, в якому всі ролі грає сам протагоніст. Простір приміщення використовується для побудови сцени, на роль інших людей обираються пусті стільці або символічні предмети [8].

Другий підхід відображає погляди на монодраму як фрагмент, частину психодраматичної гри. Зокрема, Д.А. Кіппер монодрамою називає варіант техніки самопредставлення у психодраматичній грі, коли протагоніст розігрує серію завершених ситуацій, в ході яких дається короткий опис важливих для нього людей [2].

Приєднуючись до першого, більш ширшого тлумачення, монодрами, спробуємо проаналізувати можливості втілення ідей психодрами в індивідуальній терапевтичній роботі, спираючись на думки визнаних майстрів психодраматичної гри. Така спроба, на нашу думку, дозволить чіткіше виокремити спільні і відмінні моменти групової психодрами та монодрами, побачити переваги та обмеження останньої (Таблиця 1).

Монодрама як метод індивідуальної психотерапії має свої недоліки і переваги. Інколи монодрама більш безпечний метод роботи для клієнта, порівняно з психодрамою, що може бути пов'язано із індивідуальними особливостями самого клієнта або високим рівнем інтимності теми.

Вище описане розуміння монодрами приводить до думки про можливість виділення її видів аналогічно тим видам психодрами, які виділяє П.Пітцелє [4]. Отже, монодраматична гра може бути різною, залежно від проблематики, яка піднімається клієнтом: інтерперсональною, ілюзорною, інтраперсональною. Спробуємо розкрити зміст кожного з типів, спираючись на опис типів групової психодрами П.Пітцелє

Таблиця 1.

Можливості реалізації ідей психодрами у індивідуальному консультуванні

Ідеї та принципи психодрами	Можливості реалізації ідей психодрами у монодраматичній грі
«...спосіб практикувати життя, не боячись бути покараним за скоєні помилки» (Марша Карп)	У монодраматичній грі протагоніст практикує власне життя за умови повного прийняття збоку директора.
«...група виконує фрагмент життя протагоніста» (Марша Карп)	Сам протагоніст програє ситуацію свого життя, використовуючи простір як сцену, а предмети як символи значимих людей.
«...представлення правди протагоністом може відкрити очі для когось ще, хто побачить себе відображеним у намаганнях виразити те, що реально...» (Марша Карп)	У психодраматичній грі «на двох» душевні зрушення відбуваються у протагоніста, зворотній, а зв'язок може надаватися директором.
«...психодрама буквально означає дію душі, вона виявляє внутрішню драму, щоб драма всередині, стала драмою назовні...» (Марша Карп)	У монодрамі протагоніст має можливість подивитися на проблемну ситуацію зверху, з боку, здалеку, вийшовши за межі побудованої сцени за допомогою техніки «дзеркало».
«Сучасна психодрама вперше стала груповою психотерапією, завдяки розвитку процесів соціометрії в рамках психодраматичних сесій (наприклад, коли обирається протагоніст, з яким найбільша кількість групи себе ідентифікує)» (Пітер Хаворт)	Робота з «соціальним атомом» є втіленням ідей соціометрії.
«Спонтанність – нова або адекватна відповідь на стару ситуацію» (Марша Карп)	Використання техніки «обмін ролями» у монодраматичній грі дозволяє протагоністу бути більш спонтанним, оскільки виводить за межі звичної оборонної позиції.
«Зустріч – досвід, який приходить, коли людина безпосередньо зіштовхується із значимими людьми» (Марша Карп)	Використання техніки «обмін ролями» у інтерперсональній монодраматичній грі дозволяє протагоністу відчутти і глибше зрозуміти внутрішній світ значимих людей
«Груповий зворотній зв'язок з інших ролей, стосовно проблеми, може надати неоціненне розуміння для протагоніста» (Марша Карп)	У монодраматичній грі протагоніст може побачити щось нове, побувавши в різних ролях і усвідомивши, як йому там було.

Інтерперсональна монодрама – протагоніст намагається розв'язати проблемні моменти у взаємостосунках з іншими людьми. За П.Пітцеле протагоніст приймає одну головну роль і веде її протягом всієї гри. Він може проводити зміну ролей скільки завгодно, але все одно буде повертатися до своєї вихідної ролі. Драматичний процес може переходити від теперішніх подій до подій минулого чи майбутнього, може містити багато сцен, але загальний контекст буде завжди стосуватися взаємостосунків між людьми. На думку П.Пітцеле, такий тип гри може мати таку послідовність: розказується історія, пригадуються події з особистого життя, встановлюються декорації, перераховуються діючі особи, найбільш гострим моментом гри є катарсичне вивільнення почуттів.

Ілюзорна (фантастична, сюрреалістична) монодрама – це не обов'язково драма сну, але це завжди гра, де закони повсякденного життя замінюються на закони фантазії. Ролі, які грає клієнт, можуть бути проєкціями фантазії протагоніста. Протагоніст обмінюється ролями з кожною частиною своєї фантазії, при цьому, він сам є частиною фантазії. У сні і в уяві Я (self) перестав бути реальним. Кінець сюрреалістичної гри співпадає з кінцем фантазії. Цей тип гри стосується

світу, який Я.Морено назвав «надреальність» (“surplus reality”).

Інтрапсихічна монодрама – це дослідження особистості як групи. Вона спрямована на те, щоб виділити всі ролі, почути всі голоси, з тенденціями їх розвитку, періодично зміщуючи акценти в загальній картині на даний момент. Мета інтрапсихічної роботи полягає у розкритті всіх субособистостей, починаючи з тих, що лежать на поверхні і закінчуючи тими, що ховаються на глибині. Цей тип монодрами приймає як даність множинність особистості. «Через використання техніки «пустого стільця» або за допомогою допоміжних Я стає можливим конкретизувати і драматизувати Я. Стає зрозуміло, що Я – це не одна фігура, а декілька, які існують як система частин Я. Ця система може бути представлена на сцені, побудовано діалог між ними і змінено якість стосунків (теле). Це удосконалене внутрішнє теле зустрічається у вигляді взаємостосунків, які стають видимими через діалог» [6; с. 58]

Спробуємо проаналізувати і зрозуміти логіку роботи у методі інтрапсихічної монодрами на прикладі психодраматичної роботи П.Пітцеле з підлітками.

Крок 1. Зустріч з маскою (Робота з першим стільцем). Мета: зрозуміти, навіщо маска потрібна.

П. Пітцелє так описує початок своєї роботи: *«Методично я роблю це за допомогою двох стільців, які стоять один за одним. Один стілець для маски, інший для того, що за нею ховається. Ці два стільця дозволяють оголосити клієнту, що я добре усвідомлюю, що ношу маску, і що світ, який знаходиться за нею або під нею – це мій внутрішній світ, який я хочу дослідити за допомогою психодраматичної гри»* [4].

Автор зауважує, що створення маски – це творчий процес, необхідний людині для виживання і пристосування до дійсності. Кожна маска має свою історію. Інколи важливо знайти походження маски, ситуації в минулому, де вона виявляється, а також перспективи її майбутнього. Маска – це роль, в якій людина законсервовалася, а її міцність говорить про те, які нерозроблені, недосліджені, нерозвинені частини-ролі (parts) існують всередині. Все що необхідно, це така психодрама, яка відкриє ці ролі, які виникли до «Я», для того, щоб «Я» все ж таки з'явилося.

Крок 2 Ідентифікація того, що приховує маска (Робота з другим (третім, четвертим ...) стільцем)

Протагоніст стає адвокатом всіх персонажів, які приховує маска. Він повертається у минуле, туди, де виникли ці ролі. Можна брати другий, третій, четвертий стілець, стільки, скільки необхідно. На нових стільцях розміщуються частини-ролі (parts). Це дозволяє виразити, те, що раніше було пригнічено. Стільці дозволяють бути конкретними стосовно того, що показати, а що ні. Таким чином техніка «другого стільця» відкриває доступ до групи ролей-частин. Коли вони з'являються на сцені директор змушує їх завмерти і вони завмирають.

Крок 3 Аналіз та перетворення того, що приховувала маска. Мета: розвиток "Я" (self) протагоніста.

ЛІТЕРАТУРА

1. Горноста́й П.П. Личность и роль: ролевой подход в социальной психологии личности: монография / П. П. Горноста́й. – К.:Интерпресс ЛТД, 2007. – 312 с.
2. Киппер Д. А. Клинические ролевые игры и психодрама / Д. А. Киппер; [Пер. с англ. М.Ю. Никуличева, Ю.Г. Григорьевой]. – М.: ТОО «Независимая фирма «Класс», 1993 – 224 с.
3. Морено Я.Л. Психодрама / Я. Л. Морено; [Пер. с англ. Г.Пимочкиной, Е. Рачковой]. – М.: Апрель Пресс; Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2001. – 528 с.
4. Питцелє П. Подростки изнутри: интрапсихическая психодрама / П. Питцелє // Психодрама – вдохновение и техника / Под ред. П. Холмса и М. Карп. / Пер. С англ. В. Мершавки и Г. Ченцовой. – М.

За словами П.Пітцелє, цей крок відбувається тоді, коли звільнений дух протагоніста спостерігає і одночасно впливає на персонажів свого внутрішнього світу, виявляючи при цьому делікатність, здатність до пошуку і встановлення зв'язків між внутрішніми частинами-ролями, а головне вміння слухати, що каже кожна частина.

Цей внутрішній персонаж володіє необхідною майстерністю психодраматиста і соціометриста. За допомогою техніки «дзеркало» – у процесі переміщення протагоніста з драматичного процесу в позицію рефлексивного спостерігача і повернення назад до дії і участі – архетипічно вирощується «Принц» або «Принцеса». Цей вільний в своєму русі від спостерігача до учасника персонаж є прототипом «Я» (self). Це головна частина, яка переміщуючись від спостерігача до учасника може бути активною і пасивною, вона насичена силою, яка може захистити, виявити турботу і співчуття.

Інтрапсихічна монодраматична робота дозволяє побачити і усвідомити всі частинки свого «Я», ті, які людина охоче демонструє собі та іншим, а також ті, які наполегливо і надійно ховає від себе та оточуючих. У ході цього процесу відбувається відновлення і підсилення тієї частинки, яка є головною у процесі особистісного зростання, прототип "Я" (self) (П.Пітцелє).

Крім того, інтрапсихічні психодраматичні експерименти дають можливість краще пізнати себе для себе, себе для групи, для суспільства і людства в цілому. Вони розвивають вміння бути успішним на всіх цих рівнях, дозволяють побачити, як ці рівні представлені в одній людині, формують здатність жити в ладу з собою. Така робота є практичним втіленням ідей Я.Л.Морено про те, що працюючи з індивідуальною реальністю, можна змінити весь світ.

: Независимая фирма «Класс», 2009. – 284 с. – (Библиотека психологи и психотерапии).

5. Татенко В.О. Суб'єктно-вчинкова парадигма в сучасній психології / В. О. Татенко // Людина. Суб'єкт. Вчинок: Філософсько-психологічні студії / За заг. ред. В.О.Татенка. – К.: Либідь, 2006. – 360 с.

6. Таувон К.Б. Принципы психодрамы // Руководство по психодраме / Под редакцией М.Карп, П.Холмса и К.Б. Таувон / Пер. с англ. О.П. Прокоповой; под. ред.. П.П. Горноста́й.- К.: Изд. П.Горноста́й, 2013. – 344 с.

7. Титаренко Т. М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності / Т. М. Титаренко. – К.: Либідь, 2003. – 376 с.

REFERENCES

1. Gornostay, P. P. (2007). *Lichnost i rol: rolevoi podkhod v sotsialnoi psikhologii lichnosti: monografiya [The identity and role: role-playing approach in the social psychology of personality: monography]*. Kyiv: Interpress LTD [in Russian].
2. Kipper, D. A. (1993). *Klinicheskiie rolevyie igry i psikhodrama [Clinical role playing and psychodrama]*. Nykulychev M. Yu., Grygoreva Yu. G. (trans.). Moscow: TOO «Nezavisimaia firma «Klass» [in Russian].
3. Moreno, Ya. L. (2001). *Psikhodrama [Psychodrama]*. Pimochkina, G., Rachkova, E. Moscow: Aprel Press; Izd-vo EKSMO-Press [in Russian].
4. Pitsele, P. (2009). *Podrostki iznutry: intrapsikhicheskaia psikhodrama [Teenagers from the inside: intrapsychic psychodrama]*. *Psikhodrama – vdokhnovenie i tekhnika – Psykhodrama – inspiration and machinery*. Holms P., Karp M. (Eds.). Mershavka V., Chentsova, G. (transl.). Moscow: Nezavisimaia firma «Klass» [in Russian].
5. Tatenko, V. O. (2006). *Subiektno-vchynkova paradygma v suchasniy psikhologii [Subject-acting paradigm in modern psychology]*. *Liudyna. Subiekt. Vchynok: Filosofsko-psykhologichni studii – Man. Subject. The act: Philosophical and psychological studies*. Tatenko V. O. (Ed.). Kyiv: Lybid [in Ukrainian].
6. Tavon, K. B. (2013). *Printsypy psikhodramy [The principles of psychodrama]*. *Rukovodstvo po psikhodrame – Guide for psychodrama*. Karp M., Holmsa P., Tavon K. B. (Ed.). Prokopova O. P. (trans.). Kyiv: Izd. P.Gornostai [in Russian].
7. Tytarenko, T. (2003). *Zhyttyevyi svit osobystosti: u mezhakh i za mezhamy budennosti [The world of life of the individual, within and beyond the ordinary]*. Kyiv: Lybid [in Ukrainian].
8. Erlaxer-Farkas, B., Jorda, K. (2004). *Monodrama: Istseliiaushchaia vstrecha. Ot psikhodramy k individualnoi terapii [Monodrama: Healing meeting. From Psychodrama to Individual Therapy]*. Kyiv: Nika-Cetr [in Russian].

Ирина Николаевна Тычина,

кандидат психологических наук,

доцент кафедры социальной и практической психологии,

Житомирский государственный университет имени Ивана Франко,

ул. Большая Бердичевская, 40, г. Житомир, Украина

ИНТРАПСИХИЧЕСКАЯ МОНОДРАМА КАК МЕТОД ПОЗНАНИЯ И ПОИСКА ВНУТРЕННИХ РЕСУРСОВ РАЗВИТИЯ ЧЕЛОВЕКА

В статье описываются особенности использования монодраматической игры в консультативной работе. Выделены виды монодрамы, в зависимости от проблематики, которая поднимается клиентом: интерперсональный, фантастический, интраперсональный. Интерперсональная монодрама: протагонист пытается решить проблемные моменты во взаимоотношениях с другими людьми. Протагонист принимает одну главную роль и ведет ее на протяжении всей игры. Он может производить смену ролей сколько угодно, но все равно будет возвращаться к своей исходной роли. Драмматический процесс может переходить от нынешних событий к событиям прошлого или будущего, может содержать много сцен, но общий контекст будет всегда касаться взаимоотношений между людьми. Такой тип игры может иметь определенную последовательность: рассказывается история, вспоминаются события из личной жизни, устанавливаются декорации, перечисляются действующие лица, наиболее острым моментом игры является катарсичное высвобождение чувств. Иллюзорная (фантастическая, сюрреалистическая) монодрама – это не обязательно драма сна, но это всегда игра, где законы повседневной жизни заменяются на законы фантазии. Роли, которые играет клиент, могут быть проекциями фантазии протагониста. Протагонист обменивается ролями с каждой частью своей фантазии, при этом он сам является частью фантазии. Во сне и в воображении Я (self) перестает быть реальным. Конец сюрреалистической игры совпадает с концом фантазии. Этот тип игры касается мира, который Я. Морено назвал «сверхреальность» («surplus reality»). Интрапсихическая монодрама – это исследование личности как группы. Она направлена на то, чтобы выделить все роли, услышать все голоса, с тенденциями их развития, периодически смещая акценты в общей картине на данный момент. Цель интрапсихической работы заключается в раскрытии всех субличностей, начиная с тех, что лежат на поверхности, и заканчивая теми, что прячутся на глубине. Этот тип монодрамы принимает множественность личности как данность. Проанализированы возможности интрапсихической монодрамы как метода познания внутренней ролевой структуры личности клиента. Показано, что в ходе интрапсихической монодраматической игры клиент может проявить свои актуализированные и скрытые роли, ощутить актуальные и потенциальные возможности, приблизиться к внутренним ресурсам развития.

Ключевые слова: психодрама, монодрама, интрапсихическая монодрама, интерперсональная монодрама, фантастическая монодрама, протагонист.

Iryna Tychyna,
PhD (Candidate of Psychological Sciences), associate professor,
Department of Social and Applied Psychology,
Zhytomyr State University named after Ivan Franko,
40, Velyka Berdychivska Str., Zhytomyr, Ukraine

INTRAPSYCHIC MONODRAMA AS A METHOD OF LEARNING AND SEARCHING FOR INTERNAL RESOURCES OF PERSONAL DEVELOPMENT

One of the main human qualities is the ability of individuals to think about themselves, their destination, true desires and life goals. The development of self-reflection and self-mastery techniques not only promotes better self-understanding, but also helps to see one's strengths, identify areas of the development. In this regard, methods of using psychodrama techniques in individual counselling with a view to open the inner nature of client's identity are relevant. The article is aimed at analysing the feasibility of psychodrama ideas in monodrama game in the counselling process and identifying the main steps in the method of intrapsychic monodrama. Monodrama is considered as a variant of psychodrama, when all the roles are played by the protagonist himself. Room space is used to build the scene, empty chairs or symbolic objects play the role of other people. Monodrama game, depending on the problems raised by a client, can be different: interpersonal, fantastic, intrapersonal. The sequence of operation in the method of intrapersonal monodrama may include three steps. The first step involves meeting with a mask, in order to understand why it is necessary and what kind of role it is. The second step involves the identification of roles the mask hides. At this step the realisation of the whole repertoire of a personality is possible. The third step is the final one, in which the analysis of the repertoire of the protagonist's roles for the development of the "Ego", takes place. Intrapsychic monodramatic work makes it possible to see and understand all the role-parts of the "Ego" which are willingly demonstrated to someone and securely hidden from others. Besides, intrapsychic psychodramatic experiments provide an opportunity to learn more about oneself for oneself, oneself for a group, for a society and humanity as a whole.

Keywords: psychodrama, monodrama, intrapsychic monodrama, interpersonal monodrama, fantastic monodrama, protagonist.

Подано до редакції 14.04.2016

УДК: 159.922

Тетяна Миколаївна Шапран,
асистент кафедри соціальної та практичної психології,
Житомирський державний університет імені Івана Франка,
вул. Велика Бердичівська, 40, м. Житомир, Україна

ВИКОРИСТАННЯ МОТИВІВ СИМВОЛДРАМИ В РОБОТІ З ВНУТРІШНИМИ КОНФЛІКТАМИ ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ

У статті розглянуто різні підходи до визначення змісту поняття «внутрішній конфлікт». У межах глибинної психології, в межах біхевіористичної школи, гуманістичної психології та екзистенціального напрямку психології. У статті подано результати емпіричного дослідження роботи з внутрішніми конфліктами юнаків. Обґрунтовано доцільність використання кататимно-імагінативного методу (символдрами) у роботі з внутрішніми конфліктами осіб юнацького віку. Виявлено та описано закономірності пропрацювання внутрішньоособистісних конфліктів особами юнацького віку за допомогою мотивів символдрами.

Ключові слова: внутрішньоособистісний конфлікт, юнацький вік, кататимно-імагінативний метод, символдрама, мотив, метод семантичного диференціалу.

У період юнацтва продовжується становлення особистості та перебудова взаємостосунків з дорослим оточенням. Юнаки та дівчата намагаються здобути автономність від батьків та поширити її на усі сфери власної життєдіяльності. Вікові суперечності становлення особистості стимулюють виникнення відчуття самотності, що призводить до бажання юнаків спілкуватися з однолітками. Все це спричинює непорозуміння з боку батьків та дуже часто обумовлює

виникнення внутрішніх конфліктів у самих юнаків. Оскільки тривале знаходження під впливом внутрішніх конфліктів може призвести до виведення особистості з психічної рівноваги, перед нами постало питання пропрацювання внутрішніх конфліктів юнаками.

Мета статті полягає в обґрунтуванні доцільності використання кататимно-імагінативного методу у роботі з внутрішніми конфліктами юнаків.