

УДК 159.923.2

Кікоть С.С.¹, Арсентьєва Г.О.²

¹ студ. гр. Т-412 НУ «Запорізька політехніка»

² канд. філос. наук, доц. НУ «Запорізька політехніка»

АССАДЖІОЛІ ПРО ПРОЦЕСС САМОТВОРЕННЯ ОРГАНІЧНОЇ ЦІЛІСНОСТІ ЛЮДИНИ

Психосинтез – ефективний метод психотерапії, лікування, інтегрального навчання, саморозвитку, особистісного і духовного зростання й удосконалення, заснований на теорії італійського психолога, психіатра і філософа Роберто Гвідо Ассаджіолі (1888-1976).

Психосинтез розглядають як певну протилежність психоаналізу З. Фрейда, хоча сам Р.Г. Ассаджіолі прагнув не стільки до опанування тій системі, з якої він вийшов, скільки до поєднання найкращих здобутків і напрацювань З. Фрейда, К.-Г. Юнга, П. Жане та ін.

Потреба вірити у закономірність, не випадковість розвитку всесвіту є, мабуть, фундаментальною людською потребою. Втрачаючи таку віру, ми відчуваємо втраченість, почуття втрати чогось такого, без чого наше життя відчувається позбавленою цінності та сенсу.

Будь-яка органічна істота є одночасно «ціле» та «частина». Для здійснення потенційних можливостей організму необхідно, щоб він висловлював обидва ці аспекти.

Щоб здійснити завдання, що стоїть перед Центром особистості, «я», як і будь-який інший Центр, що створює, має навчитися принципам і методам

самоорганізації. Насамперед «я» повинно усвідомити, що воно є джерелом творчої волі, і взяти на себе відповідальність за керування власними володіннями.

Важливою складовою навчального процесу освоєння принципів та методів самоорганізації є розвиток здатності відповідати за себе та свої дії. Для більшості людей слово «відповідальність» асоціюється з тяжким тягарем. Глибинна причина такого уявлення про відповідальність корениться, мабуть, у нашому невірному ставленні до помилок. З дитинства ми привчені вважати, що помилятися, бути неправим означає бути «поганим»; ми боїмося відповідати за себе зі страху виявитися неправими. Страх цей так великий, що коли нам трапляється припускатися помилки, ми її приховуємо. Тим самим ми позбавляємо себе цінної можливості вчитися з власного досвіду.

У результаті все це сильно гальмує процес «самотворення». Настав час дістати помилки з комірчини і помістити їх на почесне місце, визнавши в них одного з найвидатніших наших вчителів.

Іншою складовою процесу освоєння принципів та методів самоорганізації є розвиток здатності захищати межі свого організму. «Я» охороняє їхню недоторканність головним чином завдяки своїй відповідальності за те, що відбувається у межах цих кордонів.

Органічна система є процесом самоорганізації. Це означає також, що вона є процесом навчання. Самоорганізація є процес реагування на досвід шляхом створення розвиненої структури. Завдяки цьому виробляються нові можливості.

Для свідомого спілкування з нашим внутрішнім джерелом настанов потрібно виробити в собі особливу установку – установку на «організмичне» вслуховування. Це означає, що ми будучи Творючим Центром організму, свідомо звертаємося до Творчого Центру організму вищого порядку, частиною якого є. А це вимагає від нас звернення до парадоксального вольового стану. Ця установка припускає, що воля, серце і розум діють разом. Зосереджена таким чином цілеспрямованість і викликає відгук найглибшого нашого внутрішнього Я. системи внутрішнього наведення. Щоб вловити голос, що нас наставляє, потрібно вгамувати хор інших внутрішніх голосів. В протилежному разі «шуми в системі» можуть спотворити корисне повідомлення або зробити його нерозбірливим. Головним джерелом «шуму» служать бурхливі емоції, негативні установки та прихильність до упереджених некритично засвоєних способів мислення та діяльності.

Незважаючи на те, що у світі існує близько 100 інститутів і центрів вивчення і застосування психосинтезу, констатуємо, що в Україні ця екологічна, дієва, ресурсна, глибинно-орієнтована система психології і психотерапії недостатньо оцінена. Як правило, вітчизняні фахівці вибірково

використовують окремі техніки психосинтезу для лікування нервово-психічних розладів і залежностей, а також у галузі інтегрального виховання і навчання, у форматі тренінгів креативності, асертивності, сензитивності, особистісного зростання тощо.

Застосування принципів і практик психосинтезу дозволяє людині відчувати, зрозуміти і усвідомити, що вона може бути розпорядником власної долі, що вона спроможна до самоменеджменту і актуалізації внутрішніх потенціалів. Як дієвий метод самопізнання і трансформації, психосинтез допомагає людині виявити негативні психологічні програми і тенденції, що заважають набутти цілісності, і поступово перетворити їх у позитивні і гармонійні.