

Архетип родової тіні особистості як джерело несвідомої травми і ресурсу людини

Тетяна Мельник

*магістрантка кафедри психології,
ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна,
e-mail: melnykta@krok.edu.ua*

Розіда Ткач

*кандидатка психологічних наук, доцентка кафедри психології,
ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна,
e-mail: razidatkach@gmail.com,
ORCID: 0000-0003-1984-5081*

В сучасному українському суспільстві, у ході російсько-української війни ще більше актуалізувалася потреба в інтеграції діяльності академічних та практичних психологів у використанні результатів теоретичних досліджень на практиці надання психологічної допомоги. З боку суспільства все частіше з'являються запити щодо психологічної реабілітації захисників та захисниць, роботи з ПТСР у жертв воєнного насильства тощо.

Для вирішення таких складних задач психологи працюють як на рівні свідомості і розуміння, так і на глибинних, несвідомих прошарках психіки. Так сучасні юнганці, представники школи швейцарського психіатра і засновника аналітичної психології К. Юнга, дотримуються думки, що людська психіка та структура особистості має три рівні: свідомості, особистого несвідомого та колективного несвідомого. Несвідоме включає в себе все те, що людина не можемо свідомо контролювати або осмислити. Особисте несвідоме постає у вигляді психічних комплексів, тоді як колективне несвідоме містить в собі спільні архетипи, які є спільними для всіх людей. Свідоме становить невелику частину психіки та складається з матеріалу, котрий людина може свідомо сприймати та контролювати. Розвиток свідомості відбувається через інтеграцію несвідомих складових, а саме особистого та колективного несвідомого. Інтеграція несвідомого допомагає людині зрозуміти свої внутрішні конфлікти, знайти баланс між різними аспектами своєї особистості, та розвивати самосвідомість.

Архетип Тіні є частиною несвідомої частини психіки. К. Юнг визначав Тінь як небезпечний аспект невизнаної, темної половини особистості [1]. Вона містить в собі все непривабливе, негативні сторони психіки, яке Его не дозволяє ідентифікувати в собі, та дає про себе знати через сновидіння, неусвідомлені тривоги та страхи. Ідеї К. Юнга про архетип Тіні знайшли своє продовження в роботах таких його послідовників як М.-Л. фон Франц, Дж. Л. Хендерсон, Дж. Холліс, Дж. Ш. Болен, К.-П. Естес, Дж. Кейрсі, І. Майерс-Брігс, Е. Нойман, К. Пірсон та ін. і сучасних українських психологів (М. Дідух, І. Маноха, О. Тиховська, Р. Ткач, О. Сербова, О. Сагайдак, С. Кримський, Ю. Мединська, В. Зубченко та ін.).

Наша робота присвячена вивченню родового комплексу та архетипу родової

Тіні, який містить інформацію не тільки з витісненого особистого досвіду, але і з матриці реагування, регуляції поведінки та психологічного відновлення з досвіду попередніх поколінь. Теоретичні та практичні аспекти сімейної і родової Тіні в більшій чи меншій мірі досліджувались представниками таких напрямків як долеаналіз (Л. Зонді), психосинтез (Р. Ассаджіолі), трансперсональна психологія (С. Грофа), системні розстановки (Б. Хеллінгера), дитячий психоаналіз (Фр. Дольто), транзактний психоаналіз (Е. Берн), позитивна психотерапія (Н. Пезешкіан) та ін. Так, угорський психолог Л. Зонді ввів поняття «родове несвідоме». Італійський вчений Р. Ассаджіолі вважав, що при вивченні колективного несвідомого особливу увагу потрібно приділяти родовому та сімейному несвідомому, щоб виявити джерело психологічних сил та якостей людини. Е. Берн, Н. Пезешкіан в свої роботах так чи інакше приділяли увагу дослідженню впливу несвідомо успадкованих родових патернів.

За визначенням Р. Ткач, родовий комплекс – це частина (складники) несвідомого, пов'язані між собою сильними емоціями, стереотипною поведінкою та загальним змістом архетипу Роду; це взаємини з «внутрішніми прабатьками», що сформовані реальним родинним колом людини, соціумом й архетипним образом прабатьків [2]. Коли під впливом непосильних почуттів ламається полярна структура архетипу, виникають комплекси. Так, наприклад, архетип може розколотися на позитивну й негативну частини, кожна зі своїм набором чуттєво забарвлених переживань, тоді сформується ресурсна та травмуюча частини Тіні. Тобто архетип родової та сімейної Тіні може відображати різні аспекти, котрі людина успадковує від попередніх поколінь. Наприклад, до негативних аспектів можна віднести деструктивні сімейні сценарії, проблеми, що виникли через складні сімейні взаємини, сімейні конфлікти або сімейні секрети; до позитивних – нереалізовані таланти людини та її творчий потенціал, які з різних причин виявилися непотрібними / неважливими для батьків та родового кола, а також втрачені родові та сімейні традиції [3].

Людина постійно рухається до того, щоб звільнитися від кайданів минулого, своїх страхів, тривоги, ненависті і відчуження одна від одної. Всі ці негативні прояви є результатом дуалістичного мислення розділення добра і зла. Коли людина не хоче визнавати деякі свої почуття та переживання, відносячи їх до гріховних та поганих, яким свідомість забороняє проявлятися, тим самим надаючи їм силу стати чимось негативним та небезпечним. Всі вони стають Тінню індивіда. Важливо не тільки усвідомлювати свою Тінь, але й приймати її, оскільки від її усвідомлення та визнання залежить психічне та ментальне здоров'я людини.

Травми дитинства, гріховні таємниці, сильні емоції – це симптоми, які здатні зруйнувати психологічне здоров'я людини, тому вони виштовхуються/ витісняються в особисте несвідоме, щоб до пори до часу залишатися в тіні, захищеними від свідомості. Парадокс полягає в тому, що людина, витісняючи в несвідоме «гріховну» таємницю або стримуючи афект, намагається захиститися, а в дійсності прирікає себе на страждання. Завдяки ж визнанню свого темного/

тіньового, повернення його у свідоме, людина знаходить цілісність. Головною ідеєю допомоги тут є супровід клієнта в його минуле, щоб краще зрозуміти актуальну ситуацію і знайти способи справлятися з проблемами у сьогоденні [4].

Список використаних джерел

1. Юнг, К. Г. (2008). *Архетипи і колективне несвідоме*. Львів: Астролябія.
2. Ткач, Р. (2023). *Юнгіанське подружнє консультування*. Київ: Талком.
3. Ткач, Р., Сербова, О. (2023). Використання кодів історичної пам'яті українців у терапевтичних метафорах. *Вчені записки Університету «КРОК»*, (3(67), с.161–166.
4. Ткач Р. М., Сербова О. В., Сингаївська І. В. та ін. (2021). *Юнгіанське консультування: кол. моногр.* Київ: Талком.