

Використання методики кольорового вибору М. Люшера для визначення ставлення особистості до життєвого сценарію

Т.О. Костіна. Використання методики кольорового вибору М. Люшера для визначення ставлення особистості до життєвого сценарію. Стаття присвячена аналізу можливостей використання проєктивного підходу (на прикладі методики «Тесту кольорового вибору» М. Люшера) у дослідженні відношення людини до наявного життєвого сценарію. Охарактеризовано позиції ставлення особистості до себе та до життєвого сценарію («Я+, Сценарій+», «Я-, Сценарій+», «Я+, Сценарій-», «Я-, Сценарій-»), виокремлення яких здійснюється на основі використання методу кольорового вибору. Визначено можливості особистості щодо розуміння специфіки проявів наявного сценарію життя у відповідності до виділених позицій. Надано рекомендації щодо використання методу кольорового вибору для дослідження особливостей сценарію життя людини.

Ключові слова: життєвий сценарій, життєвий шлях, колірний вибір, позиція ставлення до життєвого сценарію, позиція ставлення до себе, проєктивний метод, транзакційний аналіз, юність.

Т.А. Костина. Использование методики цветового выбора М. Люшера для определения отношения личности к жизненному сценарию. Статья посвящена анализу возможностей использования проєктивного подхода (на примере методики «Тест цветового выбора» М. Люшера) в исследовании отношения личности к жизненному сценарию. Охарактеризованы позиции отношения личности к себе и к своему сценарию жизни («Я+, Сценарий+», «Я-, Сценарий+», «Я+, Сценарий-», «Я-, Сценарий-»), выделение которых реализовано на основе использования метода цветового выбора. Определены возможности личности относительно понимания специфики проявлений собственного сценария жизни в соответствии с принадлежностью к выделенным позициям. Даны рекомендации по использованию метода цветового выбора для исследования особенностей сценария жизни человека.

Ключевые слова: жизненный сценарий, жизненный путь, цветовой выбор, позиция отношения к жизненному сценарию, позиция отношения к себе, проєктивный метод, трансактный анализ, юность.

Постановка проблеми. Сьогодні у процесі всебічного вивчення особистості, визначенні специфіки формування та розгортання її життєвого шляху залишається актуальним питання ефективних методів дослідження. Особливого значення ця проблематика набуває у вивченні сценарію життя людини: його формуванні, протіканні, можливостей щодо усвідомлення. Значущим є питання пошуку адекватних методів виявлення ставлення особистості до наявного сценарію життя. Одним із можливих шляхів вирішення даної проблеми є використання проєктивних методик, як таких, що уможливають виявлення неусвідомлюваних людиною аспектів розуміння та відношення до наявного життєвого шляху загалом і життєвого сценарію, зокрема.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Дослідженням життєвого сценарію та особливостей сценарних проявів людини займалася значна кількість зарубіжних та вітчизняних вчених. Основоположник транзакційного аналізу Е. Берн визначив життєвий сценарій як неусвідомлюваний план життя, що приймається дитиною під впливом батьківського програмування, у відповідності до якого доросла людина ригідно приймає рішення, неадекватні реальності [2]. Свого продовження вивчення сценарію життя набуло у працях Б. та М. Гулдінгів (вихід за межі життєвого сценарію, «перерішення» сценарних рішень), Р. Ерскіна (несвідомі сценарні поведінкові патерни), Дж. Хей, К. Phillips (вплив життєвих сценаріїв на процеси в організаціях), К. Штайнера (типологія життєвих сценаріїв, життєві сценарії залежних) [11, 12, 13, 14, 15]. Цікавою, але малодослідженою в Україні є теорія сценаріїв С. Томкінса, яка є продовженням його основного напрямку наукової роботи – теорії афектів [17].

На сучасному етапі становлення наукової думки проблематику життєвих сценаріїв в Україні досліджують П. Горностай (ролі та життєвий сценарій), Т. Костіна (усвідомлення життєвого сценарію), Г. Хомич (сценарії депривованої особистості) [6].

Дослідження сценарію життя людини має значні труднощі, оскільки сценарій належить до несвідомих рішень, що були прийняті ще в дитинстві. Ці рішення впливають на процес реалізації життєвого шляху людини, заважаючи повноцінній реалізації задуму особистості. У теорії транзакційного аналізу існують методики, які дозволяють визначити сценарні прояви особистості (драйвери), однак вони існують у формі опитувальників, а тому не дозволяють дослідити несвідому частину сценарію життя людини [13]. Тому постає питання у віднаходженні такого методу, який би дав можливість визначити цю несвідому основу. Саме

тому у нашій статті ми зосередили свою увагу на «Тесті колірного вибору», оскільки дана методика уможлиблює визначити цю несвідому складову на основі ставлення людини до себе та свого життєвого сценарію.

Метою нашої статті є визначення можливостей використання проєктивних методик (на прикладі методики «Тесту кольорового вибору» М. Люшера) у дослідженні ставлення особистості до наявного життєвого сценарію. Зокрема, виділення позицій ставлення людини до себе та свого сценарію, надання характеристик даних позицій; визначення можливостей використання виділених позицій у процесі психологічного консультування та діагностики сценарних проявів людини.

Основний матеріал та результати дослідження. Наш вибір «Тесту кольорового вибору» за М. Люшером для дослідження несвідомої складової життєвого сценарію особистості був зумовлений стандартизованістю отримуваних результатів у порівнянні з іншими проєктивними методиками, а також формою фіксації результатів: методика дозволяє отримувати цифрові дані, які можна використовувати при проведенні математичного аналізу [8]. Зазначимо, що реалізація даної методики має здійснюватися індивідуально із респондентом у процесі бесіди, що дозволяє задавати уточнюючі запитання щодо сценарію життя особистості.

Також варто відмітити, що дослідження життєвого сценарію особистості має певні вікові обмеження. Оскільки сценарій складне утворення, що більшою мірою функціонує на несвідомому рівні, то вивчення ставлення до сценарію життя особистості із подальшим вивченням механізмів усвідомлення сценарних проявів вимагає від досліджуваного сформованості навичок рефлексії.

Отже, використання даної методики щодо визначення ставлення особистості до наявного життєвого сценарію краще проводити із респондентами, які не молодші підліткового віку. Більш оптимальним для даного виду досліджень є залучення респондентів, вікові показники яких належать до юнацького віку. Тому що саме юність характеризується стрімким зростанням рівня рефлексії, яка забезпечує адекватне та глибоке розуміння сценарних проявів у процесі розгортання життєвого шляху.

На початку бесіди респондентам пропонується розкласти картки із кольорами у певному порядку: спочатку той колір, який подобається найбільше, потім колір, який за привабливістю йде наступним, і т.д. із таким розрахунком, що останнім буде

колір, який викликає найменшу симпатію (або навіть антипатію). Таким чином утворюється 8 позицій за кількістю кольорових карток. Наприкінці бесіди (питання якої мають бути спрямовані на дослідження життєвого шляху індивіда, особливостей його життєвого сценарію та специфіки розуміння наявного сценарію), дається ще одне завдання. Респонденту пропонується із даних 8 кольорів зробити наступні вибори, орієнтуючись на такі запитання: 1) «Із яким кольором ти асоціюєш себе?» – вибір перший. 2) «Із яким кольором у тебе асоціюється твоя мати?» – другий вибір. 3) «Із яким кольором асоціюється твій батько?» – третій вибір. 4) «Із яким кольором у тебе асоціюється твоє життя, події та закономірності, що відбуваються у ньому?» – четвертий вибір. 5) «Із яким кольором асоціюється у тебе навчання?» – п'ятий вибір. Зазначимо, що обрані кольори можуть повторюватися.

Основними для нашого дослідження є запитання № 1 та № 4: відповіді на них дають інформацію щодо ставлення суб'єкта до себе (запитання № 1) та специфіку його життєвого сценарію (запитання № 4). Отримані відповіді порівнюються із загальним ранжуванням кольорів, що були здійснені респондентом на початку. Дана процедура дає можливість відслідкувати прийняття/не прийняття суб'єктом себе та свого життєвого сценарію (переживання суб'єктом себе у своєму житті) [3].

Інші питання мають меншу інформативність та виконують функцію «приховування» основного запитання. Слід зазначити, що запитання № 2 та № 3 дають додаткову інформацію щодо розуміння особливостей життєвого сценарію особистості. Адже на процес формування життєвого сценарію найбільший вплив здійснюють батьки (або фігури, що їх заміняли). У результаті порівняння відповідей респондента на поставлені запитання робляться висновки щодо сценарних рішень індивіда, його ставлення до себе та до свого життєвого сценарію.

У відповідності до інтерпретації «Тесту кольорового вибору» за М. Люшером, відповіді на запитання № 1 (у порівнянні із загальним ранжуванням) розподілимо наступним чином: 1 та 2 місця – безумовне прийняття респондентом себе (приймаю себе таким, який я є, незалежно від ситуації та життєвих подій); 3 та 4 місця – ситуаційне прийняття (у ситуації успіху приймаю себе, у ситуації неуспіху – не приймаю); 5 та 6 місця – проблемне прийняття (хотів би, але не можу); 7 та 8 місця – неприйняття себе. Наприклад, якщо респондент у загальному ранжуванні на перше місце ставить зелений колір і цей же колір обирає як

відповідь на запитання № 1 («Із яким кольором ти асоціюєш себе?») це позначається як безумовне прийняття себе (а саме, прийняття свого прагнення до самоствердження). За цією ж схемою відбувається розподіл ставлення особистості до свого життєвого сценарію.

Поєднання зазначених показників (перший – це ставлення до себе, другий – ставлення до життєвого сценарію), що мають чотири градації кожен, дають 16 варіантів відповідей (категорій) респондентів: 1 – безумовне прийняття себе та сценарію; 2 – безумовне прийняття себе та ситуаційне прийняття сценарію; 3 – безумовне прийняття сценарію та ситуаційне прийняття себе; 4 – ситуаційне прийняття себе та ситуаційне прийняття сценарію; 5 – безумовне прийняття сценарію та відмова (повне неприйняття) від себе; 6 – безумовне прийняття сценарію та проблемне прийняття себе; 7 – ситуаційне прийняття сценарію та проблемне прийняття себе; 8 – проблемне прийняття сценарію та повне неприйняття себе; 9 – безумовне прийняття себе та проблемне прийняття сценарію; 10 – безумовне прийняття себе та повне неприйняття сценарію; 11 – ситуаційне прийняття себе та проблемне прийняття сценарію; 12 – ситуаційне прийняття сценарію та повне неприйняття себе; 13 – проблемне прийняття себе та проблемне прийняття життєвого сценарію; 14 – проблемне прийняття себе та повне неприйняття сценарію; 15 – проблемне прийняття сценарію та повне неприйняття себе; 16 – повне неприйняття сценарію та повне неприйняття себе.

Для оптимізації побудови інтерпретацій за показниками ставлення респондентів до себе та до свого сценарію усі показники можна об'єднати у чотири групи (позиції). Виокремлення даних позицій здійснюється на основі параметрів прийняття/неприйняття (безумовне/ситуаційне) суб'єктом:

- прийняття себе та свого життєвого сценарію (I позиція, включає представників 1, 2, 3 та 4 категорій відповідей);
- неприйняття себе, прийняття життєвого сценарію (II позиція включає наступні категорії відповідей: 5, 6, 7 та 8);
- прийняття себе та неприйняття життєвого сценарію (III позиція: 9, 10, 11 та 12 категорії);
- неприйняття себе та неприйняття свого життєвого сценарію (IV позиція, до якої належать категорії відповідей 13, 14, 15, 16).

Для унаочнення виокремлені позиції представлено на рис. 1.

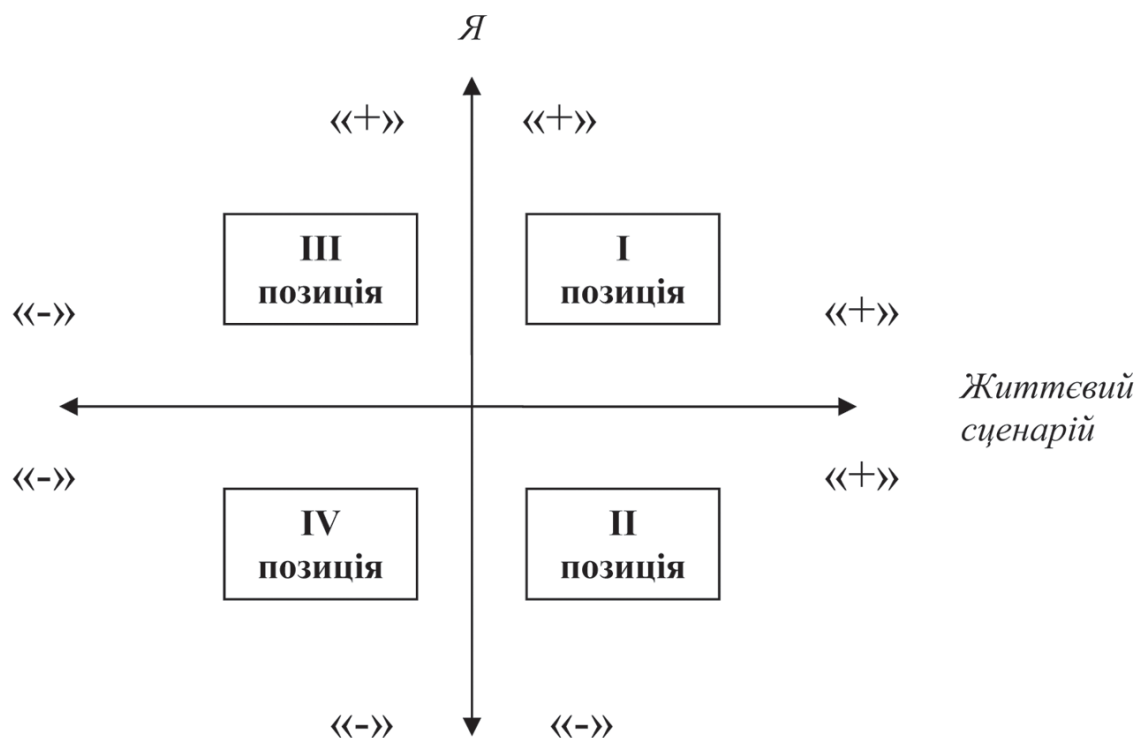


Рис. 1. Позичії ставлення особистості до себе та свого життєвого сценарію

I позиція («Я+, Сценарій+») характеризується прийняттям особистістю себе та специфіки розгортання власного життєвого сценарію; індивід приймає характерний для нього сценарій, розуміє особистісну відповідальність за його програвання (або не програвання). Необхідно зазначити, що дане прийняття сценарію можливе у результаті високого рівня осмислення суб'єктом власного життєвого шляху. У процесі рефлексії щодо себе та життя індивід приймає наявну ситуацію, окреслює можливі напрями змін у процесі розгортання життєвого шляху, бере відповідальність за можливі наслідки. Приналежність особистості до I позиції, також може бути зумовлена присутністю суб'єкта у «зоні комфорту» [7]. Коли відбувається повне прийняття себе та сценарію не через глибину усвідомлення, а в результаті пристосування, адаптації. Процес осмислення майже не відбувається: суб'єкту комфортно у наявних обставинах, потреби замислюватися над причинно-наслідковими зв'язками розгортання життєвого шляху не виникає. Отже, I позиція може виникати у ситуації: 1) глибокого осмислення себе та сценарію; 2) адаптації до життя, знаходження суб'єкта у «зоні комфорту».

Для II позиції («Я-, Сценарій+») властиве неприйняття суб'єктом себе у наявному сценарії (основне питання – «який я

(хто я?) у своєму життєвому сценарії?»). Це позиція пристосування до власного сценарію; індивід не вирішив, хто він є, а тому не може (поки що) вибудувати прийнятну для себе життєву перспективу. Виходом із даної позиції (у позицію «Я+, Сценарій+») є прийняття особистістю самої себе.

III позиція («Я+, Сценарій-») позначає прийняття індивідом себе, однак наявний протест проти існуючого життєвого сценарію (основне твердження – «я знаю, що моє життя не повинно бути таким, яким воно зараз є»). Саме у цій позиції особистість схильна реалізовувати антисценарій (на противагу життєвому сценарію) [15, 16]. Програвання антисценарію може створити ілюзію виходу за межі сценарію, однак це не так. Сценарій та антисценарій мають протилежну модальність (наприклад, як біле та чорне), однак вони знаходяться на одному рівні функціонування [1]. Для рішення даної ситуації (вихід за межі неприйнятної сценарію), суб'єкт має вийти на більш високий щабель бачення проблеми та побудови варіантів (цілей) її вирішення [4, 5].

IV позиція («Я-, Сценарій-») має дві форми неприйняття себе як суб'єкта та себе у своєму сценарії. Це прояв дисгармонії, де основним питанням виступає «Хто я?» (проблема ідентифікації) та питання «Що таке моє життя?» (проблема життєвого сенсу) [9, 10]. Наявність особистості у даному квадранті може бути проявом депресії. Такий індивід не знайшов (або вже втратив надію знайти) відповіді на основні питання людського існування; це пасивна позиція, у якій не відбувається протистояння життєвій ситуації.

Висновки та перспективи. Отже, дослідження життєвого сценарію має свої труднощі, які пов'язані зі специфікою предмета дослідження – сценарію, що є несвідомою частиною життєвого шляху особистості. Постає питання застосування адекватного методичного інструментарію для виявлення сутнісних характеристик даного утворення. Одним із таких інструментів може виступати «Тест кольорового вибору» за М. Люшером, використання якого дозволить визначити ставлення особистості до сценарію життя на несвідомому рівні. Можливість стандартизації даних, отриманих у ході тестування уможлиблюють використання методів математичної обробки даних для об'єктивації отриманих результатів. Виокремлення позицій ставлення особистості до себе та свого сценарію дозволять оптимізувати процес розуміння сценарних проявів людини у ході психологічного консультування, психодіагностики та психокорекції.

Перспективу подальших досліджень бачимо у визначенні взаємозалежностей між виокремленими позиціями та іншими психологічними характеристиками суб'єкта, зокрема, взаємозалежність позиції та соціальних установок людини тощо.

Список використаних джерел

1. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Психология человеческих взаимоотношений; Люди, которые играют в игры. Психология человеческой судьбы: [пер. с англ.] / Э. Берн. – Екатеринбург: Литур, 2001. – 576 с.
2. Берн Э. Трансакционный анализ и психотерапия: [пер. с англ.] / Э. Берн: Пер. с англ. – СПб.: Братство, 1992. – 224 с.
3. Василюк Ф.Е. Психология переживания / Ф.Е. Василюк. – М.: МГУ, 1984. – 200 с.
4. Дикая Л.Г. Отношение человека к неблагоприятным жизненным событиям и факторы его формирования / Л.Г. Дикая, А.В. Махнач // Психологический журнал. – 1996. – Т.17. – № 3. – С. 137-148.
5. Дилтс Р. Коучинг с помощью НЛП / Роберт Дилтс. – СПб.: Прайм-Єврознак, 2004. – 256 с.
6. Костіна Т.О. Особливості усвідомлення життєвих сценаріїв у юнацькому віці: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» / Тетяна Олександрівна Костіна. – Київ, 2013. – 20 с.
7. Максимов В.Е. Коучинг от А до Я. Возможно все / В.Е. Максимов. – СПб.: Издательство «Речь», 2004. – 272 с.
8. Собчик Л.Н. Введение в психологию индивидуальности. Теория и практика психодиагностики / Л.Н. Собчик. – М.: ИПП – ИСП, 2001. – 512 с.
9. Сохань Л.В. и др. Жизненный путь личности / Л.В. Сохань и др. – К.: Наукова думка, 1987. – 279 с.
10. Титаренко Т.М. Життєві кризи: технології консультування. Перша частина / Т.М. Титаренко. – К.: Главник, 2007. – 144 с.
11. Goulding M.M., Goulding R.L. Changing lives through redecision therapy. – New York: Brunner/Mazel, 1979. – 220 p.
12. Erscin R. Life Scripts: A Transactional Analysis of Unconscious Relational Patterns. – Karnac books, 2010. – 336 p.
13. Hey J. Transactional Analysis for Trainers. – Sherwood Publishing. 2nd edition, 2009. – 295 p.
14. Phillips K. Transactional Analysis in Organisations. – Keri Phillips Associates Ltd, 2005. – 60 p.

15. Steiner C. Script and counterscript // Transactional Analysis Bulletin. – 1966, V. 5, No 18. – P. 133-135.
16. Steiner C. Scripts People Live: Transactional Analysis of Life Scripts. – Grove Press; 2nd edition, 1990. – 332 p.
17. Tomkins S. Script Theory. The Emergence of Personality. Eds. Joel Aronoff, A. I. Rabin, and Robert A. Zucker. New York: Springer Publishing Company, 1987. – 216 p.

Spysok vykorystanyh dzherel

1. Bern E. Iгры v kotorye igrajuť ljudi. Psihologija chelovecheskih vzaimootnoshenij; Ljudy, kotorye igrajuť v igrы. Psihologija chelovecheskoj sud'bi: [per. s angl.] / E. Bern. – Ekaterenburg: Litur, 2001. – 576 s.
2. Bern E. Transakcionnyj analiz i psihoterapija: [per. s angl.] / E. Bern: Per. s angl. – SPb.: Bratstvo, 1992. – 224 s.
3. Vasiljuk F.E. Psihologija perezhivanija / F.E. Vasiljuk. – M., MGU, 1984. – 200 s.
4. Dikaja L.G. Otnošenie cheloveka k nebladoprijatnym zhihennym sobytijam y faktory ego formirovanija / L.G. Dikaja, A.V. Mahnach // Psihologicheskiy zhurnal. – 1996. – T.17. – № 3. – S. 137-148.
5. Dilts R. Kouching s pomosh'ju NLP / Robert Dilts. – SPb.: PRajm Jevroznak, 2004. – 256 s.
6. Kostina T.O. Osoblyvosti usvidomlennja zhyttevyyh scenarijiv u junac'komu vici : avtoref. dys. na zdobuttja nauk. stupenja kand. psyhol. nauk : spec. 19.00.07 "Pedagogichna ta vikova psihologija" / Tetjana Oleksandrivna Kostina. – Kyiv, 2013. – 20 s.
7. Maksimov V.E. Kouching ot A do Ja. Vozmozhno vse / V.E. Maksimov. – SPb.: Izdatelstvo „Resch”, 2004. – 272 s.
8. Sobchik L.N. Vvedenie v psihologiju yndivydual'nosti. Teoryja i praktika psihodyadnostiky / L.N. Sobchik. – M.: IPP – ISP, 2001. – 512 s.
9. Sohan' L.V. i dr. Zhiznennyj put' lichnosti / L.V. Sohan' i dr. – K.: Naukova dumka, 1987. – 279 s.
10. Tytarenko T.M. Zhyttevi kryzy: tehnologii konsul'tuvannja. Persha chastyna / T.M. Tytarenko. – K.: Glavnyk, 2007. – 144 s.

T.O. Kostina. Lusher color test technique in the determination of personality relation to the life-script. The article is devoted the analysis of possibilities of the projective approach usage (on the example of Lusher color test technique) in the research of personality relation to the life-script.

16 possible categories of variants personality relation to itself and to the life-script are selected. On the basis of association of these categories

four positions of personality relation to itself and to the life-script are selected: «Me+; life-script+», «Me-; life-script+», «Me+; life-script-», «Me-; life-script-». The first position includes an acceptance of personality itself and specific own life-script development; the second position comprises non-acceptance of personality itself in the life-script; the third position incorporates an acceptance of itself, but objecting is present against the life-script; the realization of anti life-script, and the last position includes the complete non-acceptance of itself and the life-script, the presence of depression is possible.

Possibilities of personality are certain in relation to understanding of specific life-script displays in accordance to the selected positions. The guidelines on the use of color choice method for research of the life-script's features are given. In particular, age-dependent limitations indicate on the use of this method for research of person's life-script.

The further prospects of the study in the attitude toward life-script with other psychological descriptions of personality are outlined.

Key words: adolescence, color choice, course of life, life-script, position of attitude toward life-script, position of attitude to itself, projective method, transactional analysis.

Отримано: 4.09.2013 р.

УДК 159.98:005.34

І.А.Костюченко

ПРОБЛЕМА СТИЛЮ У ЗАРУБІЖНІЙ ТА ВІТЧИЗНЯНІЙ ПСИХОЛОГІЧНІЙ ЛІТЕРАТУРІ

І.А.Костюченко. Проблема стилю у зарубіжній та вітчизняній психологічній літературі. У статті на основі теоретичного аналізу психологічної літератури представлено аналіз становлення та розвитку поняття «стиль» та його значення для розвитку індивідуального стилю управління юристів в умовах вимог сьогодення. На основі інтеграції сучасного знання про особистісні і управлінські стилі запропоновано підхід до побудови психологічної концепції розвитку індивідуального стилю юриста. Запропоновано підхід до вдосконалення професійного стилю взаємодій і управління юристів на основі їх ознайомлення з сучасним розумінням проблеми стилю, побудови ідеальної моделі стилю управління юристів і, на цій основі, корекції фахівцем власного стильового функціонування.