

Каліщук С. М.

<https://orcid.org/0000-0002-1749-7856>

Київський столичний університет імені Бориса Грінченка

НОМОТЕТИЧНИЙ ТА ІДЕОГРАФІЧНИЙ ПЛАНИ МІЖПАРАДИГМАЛЬНИХ МЕТОДІВ КОНСУЛЬТУВАННЯ І ПСИХОТЕРАПІЇ

У статті обґрунтовано необхідність компаративістичної, системно-порівняльної інтеграції множини науково доведених і практично перевірених підходів до надання психотерапевтичної допомоги на засаді виокремлення номотетичного та ідеографічного планів аналізу. Розкрито феноменологію порівняльно-інтегративного підходу, який вибудовує базовий каркас аналізу запитів клієнтів та створює багатовимірну площину за умови її базування на комплексній методологічній основі таких підходів: психотехнічного; онтологічного; системного; транстеоретичного екзистенційно-системного; структурного; спектрального; біографічно-екзистенційного. Констатовано актуальність упередження функціонально-операційної моделі інтеграції парадигмальних методів консультування і терапії із виокремленням двох планів: номотетичного та ідеографічного. Визначено, що номотетичний аспект регулюється загальними «законами» за рахунок створення обов'язкової рамки компетентності психолога. Окреслено вектори його опису: зміни, мета, стадії змін, процеси змін із виокремленням елементів їх аналізу: вміст, засоби та етапи динаміки. Розкрито ідеографічний план як такий, що виявляє і змістовно окреслює внутрішні горизонти компаративістичної системи методів надання психологічної допомоги, із знаходженням спільного, відмінного та унікального у процесі їх опрацювання. Описано зміст функціональної системи взаємозв'язку методологічних підходів надання психологічної допомоги за критеріями: підхід; дихотомічні «фрагменти-конструкти» компаративістичного аналізу; запити клієнтів, фокус. Запропоновано функціонально-операційну модель взаємодії номотетичного та ідеографічного компонентів опрацювання запитів, у якій враховано зв'язки і перетинання їх специфічної мети із універсальним завданням – надання психологічної допомоги клієнтам/родині.

Ключові слова: психологічне консультування, психотерапія, сімейна психотерапія, компаративістика, порівняльно-інтегративний аналіз, номотетичний план, ідеографічний план.

Постановка проблеми. Наявне у сучасному психологічному світі зближення психологічних підходів і напрацьованих у межах їх систем методів роботи із клієнтами, активно заявляє про себе у психологічній практиці. Практикуючі психологи впродовж перших 5–7 років власної консультаційної та психотерапевтичної діяльності та, особливо, групової психологічної роботи, приходять до визнання доречності й доцільності поєднувати найефективніші підходи до опрацювання запитів, інтегрувати і варіативно комбінувати фокуси і вектори аналізу особистісної історії, ресурсності, опірності, захищеності, прагнень, меж активності клієнтів тощо. Відтак, у практиці консультування та психотерапії психологи виявляють тенденцію використовувати відомі їм прикладні парадигмальні можливості із широкого і потужно представленого арсеналу психологічних

здобутків. Проте, відбувається це переважно еkleктично і залежить, в першу чергу, від особистої поінформованості та власних переваг психолога-практика. Відтак, у теоретичній сучасній психології на тлі спроб здійснення Дж. Зайг, У. Мініон, Дж. Прохазка, Дж. Норкросс і іншими вченими [2; 3] інтегративних і порівняльних досліджень психологічних систем, на сьогодні відсутні теоретичні моделі та розробки, які б допомогли психологам-практикам і викладачам-психологам усвідомлено і системно оперувати чисельними методами психологічної допомоги. Саме тому актуальною є необхідність побудови компаративістської площини психотерапевтичних систем та здійснення предметного порівняльного аналізу їх одиниць аналізу, механізмів дії, операційних технік та зон застосування [1]. Саме такий підхід відкриває перспективу об'єктивувати



у порівняльному аналізі необхідність і достатність використання численних психотерапевтичних здобутків у роботі з певними психологічними, у тому числі, сімейними утрудненнями та конкретними запитами клієнтів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Компаративістичний ракурс аналізу «психотерапевтичного поля» надання допомоги сім'ї вибудовує базовий каркас аналізу запитів клієнтів та створює багатовимірну площину, яка стає можливою за умови її базування на комплексній методологічній основі із врахуванням, зокрема, таких підходів: психотехнічного; онтологічного; системного; транстеоретичного екзистенційно-системного; структурного; спектрального; біографічно-екзистенційного [1]. Кожен із підходів вносить у порівняльно-інтегративну площину ключовий дихотомічний конструкт, який визначає унікальний фрагмент компаративістичної мозаїки «психотерапевтичного поля» надання допомоги сім'ї: «процес змін – одиниці аналізу», «простір – час», «динаміка – складність», «виклики – реалістичність», «межі – контекст», «свідоме-несвідоме», «захист – хотіння» [1]. Запропоновані методологічні конструкти-фрагменти компаративістичної мозаїки вносять предметно-зорієнтовані обриси у психологічне консультування і психотерапію, зокрема сімейну. А також визначають, по-перше, можливості скласти різнорівневу теоретичну призму діяльності психолога-консультанта. По-друге, гносеологічно охоплює багатомірність внутрішнього світу клієнта/клієнтів, що, як результат, створює безліч спеціальних (парадигмальних) відбитків запиту клієнтів у психолога.

Постановка завдання. Спираючись на компаративістичний підхід, упредметнити функціонально-операційну модель інтеграції парадигмальних методів консультування і терапії, зокрема сімейної, із виокремленням двох планів: номотетичного та ідеографічного.

Виклад основного матеріалу. Номотетичний план охоплює загальні фундаментальні підходи, що є системою унормованих критеріїв, в межах яких складається операційний еталон і регламентуються обов'язкові стадії організації та проведення консультативного та терапевтичного процесів. Наприклад такі: підготовка до сесії; динаміка форм стосунків: передконтакт, зв'язок, встановлення контакту, зустріч; динаміка форм бесіди: врахування, відмежування, мета; активне слухання; постановка ефективних питань; прийняття; підтримка; емоційне регулювання; формування персональної позиції; відкриття регуляційних смислів.

Крім того, номотетичний план позначається зовнішньою логікою опрацювання всіх можливих запитів, зокрема у сімейній терапії, пов'язаних із: уявленням про сімейні ролі; проблемою вибору партнера; нормативними і ненормативними кризами динаміки родинних стосунків; багатомірністю сімейних стосунків; усвідомленням ієрархії сімейних сценаріїв, їх кількості; надмірною нормативністю сімейного життя; із насиллям у родині; із кризами батьківства; з адикцією члена родини; зі зрадою; з переживанням, що приводять до відмежування і розлучення тощо.

Отже, номотетичний аспект регулюється загальними «законами» за рахунок створення обов'язкової рамки компетентності психолога, що містить спеціальні знання і вміння надавати психологічну допомогу членам родини, проводити індивідуальні і парні сесії, володіти базовими навичками консультування, вільно оперувати знаннями із соціальної психології, вікової психології, психології сім'ї, особистості, розвитку, залежностей тощо. Відтак, номотетичний план окреслює можливості психолога досліджувати запит клієнта/клієнтів, ґрунтуючись на закономірностях розвитку особистості і родини та на механізмах динаміки складних систем. Саме тому номотетичний план забезпечує злиття розмаїтого спектру «поліфонічних» діалогів представників різних парадигм у прикладну узагальнену систему надання психологічної допомоги або супроводу, в першу чергу, на психотехнічному рівні. Зокрема, номотетичний план можна окреслити такими операційними напрямками психологічної допомоги клієнтам, які, зокрема, складаються з векторів: рівнів змін, мети, стадії змін, процесу змін (рис. 1).

Отже, простір номотетичного плану містить чотири осі: рівня змін, мети, стадій змін та процесу змін, а також феноменологію та особистісну структуру внутрішнього складу процесу змін, зокрема: базових навичок і факторів впливу психолога. Розглянемо їх детальніше із виокремленням таких елементів аналізу – вміст, засоби та етапи динаміки.

1. Вісь мети відбиває універсальний прогноз психолога щодо оновлення/реорганізації життєвого, просторового, часового, емоційного, біографічного просторів клієнта або подружжя, їх стосунків, уявлення один про одного. Мета клієнта згорнута до глобального екстремуму, який спрямовано на подолання кризового стану із знаходження доступу до персональних ресурсів і опор. Вміст: впевненість, самоцінність, знаходження/поновлення/втрата смислів, пошук орієнтирів

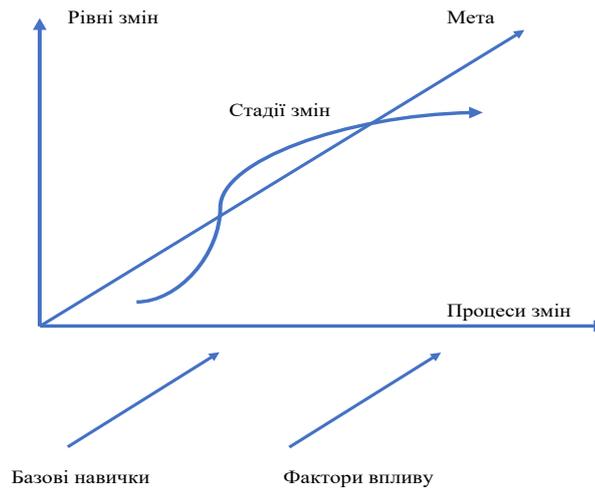


Рис. 1. Операційні вектори номотетичного плану методів терапії

тощо. Засоби: психоедукація щодо досвіду витримати проблему, нормалізація, екстерналізація, позитивне переформулювання тощо. Етапи динаміки: зниження наруги; об'єктивація мети.

2. Вісь рівнів змін – об'єкт психотерапевтичної/консультативної дії – містить запити, а саме: ситуаційні; системні; симптоматичні; дезадаптивні; інтерперсональні; міжрольові; інтраперсональні та їх взаємопереходи і взаємозв'язки. Вміст: визначення об'єкту через заявлений або латентний запит клієнта, який уточнюється і упредметнюється аналізом присутньої/проявленої/прихованої емоційної напруги. Засоби: входження в контакт зі своїми унікальними суб'єктивним образом світу, об'єктивація причин збою балансу і адаптації; прояснення соматичного та психічного вимірів прояву замаскованого неблагополуччя на нейрологічних рівнях «оточення» та «поведінка» (В якому світі я живу? Що мене оточує? Хто знаходиться навколо мене? Що я роблю? Що відчуваю коли мене це оточує? Що я відчуваю, коли це роблю?). Етапи динаміки – підготовка клієнта до нового досвіду; обдумування клієнтом інформації, оновлення просторів життя. Запит корегується на першій сесії.

3. Вісь процесів змін:

– вміст 1: окреслення дослідницького простору та визначення прийомів доступу до внутрішнього світу родини/клієнта. Засоби: знаходження причин неблагополуччя; усвідомлення стилю та життя; прийняття викликів складності, багатоваріативності, невизначеності, вибору. Етапи динаміки – рефлексія; ситуаційний аналіз і варіативність; попереднє обдумування клієнтом/ подружжям отриманої інформації;

– вміст 2: знаходження місця інтервенції. Засоби: системне моделювання базових

відношень і переважних переживань; відкриття прямого, зворотного і парадоксального смислів; визначення базової емоції (страх, провина, образа, жалість, відраза); знаходження ключового елементу системи клієнта (батьки, подружжя) та помилкового аттрактору, що має форму інтроєктного переконання (наприклад: «я потребую допомоги»; «я самотня»; «я не зможу нікому допомогти»; «це не моє життя» тощо); робота з тривожним/депресивним/ворожим емоційним виміром. Етапи динаміки – знаходження контекстних смислів; рефремінг; попереднє обдумування клієнтом/пожружжям отриманої інформації;

– вміст 3: вироблення усвідомленого сприйняття клієнтом/подружжям дійсної основи неблагополуччя. Засоби: дії самовіднесення та самодетермінації щодо елементів системи; реімпринтинг досвіду; відкриття парадоксального смислу щодо переживаного гострого неблагополуччя (Як я живу? Які здібності я маю? Що є найважливішим для мене? Чого я хочу?). Етапи динаміки – обдумування клієнтом/подружжям інформації, відкриття регуляційного смислу; підготовка клієнта до нового досвіду;

– вміст 4: вироблення та спрямування траєкторії необхідних особистісних змін. Засоби: побудова та усвідомлення клієнтом/поружжям власної ментальної моделі; переформулювання девізу життя; корекція емоційного переживання та визначення емоційних програм дій; драматичне полегшення переживання; самовивільнення; реімпринтинг досвіду; опрацювання спірального патерну («урівноважуючого зв'язку»). Елементи динаміки – підготовка клієнта/ подружжя до нового досвіду;

– вміст 5: моделювання нової ментальної системи пожружжя, що дає змогу визначити

її емерджентні властивості, реалістично змалювати об'єкти, які складають її структуру та виявити аттрактори, що надають динаміку змінам. Засоби: робота з інтерпсихічним виміром (перформатування ставлення до головного елементу системи); самовіднесення; прийняття виклику невизначеності. Елементи динаміки – дієвість: зміна поведінки, способів комунікації;

– вміст 6: зміна за допомогою дестабілізації колишнього сталого стану (вихідного аттрактору) та складання нового стійкого стану (нового аттрактору). Засоби: катарсис; парадоксальні смисли; самовіднесення; розширення горизонту усвідомлення; нейрологічні рівні «переконання», «цінності», «ідентичність», «смісл»; реімпринтинг досвіду. Елементи динаміки – спіральний патерн, дієвість: зміна поведінки, способів комунікації;

– вміст 7: знаходження форми підсилюючого зворотного зв'язку ментальної моделі клієнта/ подружжя та умов експонентного зростання їх можливостей. Засоби: системне моделювання свободи та відповідальності; моделювання нової життєвої позиції – «Я і Світ», «Я і моє зараз», «Я і моє майбутнє». Елементи динаміки – збереження змін.

4. Вісь стадій змін. Вміст: попереднє та ситуативне обдумування клієнтами отриманої інформації; підготовки клієнтів до нового досвіду; спірального патерну («урівноважуючий зв'язок»); дієвості клієнтів; збереження клієнтами змін. Засоби: базові навички. Елементи динаміки: зміна поведінки, способів комунікації тощо.

5. Вектори внутрішнього складу процесів змін:

– вектор базових навичок, які забезпечують непереривність цілісного процесу структурування внутрішнього досвіду особистості клієнта/ подружжя: від встановлення контакту до активізації сильних їх сторін і позитивного самопрогнозування. Вміст: навички встановлення контакту; спостережницької сенситивності; нереклексивного та рефлексивного слухання; постановки питань: уточнюючі і пошукові питання; вербалізації почуттів; вербалізація думок: уточнення утруднення; новий погляд на утруднення. Засоби: прийняття; підтримка; нормалізація; екстерналізація; переформулювання; парадоксальність. Елементи динаміки: завдання взаємодії як ідентичність; психотерапія як процес; як переживання, розуміння і усвідомлення, як стосунки, як інтегративна система.

– вектор факторів впливу, які залежать від досвіду і особистості психолога та визначають не конкретні засоби впливу. Вміст: послаблення

напруги; розширення репертуару реагування; зміну поведінкових стереотипів за допомогою нового емоційного досвіду; усвідомлене ставлення до нових форм поведінки тощо. Засоби: прийняття; підтримка; нормалізація; екстерналізація; переформулювання; парадоксальність. Елементи динаміки: завдання взаємодії як ідентичність; психотерапія як процес; як переживання, розуміння і усвідомлення, як стосунки, як інтегративна система.

Отже, номотетичний план є, по-перше, фундаментальною методичною засадою операційного здійснення психотерапевтичного чи консультаційного процесу, що створює можливості для поглибленої і упредметненої функціональної роботи із запитами за рахунок створення психологічного простору як місця особистісних змін клієнтів., В якому відбувається:

1) зустріч психолога і клієнтів: їх особистостей, з базовими емоційними налаштуваннями, захистами, неефективними копінгамі і стратегіями подолання, застарілими патернами тощо;

2) пошук актуалізованих зон опрацювання (сприйняття, уява, мислення, мнемічні контексти, емоції, смисли) і питань;

3) мобілізація ресурсів клієнтів давати на них відповіді;

4) створення умов для розвитку самоусвідомлення клієнтів;

5) розкриття фаховості психолога.

По-друге, номотетичний план є тлом процесу, який має варіативну структуру, а саме:

1) умовну, неповторювальну структуру і очевидну невизначеність, яка вносить варіативність опрацювання одного і того запиту з різними клієнтами/парами подружжя;

2) має компонентний склад, що розкриває різні шляхи руху від запиту до розширення усвідомлення клієнтів, з акцентами на різних механізмах: на операційному – з фіксацією зон опрацювання; на структурному – із визначенням головних етапів; на функціональному – із врахуванням внутрішніх завдань як механізму динаміки на кожній сесії.

Сутнісним виявленням і поглибленням методів консультування і психотерапії є ідеографічний план, який змістовно окреслює внутрішні горизонти компаративістичної системи методів надання психологічної допомоги за запитами клієнтів, із знаходженням спільного, відмінного та унікального в процесі їх опрацювання. На тлі ідеографічного плану відбувається спеціалізація психотехнічного рівня, а саме: збагачуються «процеси змін» векторами «одиниць аналізу», «елементів контакту» та

«операційних технік». Відтак, вісь процесу змін, крім базових навичок і факторів впливу, доповнюється такими векторами:

- вектор одиниць аналізу забезпечує можливість входження у світ клієнтів та фокусування уваги і спрямованість логіки вирішення запиту через аналіз певної психічної реальності;
- вектор елементів контакту визначає зміст інтерпсихічного діалогу;
- вектор операційних технік складається з тем/питань/завдань для рефлексії та аналізу.

Отже, ідеографічний план на психотехнічному рівні характеризується упредметненими рисами та вміщує в себе різномірні феномени: внутрішньо-особистісний, міжособистісний, емоційний, когнітивний, поведінковий, тілесний, смисловий. Наведений план вибудовує

простір, у якому конкретизується як базовий носій проблеми клієнтів, так і основні мішені психотерапевтичного впливу фахівця. Проте, є необхідність конструювання цілісної компаративістичної мозаїки «психотерапевтичного поля» надання допомоги людині (родині). Наприклад такої, що об'єднується у функціональну систему за критеріями: підхід; дихотомічні «фрагментконструкти» компаративістичного аналізу; запити клієнтів, фокус (табл. 1).

Відтак, компаративістичний аналіз дозволяє окреслити функціонально-операційну взаємодію номотетичного та ідеографічного компонентів опрацювання запитів, зв'язки і перетинання їх специфічної мети із універсальним завданням – надання психологічної допомоги клієнтам/ родин (рис. 2).

Таблиця 1

Функціональна система взаємозв'язку методологічних підходів надання психологічної допомоги клієнту/родині

Підхід	Дихотомічні конструкти	Запити	Фокус
Біографічно-екзистенційний	Захист – Хотіння	Непевненість Порожнеча Апатія Страх конфліктів Вразливість Самотність	«Я-Можу-Бути-Тут» і створення персонального життєвого проєкту
Спектральний	Свідоме- несвідоме	Сексуалізація життя Потяги Агресивна поведінка Конфліктність Реактивність	Пошук генези «перцептивно-моторного» ракурсу сприймати реальний світ та формувати на цій zasadі своє ставлення й «співвіднесення зі світом»
Структурний	Межі – Контекст	Ролі Патерни поведінки Патерни емоційного реагування Цілі комунікації	Аналіз особистості у системних зв'язках, в яких унікальний елемент має/не має персональні межі у будь якому контексті взаємодії із соціальним оточенням або у співвіднесенні із світом
Екзистенційно-системний	Виклики – Реалістичність	Неприйняття Страх проявлення Нерозуміння Травмування Невизначеність Зрада Розлучення	Побудова оновленої реалістичної картини світу
Системний	Динаміка- складність	Уявлення Прокрастинація Соматизація Очікування Контроль Несправедливість	Інтенційний рух/динаміка особистісної системи до нарощування її складності
Онтологічний	Простір – час	Непереборність Обмеженість Кінцевість Фрустрованість Тривожність Депресивність	Автентичне реагування на персональну життєву ситуацію



Рис. 2. Модель міжпарадигмального простору методів консультування і психотерапії

Зоною інтеграції номотетичного та ідеографічного планів методів сімейного консультування та психотерапії є психотехнічний підхід, одиниці аналізу, елементи контакту та операційні техніки якого забезпечують можливість входження у світ клієнтів/родини (у номотетичному плані) та визначають фокус уваги та логіку вирішення запиту (в межах ідеографічного плану).

Висновки. Наведений функціонально-операційний аналіз дає змогу врахувати потенційно нескінченне число варіацій як запитів, так і розроблених фундаторами психологічних підходів методів до їх опрацювання. Синтез номотетичного та ідеографічного планів дозволяє відходити від формального використання стандартних протоколів, але персоналізувати психологічну допомогу клієнтам/родині. Крім того, ієрархічна будова системи дихотомічних конструктів

компаративістичного аналізу психотерапевтичної площини та їх предметне наповнення створює умови для окреслення панорамного бачення психотерапевтичної допомоги клієнту/клієнтам. А крім того, забезпечує врахування механізмів генези, функціонування та динаміки образу світу («життєвого світу», «життєвого простору», «світу для мене») як багатомірного смислового тла, унікально зображеної дійсності людини в контексті засвоєного нею історично-культурного досвіду, особистісної історії та перспектив майбутнього. Слід підкреслити, що виокремлення номотетичного і ідеографічного планів у компаративістському підході дозволяє глибше розуміти універсальні та специфічні аспекти психічного життя людини, виявляти культурні впливи на формування особистості та уточнювати методологічні основи психологічної науки.

Список літератури:

1. Каліщук С., Цюман Т. П. Методологічні конструкти компаративістичної моделі психотерапевтичної допомоги сім'ї. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія Психологія*. 2025. № 2 (25). С. 14–18. DOI <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2025.2.2>
2. Prochazka J., Norcross J. *Psychotherapy System. A Transrational Analysis*. New York : Oxford University Press. 2018.
3. What is Psychotherapy? Contemporary Perspectives Hardcover / by Jeffrey K. Zeig, W. Michael Munion. Jossey-Bass Inc., U.S., 1990. 448 p.

Kalishchuk S. M. NOMOTHETIC AND IDEOGRAPHIC PLANS OF INTERPARADIGMATIC METHODS OF COUNSELING AND PSYCHOTHERAPY

The article substantiates the need for systemic comparative integration of a set of scientifically proven and practically tested approaches to providing psychotherapeutic assistance based on the distinction between nomothetic and idiographic levels of analysis. The phenomenological foundations of a comparative-integrative approach are examined, which builds the basic framework for analyzing client requests and creates a multidimensional plane based on a comprehensive methodological foundation of the following approaches: psychotechnical; ontological; systemic; trans-rational existential-systemic; structural; spectral; biographical-existential. The study substantiates the relevance of objectifying of integrative paradigmatic methods of counseling and therapy, with two planes being distinguished: nomothetic and ideographic. It has been

determined that the nomothetic aspect is regulated by general regularities through the creation of a mandatory framework of competence for psychologists. The following descriptive dimensions are outlined: changes, goals, stages of change, processes of change, with the identification of elements for their analysis: content, means, and stages of dynamics. The idiographic level is conceptualized as outlining the internal horizons and substantively outlines the internal horizons of the comparative system of methods for providing psychological assistance, finding the common, different, and unique in the process of their development. The content of the functional system of interconnection of methodological approaches to providing psychological assistance is described according to the following criteria: approach; dichotomous “fragments-constructs” of comparative analysis; client requests, focus. A functional-operational model of interaction between the nomothetic and ideographic components of request processing is proposed, which takes into account the connections and intersections of their specific goals with the universal task of providing psychological assistance to clients and families.

Key words: *psychological counseling, psychotherapy, family psychotherapy, comparative studies, comparative-integrative analysis, nomothetic plan, ideographic plan.*

Дата першого надходження статті до видання: 16.01.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 11.02.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 27.03.2026