

## ФЕНОМЕНОЛОГІЯ СИМВОЛУ У МАНДАЛОТЕРАПІЇ: ТЕОРЕТИКО-ПРИКЛАДНИЙ АСПЕКТ

### SYMBOL PHENOMENOLOGY IN MANDALOTHERAPY: THEORETICAL AND APPLIED ASPECT

У статті запропоновано ґрунтовну характеристику ролі та особливостей роботи із символами у психоконсультативній та психотерапевтичній практиці. Розкрито особливості трактування символів у психоаналітичному та арт-терапевтичному підходах (зокрема, мандалотерапії). Задля розкриття глибинної сутності символів використано метод малювання мандал з інтерпретацією структурних складових частин кожного малюнка.

За результатами дослідження, проведеного під час пандемії коронавірусу Covid-19, визначено основні критерії опису символів мандал (центрального символу, додаткові символи, колір та розмір) та виокремлено такі групи символів, як стихії (вогонь, вода (водойми), земля, небо); об'єкти неживої природи; пори року; люди; дерева, рослини та їх частини; небесні об'єкти; живі створіння; графічні геометричні фігури.

Аналіз отриманих малюнків мандал доводить, що домінуючими символами є дерева, рослини та їх частини, графічні та геометричні фігури та стихії. Рідко на малюнках можна зустріти зображення людей та пір року. Центральним символом більшості мандал є дерева, квіти й стихії. Аналізуючи зміст і смислове навантаження домінуючих та центральних символів мандал, зазначаємо, що переважання символів живої природи, квітів, дерев вказує на життєздатність, циклічність, образ світу, взаємозв'язок та взаємовплив усіх життєвих процесів, життєві настанови та спрямування, роздуми про життя й смерть та циклічність життя. Аналіз та інтерпретація домінуючих символів мандал вказує на загострення екзистенційних переживань, усвідомлення життєвих процесів, прагнення наблизитися до природи.

Сукупність вищевказаних домінуючих груп символів є свідченням низки ціннісних, світоглядних та емоційно-почуттєвих відношень досліджуваних до подій, що наявні в актуальній життєвій ситуації, пов'язаній із пандемією.

**Ключові слова:** символ, мандала, мандалотерапія, арт-терапія, психотерапія, пандемія, карантин.

The article offers a thorough description of the role and features of working with symbols in psycho-counseling and psychotherapeutic practice. The peculiarities of the interpretation of symbols in psychoanalytic and art-therapeutic approaches (in particular mandalotherapy) are revealed. In order to reveal the deep essence of the symbols, the method of drawing mandalas with the interpretation of the structural components of each drawing was used.

According to the results of a study conducted during the Covid-19 coronavirus pandemic, the main criteria in the description of mandala symbols (central symbol, additional symbols, color and size) were identified and the following groups of symbols were identified: elements (fire, water (water), earth, sky); inanimate objects; season; people; trees, plants and their parts; celestial objects; living creatures; graphic geometric shapes.

The analysis of the held drawings of mandalas proves that the dominant symbols are trees, plants and their parts, graphic and geometric figures and elements. Rarely in the pictures you can find images of people and seasons.

The central symbol of most mandalas is trees, flowers and the elements. Analyzing the content and semantic load of the dominant and central symbols of mandalas, we note that the predominance of wildlife symbols, flowers, and trees indicates viability, cyclist, and image of the world, the relationship and interaction of all life processes, vitality, reflection on life and death and cyclical life. The presence of dominant symbols indicates the exacerbation of existential experiences, awareness of life processes, and the desire to get closer to nature.

The combination of the above dominant groups of symbols is evidence of a number of values, worldviews and emotional attitudes of the subjects to the events taking place in the current life situation associated with the pandemic.

**Key words:** symbol, mandala, mandalotherapy, art therapy, psychotherapy, pandemic, quarantine.

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.22.11>

**Калька Н.М.**

старший викладач кафедри психології факультету психології Львівський державний університет внутрішніх справ

**Одинцова Г.Ю.**

к.психол.н., доцент кафедри психології факультету психології Львівський державний університет внутрішніх справ

**Постановка проблеми.** Дослідження проблеми символічного відображення реальності має глибоке історичне підґрунтя. Проекція внутрішнього світу та переживань людини через символи зберігає загадковість та інтригує своєю очевидністю і незбагненністю водночас. Символи супроводжують людину все її життя: від народження до смерті. У сучасному інформаційному суспільстві символ набуває особливого значення та відіграє особливу роль.

Поняття «символ» використовується досить широко, і для більшості є достатньо зрозумілим. Проте нечіткість визначення цього

поняття зауважується багатьма дослідниками [6, с. 220]. Зокрема, це стосується розкриття характеристик символу, його функцій, смислового навантаження. Отже, поряд із ним та замість нього часто вживають такі слова, як «знак», «образ», «емблема», «метафора». Термін «символ» походить від грецького слова “symbolon” – «знак», «ознака», «сигнал», «передбачення». Також він етимологічно пов'язаний із грецьким дієсловом “symballo” – «поєднувати», «зіштовхувати», «порівнювати». Це вказує на поєднання двох частин дійсності, а також на те, що це є місцем зустрічі відомих

конструкції свідомості з тим чи іншим предметом цієї свідомості. Ще Аристотель у своїх працях згадує про символ, який є поєднанням багатьох тенденцій, свідченням та ознакою, за якою пізнається невідоме раніше.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Філософський аспект трактування символу зустрічаємо у наукових працях С. Аверінцева, С. Бейна, Е. Кассіра, О. Лосева, Ю. Лотмана, М. Мамардашвілі, В. Топорова. Герменевтичний підхід до аналізу символу крізь призму філософсько-антропологічного знання розвивали Т. Боас, Г. Гадамер, Д. Гірц. Символ як важливий елемент та засіб комунікації досліджували Р. Барт, М. Бойченко, В. Горський, С. Кримський, В. Рубен. Питання інтерпретації символу вивчали М. Еліас, Д. Рассмусен, П. Рікер. У психологічній науці дослідженню психологічного значення символу присвячено багато наукових праць психоаналізу (З. Фройд, О. Ранк, А. Фройд), трансперсональної психології (С. Грофф) та онтопсихології (А. Манегетті).

Погляди психоаналітиків на психологічний зміст процесу символізації, а також на роль свідомого й несвідомого у ньому різняться. Зокрема, З. Фройд вважав, що символічне зображення є несвідомим проявом інстинктивних потреб. Його метою є інтеграція у свідомість у замаскованій формі таких аспектів психіки, що є витісненими зі свідомості внаслідок дії внутрішніх заборон [7].

З цим не погоджувався К.Г. Юнг, а також його послідовники. Він вважав, що символ має здатність виразити і поєднати свідомий і несвідомий зміст. Внаслідок цього символ є розв'язанням внутрішніх суперечностей психіки, в чому полягає його звільняюча сила. К.Г. Юнг виділяє такі два аспекти психологічної інтерпретації символіки: чим насправді є символ (об'єктивна інтерпретація) і яке він має значення як проекція конкретного психологічного змісту (суб'єктивна інтерпретація) [10].

Тут варто згадати Л. Бенуаса, який вважав, що символ є «елементом-містком», що дає можливість навести лад у мисленні [1, с. 53].

Символ завжди є багатозначним, і його не варто інтерпретувати однозначно, а потрібно шукати якомога більше значень. Послідовна, герменевтична робота із символом допомагає знайти його смисл, значення та прихований зміст.

В. Самохвалов вважає, що будь-який символ можна інтерпретувати, виходячи з контексту, семантики середовища. Він може бути таким:

- біологічний, що містить еволюційний та етологічний сенс символу, а також його аналогії у філогенезі, онтогенезі;

- культурологічний, який передбачає пошук аналогів символу в історії в межах конкретного

етносу чи універсальних аналогів, виявлених під час крос-культурного порівняння, лінгвістичного аналізу;

- психоаналітичний, що містить типові фрейдівські, юнгіанські, еріксонівські символи;

- психологічний, що ґрунтується на конкретних індивідуальних психологічних фактах і переживаннях;

- інтерперсональний, що пов'язаний з оточенням індивіда, яке може «імплантувати» свої символи в переживання людини [7].

Символ є способом втілення будь-якої трансцендентної ідеї, засобом розуміння духовної реальності. На відміну від знака, який завжди є конкретним, символ є багатозначним [8].

Великого значення та важливої ролі набуває робота із символами у психокорекційній та психотерапевтичній роботі. Отже, М. Аргулес, Т. Колошина, О. Копитін у власних дослідженнях пропонують ґрунтовну характеристику та інтерпретацію символів (зокрема, символів у мандалах), а також особливості роботи із символами у психоконсультативній та психотерапевтичній роботі.

Можна переконливо зазначити, що «мовою» арт-терапевтичного та символдраматичного напрямку психокорекції та психотерапії є символ. У цьому варіанті динамічна комунікація забезпечується через символічну мову образів. О. Копитін зазначає, що символ є елементом, що поєднує психічне життя клієнта та терапевта. Завдяки символу клієнт досягає високого ступеня інтегрованості між елементами несвідомого та свідомого і, відповідно, результативністю психотерапевтичного впливу. Тут символ є потужним посередником міжособистісної та внутрішньо особистісної комунікації [5].

Безперечною є цінність роботи із символами у процесі психоконсультативної та психотерапевтичної роботи, особливо в таких напрямках, як арт-терапія та символдрама. Основною функцією символу є забезпечення якісних змін у психіці та поведінці клієнта. В. Цибуля акцентує увагу на таких основних функціях символів, які роблять психотерапевтичний процес ефективнішим і більш глибоким та осмисленим: усвідомлення смислу симптому чи проблемної ситуації; смислоутворення; рефлексія і розуміння сенсів буття; інтеграція; «породження переживань»; експлікація переживань; відреагування; прогнозування, структурування психічних процесів, сугестія та організація просторово-часових характеристик терапевтичного процесу [9, с. 160–170].

**Постановка завдання.** У нашому дослідженні основну увагу акцентовано на узагальненні, аналізі та інтерпретації символів, зображених досліджуваними у процесі малювання мандал.

За допомогою аналізу символів здійснено спробу визначити домінуючі переживання та психічні стани досліджуваних у період пандемії коронавірусу Covid-19 в Україні, оскільки специфікою вищезгаданого дослідження було проведення саме у пік карантину (квітень-вересень 2020 року), тому процес малювання мандал виконував як психодіагностичне, так і психокорекційне завдання у вищезгаданому дослідженні.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Задля аналізу символів у мандалах використано проєктивну методику MARI Дж. Келлог [5]. Кожному з досліджуваних запропоновано таку інструкцію. «Візьміть чистий аркуш паперу А4 і на ньому простим олівцем намалюйте велике коло. Віднайдіть центр кола. Візьміть олівці чи фарби і починайте малювати всередині кола. Пам'ятайте, що зовнішні межі кола не повинні бути для Вас перешкодою. Якщо Ви хочете вийти за межі кола, Ви можете це зробити – це Ваше коло. Коли Ви закінчите малювати, назвіть малюнок і напишіть дату. Зазначте, де знаходиться верхня частина зображення».

У дослідженні взяли участь 56 осіб (40 жінок і 16 чоловіків) віком 17–64 років, які перебували на карантині, що пов'язаний із пандемією коронавірусу. Дослідження проводилось у квітні-вересні 2020 року у м. Львові.

Отримані малюнки респондентів підлягали інтерпретації за такими основними критеріями.

1) Характеристика зображення мандали:

- стадія великого кола мандали за Дж. Келлог;
- зовнішнє коло мандали, що символізує особливості меж Его (їх наявність, чіткість, розірваність тощо);
- центр мандали, що відображає Его та цінності, переживання та змістове наповнення актуальної ситуації (наявність центру, його розміщення, зв'язок із межами кола);
- верхня частина мандали, яка демонструє свідомі психічні процеси особистості, та нижня, що демонструє несвідомі процеси;
- структурні елементи та домінуючі зображення мандали;
- переважаюча кольорова гама мандали.

2) Сміслові навантаження мандали.

3) Характеристика назви мандал (психолінгвістичний та семантичний аналіз назви та її зв'язок із особистісними переживаннями).

4) Емоційне реагування на мандалу та ставлення до неї автора [4, с. 195].

Окремо проаналізовано символи кожної мандали, а для якісного аналізу вибрано за основу класифікацію О. Змановської [2], де виокремлено такі групи символів:

– зображувальні або образотворчі (природа, тварини);

- графічні (геометричні фігури);
- математичні (числа, дії);
- іменні (імена, власні назви, букви);
- кольорові символи;
- поведінкові символи;
- символи цінності;
- персоніфіковані символи (образи героїв, кумирів, богів).

О. Змановська класифікує усі символи за функціональною приналежністю на наукові, філософські, міфологічні, релігійні; природу, суспільство, увесь світ; ідеологічні; технічні, класичні, із зображенням людини.

Для зручності аналізу отриманих символів у мандалах нами вибрано такі критерії:

- центральний символ мандали (розміщений у центрі мандали, той, що передає основний посыл малюнку);
- фактично наявні символи у мандалі;
- розмір символу(символів);
- кольорова гама символу(символів).

Базуючись на класифікації О. Змановської та беручи до уваги власні критерії, виокремлюємо такі групи символів у мандалах і відповідні їх зображення:

1) стихії (вогонь, вода (море, річка, вода, хвиля, акваріум), земля (суша, гори, ядро, яма, дорога));

2) об'єкти неживої природи (корабель, будинок, димар, гойдалка, м'яч, кубок, обруч, повітряна куля, дорога, акваріум, дзеркало, машина, літак, цигарка, ліхтарі);

3) пори року;

4) люди (дівчина, силуети людей, частини обличчя);

5) дерева, рослини та їх частини (дерева, квіти, стебло, гілки, трава, пелюстки на квітах, ліс, листочки, коріння);

6) небесні об'єкти (сонце, зірки, хмари, горизонт, планети, місяць, промені, веселка, повітряна куля, літак);

7) живі створіння (дельфіни, птахи, метелик, кіт, риби, вовк);

8) графічні геометричні фігури (сектори, геометричні фігури, кола, м'ячі, квадрати, трикутники, обруч, крапки, лінії, серце, буква М).

У результаті якісного оброблення отриманих малюнків мандал виявлено, що домінуючими символами, які найчастіше трапляються, є дерева, рослини та їх частини, графічні та геометричні фігури, небо (небесні об'єкти та об'єкти неживої природи, а тими, що трапляються найрідше, – люди та пори року. Доволі часто на малюнках зображені стихії (вода, земля, вогонь) (рис. 1).

Серед домінуючих центральних символів мандал помічаємо дерева, рослини та їх частини, а також графічні (геометричні фігури). Відповідно, центральним символом мандал доволі часто виступають стихії та небо (небесні об'єкти) (рис. 2).

Аналізуючи зміст і смислове навантаження домінуючих та центральних символів мандал, зазначимо, що переважання символів живої природи, квітів, дерев вказує на життєздатність, циклічність життя, образ світу, взаємозв'язок та взаємовплив усіх життєвих процесів, життєву енергію, роздуми про життя й смерть. Невипадково ці символи часто зустрічаються у малюнках, оскільки саме в період карантину суттєво загострилися екзистенційні переживання, усвідомлення життєвих процесів, прагнення наблизитися до природи і відчуття себе «боржником» перед нею.

Водночас малюнки квітів досліджуваних, швидше за все, символізують певний спектр особистісних переживань у час пандемії, а саме вказують на вразливість, емоційну нестійкість, тривожність, сенситивність, інфантильність, мрійливість та прагнення до прекрасного. Також квіти часто є показником особистісних змін та трансформацій («початок весни – початок нового етапу життя»), духовного відродження. Варто зазначити, що у ситуації перебування в ізоляції така палітра переживань, що транслюються через вищезгадані символи, є достатньо реалістичною (рис. 3).

Щодо символів графічних та геометричних фігур, то вони вказують на певні особистісні тенденції та переживання. Так, наявність чи домінування трикутника у мандалі співвідноситься з такими властивостями характеру

як ригідність та егоцентризм, проявами яких можуть бути впевненість і стійкість, а також жорсткість, коло може вказати на рівновагу, порядок, проте певну зацикленість, статичність, а квадрат часто демонструє організованість, ригідність, органічність, конструктивність, владу, всемогутність і водночас простоту, прямоту, твердість, незворушність, прямодушність, чесність, щирість, моральність, честь автора такого малюнку мандалі (рис. 4).



Рис. 1. Розподіл символів у мандалах (фактично наявні)



Рис. 2. Розподіл центральних символів у мандалах



Рис. 3. Символи у мандалах категорії «Деревя, квіти та їх частини»

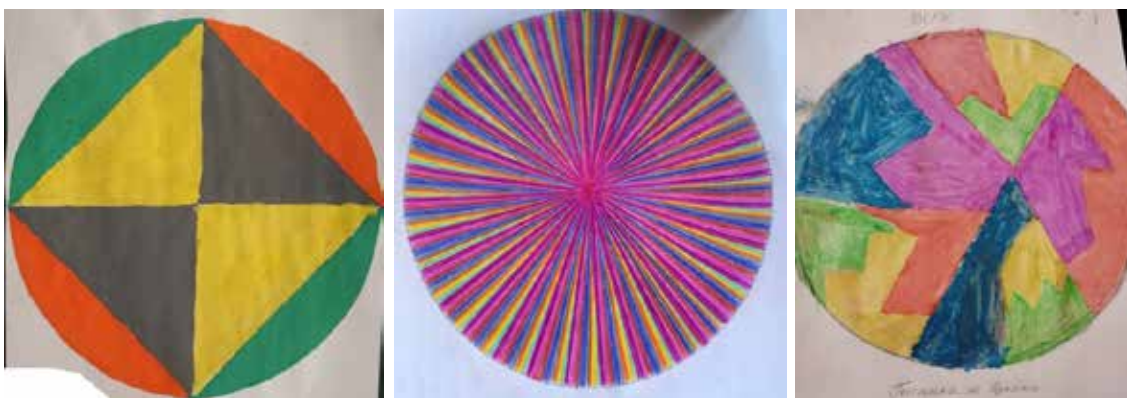


Рис. 4. Символи у мандалах категорії «Графічні (геометричні) зображення»



Рис. 5. Символи у мандалах категорії «Стихії»

Символіка стихій (землі, води, вогню) є свідченням усвідомлення та цінності усіх життєвих процесів. Так, переважання в малюнках символу землі вказує на наявність або потребу в почутті безпеки, опори, стабільності та впевненості у собі. Оскільки ситуація пандемії «вибила землю з під ніг» практично у кожного, очевидно є висока частота появи цього символу в малюнках.

Символізм води у малюнках мандали вказує на потребу в життєвих силах, русі та розвитку, постійних змінах і водночас усвідомлення плинності, непостійності та мінливості життя.

Стихія вогню у мандалах виступає інструментом очищення, трансформації, сили, міцності, енергії натхнення, пориву ідеалізму, любові, ненависті та жаги. Часто він може виступати символом сімейного затишку та тепла, проте у цьому варіанті варто розглядати індивідуальне наповнення малюнку, зображення інших символів та контекст самого змісту зображення (рис. 5).

Виходячи із змістового наповнення символів мандал, можемо переконливо окреслити особливості та специфіку переживань осіб, що перебували на карантині у період коронавірусу. Як бачимо, аналіз символів показує осмислення та переживання екзистенційних проблем досліджуваними, усвідомлення цін-

ності власного життя, відчуття себе «частинкою Всесвіту і природи», бажання наповнити себе життєвою енергією та стабілізувати внутрішній психічний стан.

**Висновки з проведеного дослідження.** За результатами проведеного дослідження та якісного аналізу малюнків і символів мандал окреслено основні підходи до інтерпретації символів, а саме особливості центрального символу мандали, фактично наявні символи у мандалі, розмір символу, кольорова гама символу. Визначено, що у більшості досліджуваних переважають символи стихії, об'єкти неживої природи, дерева, рослини та їх частини, небо та небесні об'єкти, графічні геометричні фігури.

Домінування цих груп символів є свідченням низки ціннісних, світоглядних та емоційно-почуттєвих відношень досліджуваних до подій, що наявні в актуальній життєвій ситуації, пов'язаній із пандемією, а саме жаги до життя, любові до природи, усвідомлення свого місця та ролі в житті, бажання змін та наповненості життя.

Подальше дослідження вбачаємо у ґрунтовному якісному аналізі та інтерпретації кожної групи символів задля виявлення специфіки особистісного профілю та домінуючих переживань досліджуваних.

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Бенуас Л. Знаки, символы и мифы. Москва : АТС, 2006. 158 с.
2. Змановская Е. Современный психоанализ. Теория и практика. Санкт-Петербург : Питер, 2011. 288 с.
3. Калька Н., Ковальчук З. Практикум з арт-терапії. Львів : ЛьвДУВС, 2020. 230 с.
4. Калька Н., Одинцова Г. Емпіричне дослідження особистісних переживань засобами мандалотерапії (під час карантину через пандемію коронавірусу в Україні). *Соціально-правові студії*. 2020. Вип. 3 (9). С. 193–201.
5. Копытин А. Теория и практика арт-терапии. 2002. 368 с.
6. Лосев А. Знак. Символ. Миф. Москва : изд-во Московского университета, 1982. 480 с.
7. Самохвалов В. Психоаналитический словарь и работа с символами сновидений и фантазий. Симферополь : СОНАТ, 1999. 184 с.
8. Свирепо О., Туманова О. Образ, символ, метафора в современной психотерапии. Москва : Издательство института психотерапии, 2004. 270 с.
9. Цыбуля В. Функции символа в психотерапии. *Консультативная психология и психотерапия*. 2012. № 2. С. 158–173.
10. Юнг К.Г. Архетип и символ. Москва : Канон, 1991. 304 с.