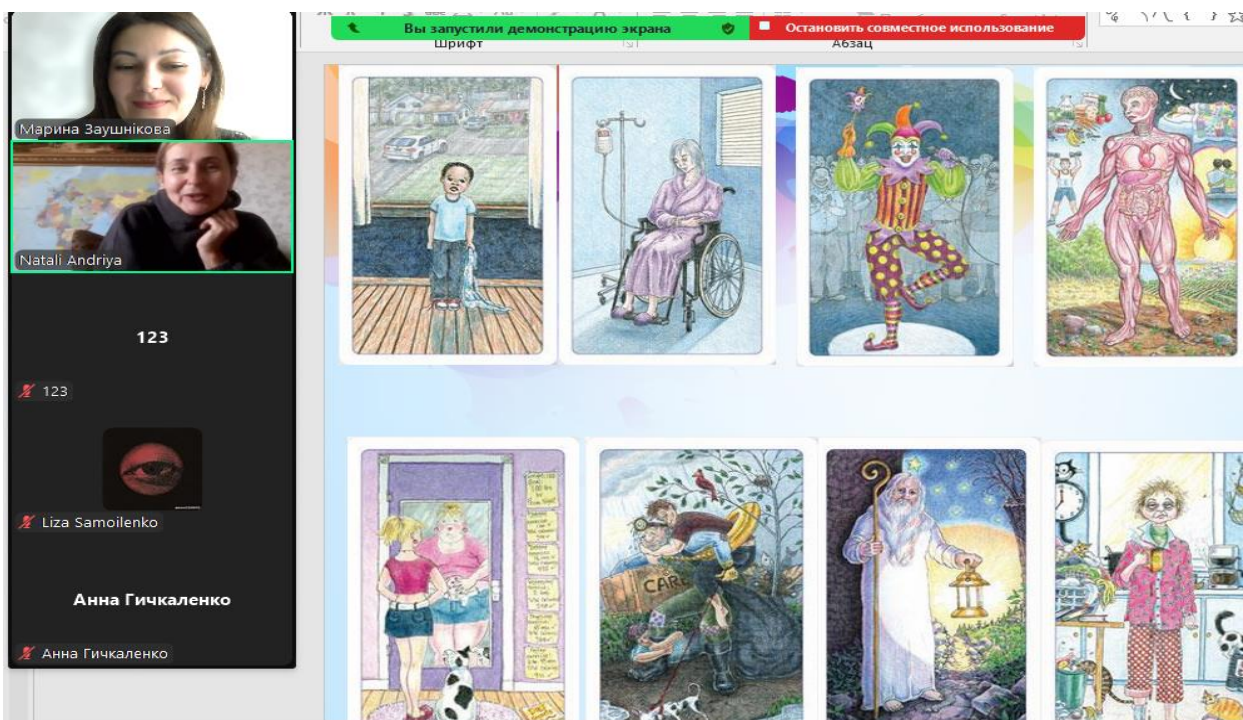


**5 листопада 2024 р.** у рамках договору про співпрацю між кафедрами кафедрами психології, педагогіки та соціології ДПУ та кафедрою соціальної психології факультету психології УДУ імені М. Драгоманова кандидатка психологічних наук, доцент **М. Заушнікова** провела зустріч зі здобувачами 1 курсу освітньо-професійної програми «Психологія врегулювання конфліктів» УДУ та освітньо-професійної програми «Психологія» ДПУ у межах навальної дисципліни «**Загальна психологія**». Понад 40 здобувачів познайомилися із цікавою психологічною технологією – роботою психолога з субособистостями із використанням колоди метафоричних асоціативних карт (Inner Active Cards) у психотерапевтичному методі психосинтез (засновник Роберто Ассаджіолі).



Коли різні аспекти нашої особистості знаходяться в конфлікті, наша енергія стає заблокованою, і це заподіює нам біль. Проте коли відбувається синтез двох або більше за частини нашої особистості, енергія звільняється, і ми переживаємо почуття глибокого задоволення і благополуччя. У цьому суть психосинтезу: гармонійне об'єднання усіх наших складових частин (субособистостей) навколо загального центру. Тенденція до синтезу властива людині внутрішньо, психосинтез просто знімає існуюче блокування і стимулює процес, який допомагає стати тими, ким ми є.

Для досягнення гармонійної внутрішньої інтеграції, осягнення істинного «Я» і формування правильних взаємин з іншими людьми Р. Ассаджіолі запропонував наступний підхід:

1. Глибоке пізнання своєї особистості.
2. Контроль над складовими частинами своєї особистості.

3. Осягнення свого «Вищого Я» – виявлення або створення об'єднуючого центру.

4. Психосинтез: формування або перебудова особистості навколо нового центру.

У цьому і полягає головне призначення психосинтезу: досягнення гармонії і інтеграція усіх якостей і функцій індивіда в єдине ціле.

Надзвичайно цікава і змістовна зустріч, під час якої кожен мав змогу привідкрити таємниці своєї душі, попрацювати із власними явними та тіньовими субособистостями – відчути, почути, зрозуміти і прийняти різні частини себе й інтегрувати їх у цілісний образ «Я».