

UDC 159.9.072.5

DOI: 10.34671/SCH.BSR.2019.0304.0012

ДИАГНОСТИЧНО-КОНСУЛТАТИВНИ И ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНИ ПЕРСПЕКТИВИ ЗА ПРИЛОЖЕНИЕ НА КАУЗОМЕТРИЧНИЯ АНАЛИЗ В БЪЛГАРИЯ

© 2019

Кирилов Кирил Найденов, докторант по педагогическа
и възрастова психология

Пловдивски университет „Паисий Хилендарски“

(4027, България, Пловдив, бул. "България", №236, e-mail: drkirilov@gmail.com)

Анотация. Представена е същността на каузометричния анализ, разработен от Е. Головаха и А. Кроник, като се акцентира върху начина му на приложение. Цел на проучването е разкриване на възможностите, които предлага този вид анализ, при използването му в диагностично-консултативната и психотерапевтичната практика. Задачи: 1. Да се представи в достатъчен обем същността на каузометричния анализ. 2. Да се посочат диагностично-консултативните и психотерапевтичните предимства на каузометричния анализ. 3. Да се определят перспективите за приложение на каузометричния анализ в диагностично-консултативната и психотерапевтичната практика на съответните специалисти в България. При изпълнението на поставената цел и задачи се основавахме както на теоретичните си познания по проблема, така и на получените чрез каузометричен анализ данни при изследването на 74 лица. Резултатите ни дават основание да направим извода, че каузометричният анализ следва да намери широко приложение в България, преминавайки през три главни етапа на този процес - популяризиране, използване на метода от множество специалисти и колаборация с каузометристите по света.

Ключови думи: Евгений Головаха, Александр Кроник, Рашад Ахмеров, причинно-целева концепция за психологическото време, каузометричен анализ, каузометрия, психология, психодиагностика, консултативна психология, психотерапия, каузометричен анализ в България, теория на графите.

DIAGNOSTIC-CONSULTATIVE AND PSYCHOTHERAPEUTIC PROSPECTS FOR THE USE OF CAUSOMETRIC ANALYSIS IN BULGARIA

© 2019

Kirilov Kiril Naidenov, PhD candidate in Pedagogical
and Developmental Psychology

Plovdiv University "Paisii Hilendarski"

(4027, Bulgaria, Plovdiv, Bulgaria Blvd., №236, e-mail: drkirilov@gmail.com)

Abstract. The essence of the causometric analysis, developed by E. Golovakha and A. Kronik, is presented here, focusing on its method of application. The purpose of the study is to discover the possibilities offered by this type of analysis when used in diagnostic-consultative and psychotherapeutic practice. Our tasks are: to present in sufficient volume the essence of the causometric analysis; to point out the diagnostic-consultative and psychotherapeutic advantages of the causometric analysis; to determine the prospects for application of the causometric analysis in the diagnostic-consultative and psychotherapeutic practice of the specialists in Bulgaria. In fulfilling our goal and tasks, we were based on both our theoretical knowledge of the problem and the data obtained through causometric analysis in the study of 74 persons. The results give us reason to conclude that causometric analysis should find wide application in Bulgaria, passing through three main stages - promotion, use of the method by numerous specialists and collaboration with causometrists worldwide.

Keywords: Evgeny Golovakha, Aleksandr Kronik, Rashad Akhmerov, Goal-and-Causal Theory of Psychological Time, causometric analysis, causometry, psychology, psychodiagnostics, consultative psychology, psychotherapy, causometric analysis in Bulgaria, graph theory.

КОНСУЛТАТИВНО-ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ И ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ ПЕРСПЕКТИВЫ ПРИМЕНЕНИЯ КАУЗОМЕТРИЧЕСКОГО АНАЛИЗА В БОЛГАРИИ

© 2019

Кирилов Кирил Найденов, докторант по педагогической
и возрастной психологии

Пловдивский университет им. П. Хилендарского

(4027, Болгария, Пловдив, бул. "Болгария", №236, e-mail: drkirilov@gmail.com)

Аннотация. Представлена суть каузометрического анализа, разработанного Е. Головахой и А. Кроником, с акцентом на способ его применения. Целью исследования является выявление возможностей, предоставляемых этим типом анализа при его использовании в консультативно-диагностической и психотерапевтической практике. Нами поставлены следующие задачи: 1. Изложить в достаточном объеме суть каузометрического анализа. 2. Указать консультативно-диагностические и психотерапевтические преимущества каузометрического анализа, при его использовании в теории и практике. 3. Определить перспективы применения каузометрического анализа в консультативно-диагностической и психотерапевтической практике соответствующих специалистов в Болгарии. При выполнении нашей цели и задач мы основывались как на наших теоретических знаниях о проблеме и методе, так и на данных, полученных с помощью каузометрического анализа при исследовании 74 человек. Полученные результаты позволяют нам сделать вывод о том, что каузометрический анализ должен широко применяться в Болгарии, пройдя три основных этапа этого процесса - продвижение и ознакомление специалистов в Болгарии с каузометрическим анализом, широкое использование метода многими специалистами и сотрудничество с каузометристами по всему миру.

Ключевые слова: Евгений Головаха, Александр Кроник, Рашад Ахмеров, причинно-целевая концепция психологического времени личности, каузометрический анализ, каузометрия, психология, психодиагностика, консультативная психология, психотерапия, каузометрический анализ в Болгарии, теория графов.

Постановка на проблема в общ вид и неговата връзка с важни научни, приложни и практически задачи. Редица учени, както чуждестранни, така и български, считат, че психологията още не може да се нарече истинска наука. Така например, Левкова твърди: «Психологията, в своето колкото дълго, толкова и кратко съществуване,

все още не е достигнала стадия на парадигмална наука.» [1, с. 63], а Минчев, че тя е една «пъстра мозайка от концепции и практики» [2, с. 15]. В стремежа си да «узаконят» мястото на психологията в науката, предвид принципите за демаркация между наука и псевдонаука, специалистите, работещи в тази област на познанието,

създават все по-добри методи за верификация на получаваните от тях данни, превръщайки по този начин психологията в една от най-бързо и модерно развиващите се науки през последните стотина години. Тук имаме предвид една такава теория/концепция, която, според нас, оправдава написаното малко преди това - теорията за психологическото време на личността, известна като «причинно-целева концепция за психологическото време на личността». Нейните автори, Евгений Головаха и Александр Кроник работят повече от четири десетилетия в това направление и постигнатото от тях е заслужило адмирациите на научната общност. Основните положения на тяхната концепция са публикувани за първи път през 1984 г. [3], а почти четвърт век след това излиза второто допълнено и преработено издание на труда им [4]. Операционализирането на идеите, заложи в посочените трудове, преминава през различни етапи, за да достигне до издаването на монографиите на Кроник и Ахмеров през 2003 и 2008 година [5, 6]. По този начин, към момента ние разполагаме не само с концепцията, но и с един добре обоснован метод за анализ както на психологическото време на личността (в биографичен мащаб), така и за изследване на жизнения път на човека през целия му осъзнат жизнен цикъл - каузометричния анализ. В основата на този метод стои верифицираната вече хипотеза, заложи в причинно-целевата концепция, че психологическото време на личността, както и множество други личностни характеристики, се определят от отношенията между субективно определените от даден човек най-значими събития в живота му, разгледани в континуума «причина-следствие» и «средство-цел». Методът вече е дотолкова популярен сред специалистите по света, че има както създаден Институт по каузометрия (Institute Of Causometry Lifelook.Net, Inc) във Вашингтон, ръководен от А. Кроник, така и Международна Асоциация на Каузометристите (чийто член има честта да бъде и авторът на тази публикация). Разработен е и компютърният вариант на каузометричния анализ, в три разновидности (според обема на обработваните и представяни данни и изводи) - програмата LifeLook© (LifeLine©) [7].

В същото време, в България, както вече посочихме в предишна наша работа, «причинно-целевата концепция и каузометричния анализ са малко познати на психолозите, като на практика, понастоящем, последният не се използва от тях (поне не откриваме данни за това). Вероятната причина е трудоемкостта на метода (в «ръчния» му вариант), както и необходимостта от добра математическа подготовка (по-специално в областта на теорията на графите), което обаче лесно може да се избегне при използване на компютърния вариант на каузометричното изследване» [8, с. 47].

Анализ на последните изследвания и публикации, в които са разгледани аспекти на подобен проблем, и на базата на които се обосновава и автора; отделяне и аотиране на неразрешените аспекти в хода на емпирическия анализ на проблема. Каузометричния анализ, представляващ естествено продължение и следствие на причинно-целевата концепция за психологическото време на личността е пример за това, как използването на даден метод в практиката може да обогати теорията. Нещо повече - определяните чрез него величини са богат комплекс от данни, отнасящи се до редица психологически характеристики на личността, които по обективен, математически начин, се представят пред нас в по-лесен за интерпретиране вариант. Получаваните чрез каузометричен анализ данни и производни величини почти веднага ни подсказват към какви други методи и концепции, съществуващи вече в психологията, е необходимо да се обърнем, за да ги сравним с резултатите, представени от тях. Така например, в тази връзка, ние съвсем естествено се обърнахме към концепцията за «времената перспектива на личността», чийто «кристализиран» вариант виждаме в труда на Ф. Зимбардо и Дж. Бойд от Балканско научно обозрение. 2019. Т. 3. № 4(6)

2008 г. «Парадокса на времето» [9]. От друга страна, необходимо се оказва и познаването основите на теорията на графите [10]. Определено считаме, че теоретичното и практическо значение на каузометричния анализ оправдава по-широкото му приложение в България - още повече, че това разширява значително теоретичния и практически арсенал на всеки специалист, работещ в областта на психологията, а и в редица водещи страни по света този тип анализ се използва вече рутинно.

Формиране целите на статията (постановка на задачата). Цел на нашето проучване е разкриване на възможностите, които предлага каузометричния анализ, при използването му в диагностично-консултативната и психотерапевтичната практика, а оттам и определяне на основните перспективи за неговото бъдещо широко приложение в България. Тази цел предопределя и основните задачи, които си поставяме тук: 1. Да се представи в кратък, но достатъчен, обем същността на каузометричния анализ. 2. Да се посочат главните диагностично-консултативни и психотерапевтични предимства и слабости на каузометричния анализ. 3. Да се определят основните перспективи, според нашите виждания, за приложение на каузометричния анализ в диагностично-консултативната и психотерапевтичната практика на съответните специалисти в България.

Изложение на основния материал на изследването, посредством пълното обосноваване на получените научни и приложни резултати. След съответната теоретична подготовка и осъществяване чрез лична кореспонденция консултативни контакти с авторите на причинно-целевата концепция (Е. Головаха и А. Кроник) и нейния операционализиран вариант - каузометричния анализ, авторът на тази публикация прилага в продължение вече на две години каузометричен анализ в кабинета за психологическо консултиране и психотерапия, работещ в рамките на психологически център «Пътеки», гр. Казанлък, България. Общият брой клиенти/пациенти, съгласили се да бъдат подложени на каузометричен анализ, към момента е 42, като само 5-ма от тях са мъже. Паралелно с работата в кабинета, каузометричния анализ бе провеждан и с лица, които не са се обръщали за консултативна и/или психотерапевтична помощ, и които можем да използваме по-нататък, когато е необходимо, за контролна група. ИЛ от бъдещата «контролната група» към момента са 32-ма, като 7 от тях са мъже. Възрастта на ИЛ, обърнали се към кабинета за помощ, варира между 24 и 69 години ($\bar{X} = 44.8$, $\sigma = 14.3$), а на контролната група, съответно - между 31 и 58 години ($\bar{X} = 46.1$, $\sigma = 9.2$).

В изложението по-нататък нашата работа ще бъде представена в съответствие с поставените цел и задачи, както и с конкретния начин, по който ние прилагаме каузометричния анализ в «ръчния» му вариант. Компютърният вариант на каузометричния анализ - програмата LifeLook© (LifeLine©) [7], няма да бъде разглеждан тук. Ще посочим само главните негови плюсове и минуси, в сравнение с «ръчния» вариант.

Емпиричното изследване протича в три етапа:

1. Констатиращ етап.

1.1. Първоначално, за «биографична замявка» [4, с. 58] на всяко от ИЛ се дава следната инструкция:

«Целият живот на човека бихме могли да разделим на минало, настояще и бъдеще. Различните хора имат и различни виждания за тези три периода от живота им. И така, бихте ли изобразили, с помощта на три кръга върху този лист (формат А4) Вашето виждане за отношението, свързаността или липсата на такава между Вашето минало, настояще и бъдеще? Кръговете могат да бъдат с еднаква или различна големина и не е задължително да бъдат идеално нарисувани. Отбележете във всеки кръг, какво изобразява той - М за минало, Н за настояще и Б за бъдеще.» (тест на Cottle) [4, с. 59].

На ИЛ се дава бял лист хартия с формат А4 и химикал. След като изпълнят задачата, ИЛ биват инстру-

ктирани да «оцветят» (да напишат какъв цвят избират) трите кръга с някой от осемте цвята от теста на Люшер (представени на отделна бланка), като им се казва, че цветовете за различните кръгове могат и да се повтарят. За разлика от оригиналната методика, ние прилагаме и «оцветяване» на кръговете, чието значение ще бъде обяснено по-нататък в текста.

1.2. Определяне на психологическата възраст (ПВ). На този стадий от изследването се определя ПВ на ИЛ, като се използват методиките на Головаха и Кроник [4, с. 139] за самооценка на психологическата възраст и оценка на 5-годишните интервали (ОПИ). Допълнително, тук ние използваме и две наши методики, представляващи същевременно обект на проучване на тяхната приложимост, като имаме предвид получените резултати в предишна наша работа [8]. След оценката на 5-годишните интервали, ИЛ се инструктират да ги «оцветят» - отново с помощта на избор на цвят за всеки 5-годишен интервал от бланката с осемте цвята на Люшер (което представлява наше допълнение към това изследване и не влиза в оригиналната методика).

1.3. На ИЛ се дават 20 бели на цвят листчета с размери 10x10 см. и един лист с формат А4. Инструкцията към тях е следната:

«Целият живот на човека се състои от събития. Тук, под «събитие» ще разбираме нещо, което се случва бързо, за кратко време. Например, събитие е първото Ви влизане в класната стая, започването на работа на дадено място или пък уволнението от тази работа и т.н. Ако желаете да отбележите, че сте били студент, то помислете кое е най-важно за Вас: постъпването в университета, или завършването, или пък някакъв определен момент от студентството Ви. Най-важното при тази задача е да определите тези събития в живота си, които, според Вас, имат най-голямо значение за Вашия именно живот. Събитията могат да бъдат както от миналото, така и от настоящето и бъдещето. Моля, не забравяйте за бъдещето си! На всяко от тези листчета пишете само по едно събитие. И още нещо: възможно е да не искате да споделите съдържанието на дадени събития или дори на всички. Ако това е така, моля Ви предварително да си направите списък на събитията - затова Ви е даден белият лист, като ги номерирате по реда на сещането Ви за тях, след което ще продължим по-нататък. След това, на листчетата-събития можете да напишете само по една ключова дума или дори само поредния номер на събитието от Вашия списък - важното е Вие да знаете точно за кое събитие става въпрос. А на обратната страна на листчето - поредния номер на събитието, според сещането Ви за него». След като се уверим, че ИЛ добре са разбрали инструкцията и преди да започнат да пишат върху листчетата, следва втората инструкция (за всички ИЛ, с изключение на тези, които предварително са си изготвили списък, но те бяха само трима):

«За Ваше улеснение, вземете отначало само 5 листчета и напишете върху тях първите пет най-важни за Вас събития в живота Ви - по едно на всяко листче, като не забравяте, че можете да отбележите и бъдещо събитие: такова, каквото очаквате или желаете да се случи. На обратната страна на листчето за всяко събитие отбележете поредния му номер на написване - на първото събитие-листче, което Ви е хрумнало, за което сте се сетили, напишете 1, за второто - 2, и т.н. След като направите това, продължете по същия начин - вземате 5 листчета и пишете следващите най-важни за Вас събития, докато използвате всички 20 листчета.». Когато ИЛ изпълнят тази задача, следва кратка инструкция:

«Сега разгледайте подробно всички 20 събития и отделете от тях тези 5, които считате за по-маловажни от останалите 15.». ИЛ определят 15-те най-важни за тях събития и по този начин са готови за следващия етап.

1.4. На този етап инструкцията е следната: «Моля Ви сега да поставите дати на всяко от събитията. За някои от тях Вие, вероятно, знаете точните дата-месец-година,

а за други - не. Там, където не се сещате за точната дата или пък за бъдещите събития, можете да напишете ориентировъчна дата или месец и година, или само година, или сезон от дадена година, или период от дадена година - например, през лятото на 2022 г., в края на 2023 г. и т.н. Всички събития трябва да бъдат датирани. Запишете «датите» под самото написано събитие. Щом сте готови с датирането, разгледайте 15-те събития и ги подредете по дати - най-ранното отбележете с номер 1, следващото с номер 2 и така до последното, вероятно бъдещо събитие, като поредния номер на всяко събитие пишете в горния ляв ъгъл на листчето.».

1.5. След като ИЛ са датирали събитията, следва инструкцията: «Разгледайте, прочетете отново всички 15 събития и се постарайте да ги подредите по важност, като най-важното от тези 15 събития ще е под номер 1, второто по важност - под номер 2, и така докато номерирате всички 15 събития по важност. Номерата на събитията по важност пишете в долния десен ъгъл на листчето, съответстващо на даденото събитие.»

1.6. При приключване на предходната задача се обръщаме към ИЛ със следната инструкция: «Предстои Ви отново да прочетете всяко събитие и да го «оцветите». Ето познатата Ви бланка с осемте цвята, от която да избирате цвят за всяко от Вашите 15 събития. Моля Ви да използвате Вашите представи, интуиции, усещания за всяко събитие, като се стараете да го «оцветите» така, както ви хрумне от първия път. Цвета запишете в долния ляв ъгъл на листчето.»

1.7. На този етап се дава бланка с написани върху нея 7 (седем) «сфери на принадлежност на събитията» [4, с. 63], заедно с техните еднобуквени съкращения. Сферите на принадлежност на събитията се проучват с цел ИЛ да определят за всяко събитие в коя сфера от техния живот то е предизвикало промяна, а и да получим информация за същността на събитията, когато те не са разкрити с конкретното си съдържание. Инструкцията е следната: «И така, приближаваме финала на работата с листчетата-събития на този етап! Ето Ви тази бланка, която ще Ви помогне да определите в коя сфера на Вашия живот всяко от 15-те събития е предизвикало промяна. Възможно е промяната да е настъпила в няколко сфери, или дори във всички посочени. Вашата задача е първо да определите главната за Вас сфера от живота, в която дадено събитие е предизвикало промяна, а ако има и други, да посочите и тях след главната. Използвайте еднобуквените съкращения от бланката със сферите на принадлежност на събитията и напишете резултата в горния десен ъгъл на листчето, като на първо място поставите главната сфера на принадлежност на събитието, в която то е предизвикало промяна. Моля Ви също така, под поредната от еднобуквени съкращения за сферите на принадлежност, да напишете своята оценка за всяка от промените в дадената сфера по следния начин: 3, ако промяната е изключително положителна; 2, ако промяната е по-скоро положителна; 1, ако промяната е може би положителна; 0, ако не можете да прецените дали промяната е положителна или отрицателна; -1, ако промяната е може би отрицателна; -2, ако промяната е по-скоро отрицателна; -3, ако промяната е изключително отрицателна». Последната част от инструкцията, относно оценката на предизвиканата от всяко събитие промяна, е наше допълнение към методиката.

На ИЛ се дава бланка с разписаните сфери на принадлежност на събитията и техните еднобуквени съкращения. Съдържанието на бланката е следното: П - промяна в природата; О - промяна в обществото; В - промяна във вътрешния свят: ценностите, мислите и чувствата; С - промяна в семейството и бита; Р - промяна в работата, образованието, обществената дейност; З - промяна в състоянието на собственото здраве; Д - промяна в свободното време, общуването, почивката, хобито. Сферите на принадлежност на събитията са предложени от авторите на методиката, които пък се базират на предишна разра-

ботка на Н.А. Логинова [4, с. 64], поради което ние не сме правили изменения в тяхното семантично значение, а само в някои от еднобуквените означения.

1.8. По-нататък идва същинската част на изследването: определяне на връзките между 15-те, посочени от ИЛ, събития в континуума «причина-следствие» и «средство-цел». Предварително подготвена бланка, съдържаща празна квадратна (15x15) матрица следва да бъде попълнена от интервюиращия (в случая, авторът на тази публикация), в зависимост от отговорите на ИЛ. Матрицата - наречена от авторите на методиката «каузоматрица», има следните свойства: главният диагонал на каузоматрицата я разделя на две триъгълни матрици. Триъгълната матрица над главния диагонал е призвана да представи причинно-следствените отношения между събитията - всеки неин ред е събитие-причина, а всеки неин стълб - събитие-следствие. Докато триъгълната матрица под главния диагонал представя средство-целевите отношения между същите тези 15 събития - всеки неин ред е събитие-цел, а всеки неин стълб - събитие-средство. Почти очевидно е, че ИЛ трябва да отговорят общо на 210 въпроса, за да може цялата каузоматрица да бъде попълнена.

В оригиналната методика се използва 7-степенна скала за отговорите, което в каузоматрицата се отразява с числата 3, 2, 1, 0, -1, -2, -3, за да се определи степента на увереност в отговорите на ИЛ. Това се прави с цел да бъдат определени множество показатели за ИЛ и в теоретичен план е напълно обосновано от авторите на методиката. На практика обаче, поемайки риска да се лишим от информация за някои от показателите, ние използвахме известната в математиката Сигнум-функция ($\text{sgn } x$), която е дефинирана по следния начин: $\text{sgn } x = 1$, при $x > 0$; $\text{sgn } x = 0$, при $x = 0$; $\text{sgn } x = -1$, при $x < 0$. Така каузоматрицата става по-определена («по-твърда») като значения на променливите в нея и, което не е маловажно, спестява време и усилия при нейното обработване (в «ръчния» вариант, който разглеждаме тук) с цел получаване на графично изображение във вид на така наречените «каузограми». Последното има значение също за възприемането и разбирането на каузограмите от самите ИЛ, когато се обсъждат резултатите с тях.

И така, ние попълвахме каузоматрицата (в частност - двете съставящи я триъгълни матрици) с числата 1, 0 и -1. Последователните инструкции към ИЛ бяха следните:

«Да преминем към следващия етап на изследването. Сега Ви предстои, разглеждайки 15-те най-важни събития в живота Ви, да определите защо дадено събитие се е случило, случва се или ще се случи. Всяко събитие си има една или повече причини, за да се случи. Аз ще Ви задавам въпроси от типа: възможно ли е събитие номер 14 да е една от причините, за да се случи събитие номер 15. След това ще задавам същия въпрос за всички останали събития, преди събитие номер 15. Вашите отговори могат да бъдат един от следните три: **Да, благодарение на** събитие номер 14, ще се случи или се е случило събитие номер 15; **Не**, събитие номер 14 **не е причина** за събитие номер 15. **Да**, събитие номер 15 ще се случи или се е случило, **въпреки** събитие номер 14. По този начин ще разгледаме връзките между всички 15 събития.»

Когато респондентът отговори с първия отговор, в каузоматрицата отбелязваме 1. Когато отговори с втория отговор - 0, а когато отговори с третия, тогава в каузоматрицата пишем -1.

Продължаваме с изследването на отношението между 15-те събития «средство-цел».

«А сега Ви предстои, разглеждайки 15-те най-важни събития в живота Ви, да определите дали дадено събитие се е случило, или ще се случи, за да послужи като средство за постигане на някакво събитие-цел или пък, за да избегнете случването на определено събитие. За всяко събитие, за да се случи, човек избира различни средства. Аз ще Ви задавам въпроси от типа: възможно

ли е събитие номер 1 да е средство, за да постигнете или избегнете събитие номер 2. След това ще задавам същия въпрос за всички останали събития след събитие номер 1. Вашите отговори могат да бъдат един от следните три: **Да, за да постигна** целта си да се случи събитие номер 2, се случи събитие номер 1; **Не**, събитие номер 1 **не е средство** за постигане или избягване на събитие номер 2. **Да**, събитие номер 1 се случи **с цел да избегна** случването на събитие номер 2. По този начин ще разгледаме връзките между всички 15 събития.»

Когато респондентът отговори с първия отговор, в каузоматрицата отбелязваме 1. Когато отговори с втория отговор - 0, а когато отговори с третия, тогава в каузоматрицата пишем -1. След като по описания начин процедираме с всички събития и попълним триъгълната матрица под главния диагонал имаме изцяло попълнена каузоматрица.

1.9. Финалът на изследването се означава с последната инструкция:

«И така, ние вече приключваме! Остава само да вземете и разгледате бланката с осемте цвята. Класирайте ги по приятност! Под най-приятния цвят отбележете числото 1, след това - разглеждайки останалите седем цвята, изберете отново най-приятния и отбележете под него 2. И така, докато накрая остане най-малко приятния цвят. Моля да разглеждате цветовете именно по описания начин - по приятност.»

След завършването на тази процедура и отбелязването на главните «паспортни данни» - възраст, биологичен пол, образование, местожителство и професия, констатиращият етап приключва. Този етап отнема обикновено между 60 и 90 минути.

2. Етап на обработка на резултатите от изследванията. Неговата продължителност е също между 60 и 90 минути и се осъществява от интервюиращия без участието на ИЛ.

2.1. Резултатите от теста на Cottle отбелязваме главно в два аспекта: как ИЛ виждат отношението между минало, настояще и бъдеще в живота си и с какви цветове са «оцветили» кръговете.

2.2. Определяме ПВ на ИЛ с посочените методи.

2.3. Обработват се резултатите, получени от изгълнените процедури по 1.3. до 1.8, като тук използваме елементи на анализ от математическата теория на графите [10, с. 305], като се определят следните показатели:

2.3.1. Свързаност на каузоматрицата; брой причинно-следствени връзки от типа «... благодарение на...» и от типа «... въпреки...»; брой средство-целови връзки от типа «... за да постигна...» и от типа «... за да избегна...»; изчисляване на абсолютната и относителна «включеност» на дадено събитие в каузоматрицата.

2.3.2. Определяне на отношенията между броя на реализираните, актуалните и потенциалните връзки между събитията, съгласно оригиналната методика.

2.3.2. Определяне съдържанието на «входното събитие» - това е дефинирано от нас понятие, във връзка с наблюдавания факт, че голяма част от ИЛ посочват като първо събитие или «Завършване на средното/висшето образование», или «Сватбата», или «Постъпването на работа...».

2.3.3. Определяне на съотношението (в проценти) между времевия интервал, обхващащ посочените от ИЛ 15 събития и ОПЖ. Този показател ние наричаме «биографичен кръгзор».

2.3.4. Определяне на противоречията или сходството, при емоционалното възприемане на жизнения цикъл на ИЛ, когато те се разглеждат в различни мащаби (имат се предвид трите «оцветявания» при изследването).

2.3.5. Определяне наличието или отсъствието на «биографични кризи» [5, с. 53].

2.3.6. Изследване отношенията между сферите на принадлежност на събитията както в количествен, така и в качествен аспект. Въвеждаме променливата «спектр на принадлежност на събитие», която ни позволява

по-добре да интерпретираме данните в третия етап на изследването.

2.3.7. Съставяне на графични изображения (каузограми) на причинно-целевите отношения между 15-те събития.

2.4. Фиксиране на резултатите от конкретната за ИЛ поредица от цветове «по приятност» (от осемте основни цвята от теста на Люшер).

3. Етап на обсъждане на получените резултати съвместно с ИЛ - продължителност между 60 и 90 минути. Именно на този трети етап се проявяват възможностите за използване на каузометричния анализ с диагностично-консултативна и психотерапевтична цел.

3.1. Резултатите от теста на Cottle ни дават възможност както за поставяне на началото на обсъждането през третия етап, така и за определяне на «най-дребно-мощабните» нагласи на ИЛ за живота им като цяло в емоционален план.

3.2. Определената по различните методики ПВ на ИЛ се сравнява с КВ. Разискват се причините за възможните прояви на големи различия между ПВ и КВ, както и се отбелязва положително наличието на малка (± 2 години) разлика между тях. Диагностично-консултативната цел в случая е пряко свързана с психотерапевтичната, когато на ИЛ се обясни, че ПВ е различна по своята същност и свойство от КВ. Специално внимание се обръща на факта, че ПВ, за разлика от КВ, може да бъде обратима. Че ПВ зависи както от очакваната продължителност на живота (ОПЖ), така и от степента на реализираност в проценти (R) на ИЛ към дадения момент. Важен момент е също така и обяснението на факта, че колкото повече значими и осмислени цели си поставят за бъдещето ИЛ, толкова повече показателят R ще намалява и при запазване на ОПЖ тяхната ПВ ще става също по-малка. По време на въпросната дискусия, ние винаги цитираме перифразираната от Головаха и Кроник мисъл на И. Кант [3, с. 12], която е следната: „Насищането на бъдещето със значими цели е предпоставка за насищане на настоящето с определени действия, което от своя страна води до напълненост на миналото с информативни спомени“ (преводът е наш).

3.3. Обработените резултати от каузоматрицата, както и съставените графични изображения (каузограмите - една за причинно-следствените отношения и една за средство-целевите) ни дават богата информация, която може да ни послужи както в диагностично-консултативен план, така и в психотерапевтичен. Показателят за свързаност на матрицата ни дава, най-общо, информация за стила и начина на живот на ИЛ, доколко те виждат живота си като последователност от значими събития, водещи до реализация на техните жизнени замисли или обратно - нещата се случват от само себе си и животът е низ от случайности. Абсолютната «включеност» на дадено събитие ни дава възможност да сравняваме резултатите между ИЛ, докато относителната - да обърнем внимание на конкретиката. Последните два показателя ни дават възможност да определим **степената на значимост** на дадено събитие в живота на ИЛ към конкретния момент и да съпоставим резултатите с тяхната субективно осъзната оценка, дадена преди това.

Отношенията между броя на реализираните, актуалните и потенциалните връзки между събитията, освен че ни дават един обобщен поглед за конкретното състояние на ИЛ, предполагат също така и конкретни препоръки, в психотерапевтичен план, когато това е необходимо. Особен интерес за нас представлява изучаването на корелациите между получените показатели от каузометричния анализ и конкретната еманация на комплекса от времеви перспективи, откривана с шестте скали от въпросника на Ф. Зимбардо [9] за времевата перспектива на личността. Ние вече разполагаме с адаптирана версия на този въпросник, която предстои да бъде публикувана.

Дефинираното от нас понятие, представляващо и качествен показател, „входно събитие“, предопределя до

голяма степен резултатите от цялото изследване, защото последващите събития зависят от избора на първото.

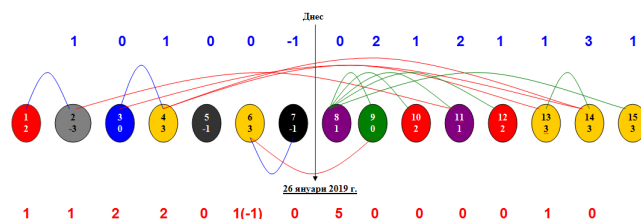
Определянето на съотношението (в проценти) между времеви интервал, обхващащ посочените от ИЛ 15 събития и ОПЖ ние нарекохме «биографичен кръгзор» неслучайно. На практика, всички ИЛ «виждат» само даден конкретен отрязък от живота си, който, най-често обхваща малко повече от 1/3 от него.

Определянето на противоречията или сходството, при емоционалното възприемане на жизнения цикъл на ИЛ, когато те се разглеждат в различни мащаби, ни се дава от данните от трите „оцветявания“.

Определяне на наличие или отсъствие на «биографични кризи»: на «нереализираност», «опустошеност», «безперспективност» или конкретна комбинация от тях [5, с. 55].

Обработваните резултати от сферите на принадлежност на събитията ни позволиха да въведем понятието/показателя „спектр на принадлежност на дадено събитие“. Визуализирането на спектъра на принадлежност на дадено събитие, според нас, оказва значителен психотерапевтичен ефект върху ИЛ.

Съставянето на разделени графични изображения - каузограми, в зависимост от причинно-следствените и средство-целевите отношения между посочените от тях 15 събития има не само по-ясен диагностично-консултативен, но и психотерапевтичен ефект. Ето как изглежда една каузограма, представяща причинно-следствените отношения между 15-те събития:



Фигура 1: Каузограма на причинно-следствените отношения между 15-те събития на NN:

Оцветените, с избрани цветове от основните осем цвята от теста на Люшер, събития са представени във вид на елипси в хронологичен ред, като в горния им полюс е отбелязан хронологично поредният им номер, а в долния - оценката, според степента на приятност на цветовете, ранжирани по приятност в съответната бланка. Отбелязана е датата на проведеното изследване - «Днес, 26 януари 2019 г.». Всички събития преди тази дата са датирани от ИЛ като случили се в миналото, а всички след нея - предположително ще се случат в бъдещето. Връзките между събитията, обозначени със син цвят са «реализирани», тези с червен - «актуални», оцветените в зелено - «потенциални». Връзките над поредицата от събития изобразяват отговор от типа «Да, благодарение на...», а тези под поредицата - «... въпреки...». Оцветените в синьо числа над всяко събитие показват на колко събития то се явява следствие, а тези в червено, под поредицата - на колко събития дадено събитие се явява причина. Аналогична каузограма се прави за средство-целевите отношения между 15-те събития.

Нека сега набележим накратко плюсовете и минусите при използване на каузометричния анализ.

Макар че каузометричния анализ е замислен с цел изследване на психологическото време на личността, предвид изложеното по-горе, считаме за очевидно, че прилагането му с диагностично-консултативна и психотерапевтична цел ни дава, в теоретичен и приложен план, много възможности за получаване на съществена информация за психичното и екзистенциалното състояние на ИЛ, което, от своя страна, е предпоставка за по-широк избор на психотерапевтични (а при необходимост и други) методи на въздействие върху тях. Друго голямо

преимущество е, че получените данни могат да бъдат съпоставяни и тълкувани по съответен начин съвместно с множество методи на изследване в психологията. Основната слабост е, че прилагането на каузометричния анализ (в «ръчния» му вариант) е твърде трудоемко начинание за всеки отделен случай на изследване чрез него.

Споменатият компютърен вариант на изследване, поне според нас, не преодолява съществено основната слабост на «ръчния». Компютърният вариант «прескача» втория етап на описаната досега процедура, но не можем да добавяме нищо в разпространяваната програма, цитирана по-горе. Принудени сме да работим с ИЛ посредством компютър, което значително снижава психотерапевтичната ефективност, за сметка на диагностично-консултативната.

Изводи от изследването и разкриване на перспективите за продължаващи търсения и разработки в това научно направление. Получените от нас резултати, както и предвид посочената по-горе информация, ни позволяват да направим генералния извод, че каузометричният анализ следва да намери широко приложение в България. Поради тази причина, ние виждаме следните перспективи за приложение на каузометричния анализ в български условия, представени като три последователни етапа, през които да се премине:

1. *Първи етап:* популяризиране на причинно-целевата концепция и каузометричния анализ сред специалистите в България чрез статии в специализираните списания, участия с презентации в различните конференции и други форуми по консултативна и приложна психология, превеждане на български език на основните трудове на Головаха, Кроник и Ахмеров, включване на достатъчни по обем курсове на обучение, в рамките на учебната програма, при студентите по психология и пр., с цел създаване на специалисти, познаващи теоретично и владеещи в приложен аспект каузометричния анализ.

2. *Втори етап:* широко използване на каузометричния анализ в практиката на психологическите консултанти и психотерапевтите с диагностично-консултативна и психотерапевтична цел. Създаване на база данни от каузометрични показатели на ИЛ, с цел тяхното обобщаване, анализиране и получаване на профили на населението, в зависимост от възрастта, биологичния пол, образователния ценз, професията и други конкретни показатели. В теоретичен план: сравнителни анализи на данните, получени чрез каузометричен анализ, с данните, получени от други изследователски методи в психологията.

3. *Трети етап:* широка колаборация с каузометристите по света, а при необходимост, създаване на Българска асоциация на каузометристите (по примера на създадената Международна асоциация на каузометристите - МАК).

Възможно е така представените етапи да изглеждат твърде претенциозно - като «програма» за действие, но това само показва нашата убеденост в необходимостта да бъде използван каузометричния анализ в България, защото той не само ще разшири теоретичния и практически кръгзор на занимаващите се с него специалисти, но и ще повиши качеството на диагностично-консултативната и психотерапевтичната помощ у нас.

СПИСЪК НА ЛИТЕРАТУРАТА:

1. Левкова И.И. Специфика на психологическото време в сценариите на живота // Бургас: Управление и образование. 2014. Т. X (4). С. 59-64.
2. Минчев, Б.С. Психология. Еволюционно феноменологичен подход. София: Сиела, 2013.
3. Головаха Е.И., Кроник А.А. Психологическое время личности. Киев: Наукова думка, 1984.
4. Головаха Е.И., Кроник А.А. Психологическое время личности. Москва: Смысл, 2008.
5. Кроник А.А., Ахмеров А.А. Каузометрия: Методы самопознания, психодиагностики и психотерапии в психологии жизненного пути. Москва: Смысл, 2003.
6. Кроник А.А., Ахмеров А.А. Каузометрия: Методы самопознания, психодиагностики и психотерапии в психологии жизненного пути. Москва: Смысл, 2008.
7. Kronik A.A. LifeLook©. Institute of Causometry LifeLook.Net LLC. URL: <http://lifelook.net/catalog.html> (Last accessed: 31.10.2019).
8. Кирилов К.Н. Сравнителен анализ на методики за изследване на психологическата възраст в каузометрията // Балканско научно обозрение. 2019. Т. 3. № 3(5).
9. Зимбардо Ф.Г., Бойд Дж.Н. Парадокс времени. Новая психология времени, которая улучшит вашу жизнь. Санкт Петербург: Речь, 2010.
10. Зыков А.А. Основы теории графов. Москва: Книга по Требованию, 2013.