

УДК 159.964.28

DOI 10.26565/2225-7756-2026-80-04

Н.В. КАНТАРЬОВА (Наталія Василівна Кантарьова)

кандидат психологічних наук,

доцент кафедри психіатрії, наркології, клінічної психології та психотерапії

Одеський національний медичний університет,

Валіховський провулок, 2, м. Одеса, Україна

e-mail: 123natk@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0002-4817-2277>

ПСИХОАНАЛІТИЧНЕ ОСМИСЛЕННЯ СИТУАЦІЇ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ У СУЧАСНОМУ ПСИХОЛОГІЧНОМУ КОНСУЛЬТУВАННІ

У статті здійснено теоретичне осмислення феномену ситуації невизначеності у сучасному психологічному консультуванні крізь призму психоаналітичного підходу. Актуальність дослідження зумовлена зростанням запитів на психологічну допомогу в умовах соціальної нестабільності, воєнної травматизації, вимушеної міграції та трансформації життєвих ролей, що формують масовий досвід втрати прогнозованості й внутрішніх опор. Показано, що невизначеність у консультативній практиці проявляється не лише як зовнішня проблема, а як глибинний психічний стан, пов'язаний із тривогою, порушенням символізації, нестабільністю ідентичності та актуалізацією ранніх об'єктних відносин. Проаналізовано класичні й сучасні психоаналітичні концепції, у межах яких невизначеність розглядається як структурна характеристика психічного життя, що активізує захисні механізми та несвідомі сценарії повторення. Обґрунтовано, що в ситуації втрати життєвої визначеності консультативний запит часто маскує глибинний конфлікт між потребою в автономії та прагненням зовнішньої опори. Особливу увагу приділено ролі перенесення й контрперенесення, утримуючого середовища та розвитку здатності до символізації й менталізації як ключових механізмів трансформації переживання невизначеності у процесі психологічної допомоги. Визначено специфіку психоаналітично орієнтованого консультування, у якому робота спрямована не на швидке усунення невизначеності, а на формування здатності клієнта витримувати відкритість майбутнього, інтегрувати амбівалентність досвіду та відновлювати суб'єктну позицію у прийнятті життєвих рішень. Окреслено методологічні обмеження класичної психоаналітичної моделі в умовах масової соціальної нестабільності й обґрунтовано необхідність інтеграції психодинамічної перспективи з сучасними доказовими підходами психологічної допомоги. Визначено перспективи подальших досліджень, пов'язані з емпіричною верифікацією психоаналітичних моделей роботи з невизначеністю та розробкою адаптованих форматів короткострокового консультування в умовах тривалого кризового контексту.

Ключові слова: психоаналітичний підхід; ситуація невизначеності; психологічне консультування; тривога; символізація; перенесення; суб'єктна визначеність

Вступ. Ситуація невизначеності стала однією з ключових характеристик сучасного життєвого простору особистості. Соціальні трансформації, війна, вимушена міграція, зміна професійних і сімейних ролей, нестабільність майбутнього формують контекст, у якому традиційні уявлення про планування, контроль і прогнозованість втрачають регулятивну функцію. У психологічній практиці це проявляється зростанням запитів, пов'язаних не лише з конкретними симптомами, а з дифузним переживанням втрати внутрішніх опор, тривоги перед вибором і неможливості визначити власну життєву перспективу. Українські дослідники підкреслюють, що сучасна психологічна допомога дедалі частіше має справу не з «проблемою», а із кризою суб'єктивної визначеності як такої (Великодна, 2023; Муренко, 2024; Титаренко, 2024).

У світовій психології феномен невизначеності розглядається як один із центральних стресогенних чинників, що активізує глибинні механізми психічної регуляції. Дослідження показують, що невизначеність не зводиться лише до когнітивного дефіциту інформації, а виступає екзистенційним і афективним станом, який торкається ідентичності та відчуття безперервності «Я» (Carleton, 2016; Grupe, Nitschke, 2013). Саме тому у

консультативній практиці робота з невизначеністю потребує підходів, здатних виходити за межі раціонального опрацювання ситуації та звертатися до несвідомих смислотворчих процесів.

Психоаналіз історично сформувався як теорія і практика роботи з тривогою, внутрішнім конфліктом і символічною організацією досвіду. Класичні та сучасні психоаналітичні концепції розглядають невизначеність як стан, у якому активізуються ранні об'єктні відносини, базові способи захисту та первинні уявлення про безпеку і небезпеку світу (Winnicott, 1965; Kernberg, 2004; Lemma, 2016). В українському психоаналітичному дискурсі також підкреслюється, що переживання невизначеності актуалізує архаїчні рівні психічної організації і потребує «утримуючого» простору терапевтичних відносин для відновлення здатності до символізації і вибору (Хайрулін, 2017; Фролова, 2024).

У сучасному психологічному консультуванні це зумовлює необхідність переосмислення запиту клієнта не лише як потреби у пораді або підтримці, а як прояву несвідомої динаміки, пов'язаної з втратою внутрішніх структур визначеності. Психоаналітична перспектива дозволяє розглядати консультативний процес як простір, у якому невизначеність може бути витримана,

Як цитувати: Кантарьова, Н.В. (2026). Психоаналітичне осмислення ситуації невизначеності у сучасному психологічному консультуванні. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія»*, (80), 35-40. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2026-80-04>

In cites: Kantarova, N. (2026). Psychoanalytical Uncertainty Understanding in Contemporary Psychological Counseling. *Visnyk of V.N. Karazin Kharkiv National University. Series Psychology*, (80), 35-40. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2026-80-04> (in Ukrainian)

© Кантарьова, Н.В., 2026; CC BY 4.0 license

осмислена й поступово інтегрована у суб'єктивний досвід, а не лише «усунена» через зовнішні рекомендації (Abbass, Town, 2014; Gabbard, 2017).

Метою цієї статті є теоретичне осмислення феномену ситуації невизначеності у сучасному психологічному консультуванні з позицій психоаналітичного підходу та визначення його потенціалу для розуміння сучасного консультативного запиту.

Методи дослідження. Дослідження має теоретико-аналітичний характер і ґрунтується на комплексному застосуванні методів якісного аналізу наукових джерел та концептуального узагальнення. Основним методологічним підходом виступає психоаналітична парадигма, у межах якої здійснюється інтерпретація феномену ситуації невизначеності як багатовимірного психічного процесу, пов'язаного з несвідомими конфліктами, механізмами символізації та об'єктивними відносинами.

У процесі роботи використано метод теоретичного аналізу і систематизації класичних та сучасних психоаналітичних концепцій, що дозволило визначити ключові підходи до розуміння тривоги, невизначеності та консультативного запиту в психодинамічній традиції. Застосовано порівняльно-концептуальний аналіз для співвіднесення психоаналітичних моделей із сучасними уявленнями про невизначеність у психологічній науці та практиці.

Результати. Психоаналітичний підхід до розуміння ситуації невизначеності ґрунтується на уявленні про психіку як динамічну систему, у якій внутрішній конфлікт, тривога і захисні процеси формують спосіб переживання реальності. Уже в класичній моделі З. Фрейда тривога розглядалася не лише як реакція на зовнішню загрозу, а як сигнал внутрішньої небезпеки – ризику втрати контролю над імпульсами або порушення цілісності «Я» (Freud, 1926). У цьому контексті невизначеність постає як стан, що активізує первинну тривогу і виводить на поверхню конфлікт між потягами, вимогами реальності та заборонами над-Я. Саме тому у психоаналітичній традиції невизначеність не редукується до нестачі інформації, а осмислюється як структурна характеристика психічного життя, у якому остаточна визначеність завжди принципово недосяжна (Gabbard, 2017).

Подальший розвиток психоаналізу розширив це бачення за рахунок об'єктивних теорій. М. Кляйн розглядала ранній досвід дитини як початково «невизначений» простір, у якому ще не сформовані сталі образи себе й іншого. Переживання загрози втрати об'єкта або руйнування зв'язку активізує примітивні захисти, зокрема розщеплення й проєкцію, що дозволяють тимчасово впоратися з нестерпною невизначеністю внутрішнього світу (Klein, 1946). Таким чином, здатність витримувати неоднозначність і суперечливість досвіду постає як показник зрілості психічної організації.

У працях Д. Віннікотта невизначеність пов'язується з базовим відчуттям безперервності буття. Порушення «утримуючого середовища» у ранньому розвитку призводить до формування крихкого «Я», яке у дорослому житті гостро реагує на ситуації нестабільності

й втрати опору (Winnicott, 1965). Консультативний і терапевтичний простір у цій логіці розглядається як символічне відтворення первинного середовища, де клієнт отримує можливість поступово інтегрувати досвід невизначеності, не руйнуючи цілісності власної ідентичності.

Центральною для психоаналітичної методології є концепція несвідомого як простору символічного опрацювання досвіду. Несвідоме не лише зберігає витіснені конфлікти, але й виступає своєрідною «сценічною площею», де суб'єкт намагається надати форму тому, що в актуальній свідомості ще не піддається означенню. Сучасні автори підкреслюють, що у ситуації невизначеності саме символічна функція психіки зазнає перевантаження: людина переживає «дефіцит означення» подій, втрату здатності наративно впорядковувати власний досвід (Lemma, 2016; Fonagy et al., 2018). У таких умовах консультативний діалог набуває значення простору спільного «пошуку слів» для ще не сформованого переживання.

Українські дослідники психодинамічного напрямку також наголошують, що сучасний клієнт часто звертається не з чітко сформульованою проблемою, а з переживанням «розмитості» життєвої перспективи, втрати відчуття напрямку і внутрішньої визначеності. Це інтерпретується як актуалізація ранніх конфліктів автономії та залежності, а також як наслідок культурної ситуації тривалої соціальної нестабільності (Фролова, 2024; Хайрулін, 2017). У цьому контексті психоаналітичний підхід дозволяє розглядати невизначеність не як зовнішню проблему, а як прояв глибинної організації суб'єктивного досвіду.

Сучасні психоаналітичні інтерпретації дедалі частіше звертаються до проблеми нестабільності ідентичності. В умовах «рідкої сучасності», за влучним висловом Z. Bauman, ідентичність втрачає характер сталої структури й набуває процесуальної, фрагментарної форми. Психоаналітична література описує це як зростання нарцистичних і прикордонних способів організації особистості, для яких характерна низька толерантність до невизначеності та потреба у зовнішніх опорах (Kernberg, 2004; Caligor, Clarkin, 2010).

У вітчизняному психологічному дискурсі ця проблематика набуває особливої актуальності в умовах воєнної та соціальної турбулентності. Дослідження українських авторів вказують, що масовий досвід невизначеності формує колективні сценарії тривоги, втрати базової довіри до світу і потреби у «психологічних контейнерах» для переживання невизначеного майбутнього (Хайрулін, 2017; Брук, 2022). Психоаналітична перспектива у цьому контексті відкриває можливість працювати не лише з індивідуальним симптомом, а з глибинними механізмами формування суб'єктивної визначеності як такої.

У межах психоаналітичної парадигми ситуація невизначеності постає як багатовимірний психічний феномен – від ранніх об'єктивних відносин і символічної функції до сучасних форм нестабільності ідентичності. Це створює підґрунтя для подальшого аналізу специфіки психологічного консультування, у якому робота з невизначеністю стає не лише допомогою у

прийнятті рішення, а процесом відновлення здатності витримувати відкритість власного життєвого горизонту.

У сучасній практиці психологічного консультування запит клієнта дедалі рідше постає як чітко сформульована проблема і дедалі частіше – як звернення з приводу переживання втрати визначеності. Людина приходить не стільки за відповіддю, скільки з досвідом «незнання, як жити далі», відчуттям зупинки життєвого руху або розмитості власної позиції. У психоаналітичній перспективі такий запит розглядається не лише як реакція на зовнішні обставини, а як актуалізація глибинної динаміки, пов'язаної з порушенням внутрішніх структур, що забезпечують відчуття цілісності та напрямку життя. Дослідження показують, що саме ситуації невизначеності є одним із провідних чинників звернення по психологічну допомогу у сучасних умовах, оскільки вони активізують первинні тривоги і несвідомі потреби у «зовнішньому опорному об'єкті» (Lemma, 2016).

Невизначеність як джерело консультативного запиту має особливу психодинамічну специфіку. Клієнт часто формулює проблему у термінах зовнішньої ситуації – професійний вибір, розрив стосунків, вимушене переміщення, втрата життєвого плану. Проте у процесі консультативної взаємодії виявляється, що справжній запит пов'язаний із нездатністю витримувати стан відкритості майбутнього. Це відповідає психоаналітичному розумінню симптома як компромісного утворення, яке маскує глибинний конфлікт між прагненням автономії і потребою у безпеці (Gabbard, 2017). Українські дослідники також підкреслюють, що сучасний клієнт часто звертається не з «проблемою», а з кризою суб'єктивної визначеності, яка переживається як втрата внутрішнього дозволу на вибір (Фролова, 2024).

У ситуації вибору та прийняття рішень активізуються несвідомі сценарії і повторення, що формують характерний для клієнта спосіб реагування на невизначеність. Психоаналітична теорія описує це як тенденцію до відтворення знайомих внутрішніх конфігурацій у нових життєвих обставинах. Людина несвідомо обирає ситуації, у яких повторюється досвід залежності, відкидання або боротьби за визнання, навіть якщо зовні прагне змін (Freud, 1920; Kernberg, 2004). У консультативному процесі це проявляється у циклічних сумнівах, відкладанні рішення або у виборі, що пізніше переживається як нав'язаний «зовнішніми обставинами». Сучасні автори зазначають, що в умовах соціальної нестабільності такі повторення посилюються, оскільки зовнішня невизначеність резонує з внутрішньою нестабільністю ранніх об'єктних відносин (Caligor, Clarkin, 2010; Lemma, 2016).

Особливу роль у психоаналітичному розумінні консультативного запиту відіграють феномени перенесення і контрперенесення. В умовах нестабільності життєвих орієнтирів консультант стає для клієнта фігурою, на яку проєктуються очікування щодо надання визначеності, захисту або готової відповіді. Це може набувати форм ідеалізації консультанта як «того, хто знає», або, навпаки, його девальвації у разі відсутності пшидких рішень. Такі реакції відображають ранні досвіди взаємодії з первинними об'єктами і спосіб, у

який у дитинстві формувалося відчуття безпеки в умовах невизначеності (Winnicott, 1965; Gabbard, 2017). Українські психодинамічні дослідження також підкреслюють, що у ситуаціях масової соціальної нестабільності перенесення у консультативних відносинах часто насичене очікуваннями «рятівної» або «опорної» функції психолога, що потребує особливої уваги до власних контрпереносних реакцій фахівця (Кравцова, 2025).

Контрперенесення у роботі з клієнтом, який перебуває у стані невизначеності, часто включає почуття безпорадності, бажання «дати пораду» або, навпаки, уникнути відповідальності за вибір клієнта. Сучасна психоаналітична література розглядає ці реакції як важливий інструмент розуміння внутрішнього стану клієнта, оскільки вони відтворюють його ранній досвід взаємодії з об'єктом, який або витримує невизначеність, або намагається її негайно усунути (Fonagy et al., 2018; Lemma, 2016). Саме тому робота з перенесенням у консультативному процесі стає ключовим механізмом трансформації запиту: від прагнення отримати готове рішення – до здатності клієнта самостійно витримувати відкритість майбутнього.

Психологічне консультування в ситуації невизначеності відрізняється від роботи з чітко окресленою проблемою тим, що центральним об'єктом допомоги стає не стільки «подія», скільки спосіб її переживання. Клієнт приносить у кабінет досвід відкритого майбутнього, який часто переживається як загроза цілісності, втрата внутрішніх опор і неможливість надати сенс тому, що відбувається. Відтак консультативний процес орієнтується на відновлення здатності витримувати невизначеність, поступово інтегруючи її у суб'єктивний досвід, а не на пшидке «закриття» ситуації порадою або готовим рішенням (Gabbard, 2017; Lemma, 2016).

Разом із тим, консультування в умовах невизначеності передбачає тонкий баланс між підтримкою і інтерпретацією. Надмірна інтерпретація на ранніх етапах може сприйматися клієнтом як вторгнення або як спроба «раціоналізувати» досвід, який ще не має достатньої психічної форми. Натомість виключно підтримувальна позиція ризикує закріпити залежність від консультанта як зовнішньої опори. Тому методологічно доцільним є поєднання підтримувальних інтервенцій (уточнення, нормалізація афекту, стабілізація) з поступовим введенням інтерпретативних елементів – насамперед там, де клієнт готовий витримувати двозначність і досліджувати власний внутрішній конфлікт (Lemma, 2016; Gabbard, 2017).

Робота з тривогою в ситуації невизначеності має специфіку: тривога тут часто позбавлена конкретного об'єкта і переживається як загальна загроза, що «розливається» на всі сфери життя. Психодинамічна логіка припускає, що така тривога активізує ранні захисти та несвідомі сценарії, тому консультант важливо не підмінювати її пшидкими поведінковими рекомендаціями, а допомагати клієнту розрізняти рівні переживання: що є реалістичною реакцією на зовнішню нестабільність, а що – резонансом внутрішніх конфліктів і ранніх досвідів втрати опори (Kernberg, 2004; Fonagy et al., 2018). Ефективними тут є інтервенції,

спрямовані на підвищення менталізаційної здатності: формування вміння бачити власні стани як психічні події, що мають причини, динаміку і можуть бути осмислені (Fonagy et al., 2018). Це узгоджується з сучасними підходами до психотерапевтичної роботи, де здатність утримувати невизначеність розглядається як маркер психологічної зрілості і стійкості (Carleton, 2016).

Однією з ключових цілей консультування в ситуації невизначеності є формування здатності до символізації – тобто переведення сирого афективного досвіду у слова, образи, наративи, що роблять переживання більш інтегрованим. У психоаналітичній традиції символізація вважається центральним механізмом психічної переробки: те, що не може бути символізоване, повертається у вигляді тривоги, соматизації або повторюваних дезадаптивних дій (Lemma, 2016). Консультативний діалог у цьому сенсі виступає як процес спільного «породження значення», де консультант не нав'язує готових смислів, а підтримує клієнта в артикуляції того, що раніше існувало у формі безіменної напруги. Українські дослідники відзначають, що в умовах соціальної нестабільності та травматичних подій здатність до наративної організації досвіду часто порушується, а тому відновлення мовної та смислової зв'язності переживання стає базовою задачею психологічної допомоги (Муренко, 2024; Хайрулін, 2017; Фролова, 2024).

Прийняття рішення у ситуації невизначеності в психодинамічній логіці не редукується до вибору «правильного варіанта». Йдеться про відновлення внутрішньої суб'єктності – здатності визнавати власні бажання, витримувати амбівалентність, брати відповідальність і переносити неминучі втрати, які супроводжують будь-який вибір. Саме тому консультативна робота спрямовується на те, щоб клієнт міг розпізнати несвідомі мотиви, що блокують рішення (страх провини, страх втрати любові, нарцистичну вразливість), і поступово перейти від імпульсивних або унікальних стратегій до більш інтегрованого способу дії (Gabbard, 2017; Kernberg, 2004).

Отже, консультування в ситуації невизначеності потребує від фахівця поєднання стабільної рамки, здатності «утримувати» афект, гнучкого балансу між підтримкою та інтерпретацією, а також цілеспрямованої роботи зі символізацією. У такій оптиці психологічна допомога стає не лише відповіддю на актуальну життєву складність, а процесом відновлення внутрішніх опор, завдяки яким невизначеність може бути витримана, осмислена і трансформована у можливість вибору.

Обговорення. Застосування психоаналітичного підходу до осмислення ситуації невизначеності у психологічному консультуванні відкриває широкі можливості, проте водночас виявляє низку теоретичних і методологічних обмежень. Насамперед класична психоаналітична модель формувалася в умовах відносно стабільного соціального контексту і переважно орієнтувалася на внутрішні конфлікти індивіда. Сучасна ситуація хронічної соціальної нестабільності, війни та масового переживання невизначеності ставить питання про необхідність переосмислення співвідношення внутрішнього і зовнішнього у структурі психічного страждання. Частина критиків зазначає, що традиційний

психоаналіз ризикує «інтрапсихізувати» ті феномени, які мають суттєву соціальну й культурну детермінацію (Gabbard, 2017; Lemma, 2016). В українському контексті ця проблема набуває особливої актуальності, оскільки масовий досвід втрати безпеки і прогнозованості не може бути повністю пояснений лише ранніми об'єктивними відносинами чи індивідуальними структурами особистості (Кравцова, 2025; Фролова, 2024).

Ще одним теоретичним обмеженням є складність операціоналізації психоаналітичних понять у дослідженнях невизначеності. Такі категорії, як «утримуюче середовище», «символізація», «несвідомий сценарій» або «перенесення», важко піддаються прямому емпіричному виміру, що створює дистанцію між психоаналітичною теорією і доказовими стандартами сучасної психологічної науки (Fonagy et al., 2018). Українські дослідники також вказують на потребу адаптації психодинамічних моделей до сучасних стандартів психологічної допомоги, де значущою є не лише глибинність інтерпретації, а й доказовість ефективності втручань (Великодна, 2023).

Актуальні виклики для практики консультування в умовах невизначеності пов'язані насамперед із масштабом запиту на психологічну допомогу та обмеженістю ресурсів. Сучасний консультант дедалі частіше працює з клієнтами, для яких невизначеність є не тимчасовою кризою, а тривалим життєвим контекстом. Це вимагає поєднання глибинного підходу до розуміння внутрішніх конфліктів із прагматичною орієнтацією на стабілізацію функціонування та підтримку повсякденних рішень (Gabbard, 2017; Lemma, 2016).

В українському соціокультурному просторі додатковим викликом стає поєднання індивідуального та колективного вимірів переживання невизначеності. Консультативна практика дедалі більше стикається з ситуаціями, де внутрішні конфлікти резонують із травматизованим соціальним контекстом, що потребує розширення психоаналітичної оптики у бік соціально-психологічного і культурного аналізу (Муренко, 2024; Великодна, 2023). Це відкриває перспективу розвитку моделей консультування, які інтегрують психодинамічне розуміння несвідомих процесів із підходами, чутливими до контексту війни, втрат і тривалої нестабільності.

Висновки. Проведений теоретичний аналіз дозволяє стверджувати, що ситуація невизначеності у сучасному соціокультурному контексті набула статусу одного з провідних психологічних викликів, який безпосередньо впливає на структуру консультативного запиту та специфіку психологічної допомоги. Невизначеність постає не лише як зовнішня життєва обставина, а як внутрішньо переживаний стан, що порушує відчуття цілісності, прогнозованості та суб'єктної здатності до вибору. У цьому вимірі психоаналітичний підхід виявляється методологічно продуктивним, оскільки дозволяє розглядати переживання невизначеності у взаємозв'язку з ранніми об'єктивними відносинами, несвідомими конфліктами та механізмами символічного опрацювання досвіду.

Показано, що у консультативній практиці невизначеність часто виступає прихованим ядром

звернення по допомогу, активізуючи тривогу, амбівалентність і дезорганізацію, а також специфічні захисні стратегії уникання або пошуку зовнішніх опор.

Обґрунтовано, що ефективне консультування в ситуації невизначеності передбачає створення утримуючого середовища, у якому клієнт може витримувати інтенсивні афекти без руйнівної втрати внутрішніх опор. Послання підтримувальних і інтерпретативних інтервенцій, розвиток здатності до символізації та менталізації, а також поступове формування суб'єктної позиції під час прийняття рішень розглядаються як ключові механізми психоаналітично орієнтованої допомоги.

Перспективи подальших досліджень пов'язані з необхідністю емпіричної верифікації психоаналітичних моделей роботи з невизначеністю, розвитком методів операціоналізації ключових психодинамічних понять і створенням адаптованих форматів короткострокового консультування в умовах тривалої соціальної нестабільності. Подальший розвиток психоаналітично орієнтованого консультування у роботі з невизначеністю потребує одночасно збереження його глибинного теоретичного потенціалу і відкритості до міждисциплінарної взаємодії та емпіричної перевірки. Саме у цій напрузі між клінічною традицією і вимогами сучасної доказової психології формується перспектива створення нових, більш адаптованих до реалій сучасного світу моделей психологічної допомоги.

Таким чином, психоаналітичне осмислення ситуації невизначеності у сучасному психологічному консультуванні дозволяє не лише глибше зрозуміти природу сучасного психологічного запиту, а й окреслити перспективи розвитку психологічної допомоги, спрямованої на відновлення здатності особистості витримувати відкритість майбутнього та здійснювати усвідомлений життєвий вибір.

Декларація про використання штучного інтелекту. В роботі над цією статтею було використано інструменти штучного інтелекту для перевірки правопису та вдосконалення стилю тексту. Задум, зміст та наукові результати є авторськими. Текст був перевірений та відредагований автором.

Список використаних джерел

1. Брук Р. Архетипічний підхід до терапії посттравматичного розладу у військових (комбатантів). *Психологія і суспільство*. 2022. № 2. С. 135–149. URL: <https://pis.wunu.edu.ua/index.php/uapis/article/view/1181>
2. Великодні М. Психоаналіз і психоаналітична психотерапія як доказова практика: огляд емпіричних даних про ефективність роботи з дорослими. *Український*

психоаналітичний журнал. 2023. Т. 1. № 2. С. 39–47. <https://doi.org/10.32782/upj/2023-2-5>

3. Кравцова А. Безпорадність у контрперенесенні: особливості психотерапевтичної роботи з дітьми, коли дитинство і терапії закінчуються, а війна – ні. *Український психоаналітичний журнал*. 2025. Т. 3. № 1. С. 18–25. <https://doi.org/10.32782/upj/2025-3-1-3>
4. Муренко Х. На межі можливостей: психоаналітичні роздуми в пошуках опор. *Український психоаналітичний журнал*. 2024. Т. 2. № 1. С. 77–86. <https://doi.org/10.32782/upj/2024-1-9>
5. Фролова Н. Психологічні особливості травматичного досвіду українців під час війни. *Психологія і суспільство*. 2024. Т. 89. № 1. С. 188–196. URL: <https://pis.wunu.edu.ua/index.php/uapis/article/view/1251>
6. Хайрулін О. Значеннєво-смісловий горизонт невизначеності як психологічної категорії. *Психологія і суспільство*. 2017. № 4(70). С. 56–81. <https://doi.org/10.35774/pis2017.04.056>
7. Abbass A., Town J. M. Short-term dynamic psychotherapy: An overview and clinical guide. Washington : American Psychological Association, 2014. 240 p. <https://doi.org/10.1037/14373-000>
8. Gabbard G. O. Psychodynamic psychiatry in clinical practice. 5th ed. Washington : American Psychiatric Publishing, 2017. 648 p.
9. Caligor E., Clarkin J. F. An object relations model of personality and personality pathology. *Psychodynamic Psychiatry*. 2010. Vol. 38(3). P. 387–411. <https://doi.org/10.1521/pdps.2010.38.3.387>
10. Carleton R. N. Into the unknown: A review and synthesis of contemporary models involving uncertainty. *Journal of Anxiety Disorders*. 2016. Vol. 39. P. 30–43. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2016.02.007>
11. Fonagy P., Gergely G., Jurist E., Target M. Affect regulation, mentalization and the development of the self. London : Routledge, 2018. 520 p.
12. Freud S. Beyond the pleasure principle. London : Hogarth Press, 1920. 192 p.
13. Freud S. Inhibitions, symptoms and anxiety. London : Hogarth Press, 1926. 236 p.
14. Grupe D. W., Nitschke J. B. Uncertainty and anticipation in anxiety. *Nature Reviews Neuroscience*. 2013. Vol. 14(7). P. 488–501. <https://doi.org/10.1038/nrn3524>
15. Klein M. Notes on some schizoid mechanisms. *The International Journal of Psychoanalysis*. 1946. Vol. 27. P. 99–110.
16. Kernberg O. F. Aggressivity, narcissism and self-destructiveness in the psychotherapeutic relationship. New Haven : Yale University Press, 2004. 248 p.
17. Lemma A. Introduction to the practice of psychoanalytic psychotherapy. 2nd ed. Chichester : Wiley-Blackwell, 2016. 224 p.
18. Winnicott D. W. The maturational processes and the facilitating environment. London : Hogarth Press, 1965. 276 p.

N. KANTAROVA (Kantarova Nataliia)

PhD in Psychology, Associate Professor,
Department of Psychiatry, Addiction Medicine, Clinical Psychology, and Psychotherapy
Odessa National Medical University,
Valikborsky Lane, 2, Odessa, Ukraine
e-mail: 123natk@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0002-4817-2277>

PSYCHOANALYTICAL UNCERTAINTY UNDERSTANDING IN CONTEMPORARY PSYCHOLOGICAL COUNSELING

The article provides a theoretical understanding of the uncertainty phenomenon in modern psychological counselling through the psychoanalytic approach prism. The relevance of the study is due to the growing demand for psychological assistance in conditions of social instability, war trauma, forced migration, and life roles transformation, which form a mass experience of predictability and internal support

loss. It is shown that uncertainty in counselling practice manifests itself not only as an external problem, but also as a deep psychological state associated with anxiety, symbolization disorders, identity instability, and the actualization of early object relations. Classic and contemporary psychoanalytic concepts are analyzed, within which uncertainty is considered a structural characteristic of mental life that activates defence mechanisms and unconscious repetition scenarios. It is argued that in situations of life certainty loss, a request for consultation often masks a deep conflict between the need for autonomy and the desire for external support. Particular attention is paid to the role of transference and countertransference, the containing environment, and the development of the ability to symbolize and mentalize as key mechanisms for transforming the uncertainty experience in the psychological assistance process. The specifics of psychoanalytically oriented counselling are identified, in which the work is aimed not at quickly eliminating uncertainty, but at forming the client's ability to withstand the openness of the future, integrate the ambivalence of experience, and restore the subject position in making life decisions. The methodological limitations of the classical psychoanalytic model in mass social instability conditions are outlined, and the need to integrate the psychodynamic perspective with modern evidence-based approaches to psychological assistance is justified. Prospects for further research are identified, related to the empirical verification of psychoanalytic models of working with uncertainty and the development of adapted formats for short-term counselling in a prolonged crisis context.

Keywords: *psychoanalytic approach; situation of uncertainty; psychological counselling; anxiety; symbolization; transference; subject certainty*

References

- Brook, R. (2022). Archetypal approach to therapy of post-traumatic disorder in military combatants. *Psychology and Society*, (2), 135–149. <https://pis.wunu.edu.ua/index.php/uapis/article/view/1181> [in Ukrainian].
- Velykodna, M. (2023). Psychoanalysis and psychoanalytic psychotherapy as evidence-based practice: Review of empirical data on effectiveness in adults. *Ukrainian Psychoanalytic Journal*, 1(2), 39–47. <https://doi.org/10.32782/upj/2023-2-5> [in Ukrainian].
- Kravtsova, A. (2025). Helplessness in countertransference: Psychotherapeutic work with children when childhood and therapy end, and war does not. *Ukrainian Psychoanalytic Journal*, 3(1), 18–25. <https://doi.org/10.32782/upj/2025-3-1-3> [in Ukrainian].
- Murenko, K. (2024). On the edge of possibilities: Psychoanalytic reflections in search of support. *Ukrainian Psychoanalytic Journal*, 2(1), 77–86. <https://doi.org/10.32782/upj/2024-1-9> [in Ukrainian].
- Frolova, N. (2024). Psychological features of traumatic experience of Ukrainians during the war. *Psychology and Society*, 89(1), 188–196. <https://pis.wunu.edu.ua/index.php/uapis/article/view/1251> [in Ukrainian].
- Khairulin, O. (2017). Meaning horizon of uncertainty as a psychological category. *Psychology and Society*, 4(70), 56–81. <https://doi.org/10.35774/pis2017.04.056>
- Abbass, A., & Town, J. M. (2014). *Short-term dynamic psychotherapy: An overview and clinical guide*. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/14373-000>
- Caligor, E., & Clarkin, J. F. (2010). An object relations model of personality and personality pathology. *Psychodynamic Psychiatry*, 38(3), 387–411. <https://doi.org/10.1521/pdps.2010.38.3.387>
- Carleton, R. N. (2016). Into the unknown: A review and synthesis of contemporary models involving uncertainty. *Journal of Anxiety Disorders*, 39, 30–43. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2016.02.007>
- Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E., & Target, M. (2018). *Affect regulation, mentalization, and the development of the self*. Routledge.
- Freud, S. (1920). *Beyond the pleasure principle*. Hogarth Press.
- Freud, S. (1926). *Inhibitions, symptoms and anxiety*. Hogarth Press.
- Gabbard, G. O. (2017). *Psychodynamic psychiatry in clinical practice* (5th ed.). American Psychiatric Publishing.
- Grupe, D. W., & Nitschke, J. B. (2013). Uncertainty and anticipation in anxiety. *Nature Reviews Neuroscience*, 14(7), 488–501. <https://doi.org/10.1038/nrn3524>
- Kernberg, O. F. (2004). *Aggressivity, narcissism, and self-destructiveness in the psychotherapeutic relationship*. Yale University Press.
- Klein, M. (1946). Notes on some schizoid mechanisms. *The International Journal of Psychoanalysis*, 27, 99–110.
- Lemma, A. (2016). *Introduction to the practice of psychoanalytic psychotherapy* (2nd ed.). Wiley-Blackwell.
- Winnicott, D. W. (1965). *The maturational processes and the facilitating environment*. Hogarth Press.

Конфлікт інтересів: автор заявляє про відсутність професійного або інституційного конфлікту інтересів.

Conflict of Interest: The author declares that there is no professional or institutional conflict of interest.

Стаття надійшла до редакції 13.03.2026 (The article was received by the editors 13.03.2026)

Стаття рекомендована до друку 22.04.2026 (The article is recommended for printing 22.04.2026)

Опублікована 28.05.2026 (Published 28.05.2026)