

УДК 159.9.072.43:159.923.2

Ганна Юрївна Яворська,
кандидатка психологічних наук,
доцентка кафедри клінічної
та реабілітаційної психології,
Карпатський національний університет
імені Василя Стефаника,
м. Івано-Франківськ, Україна
ORCID: 0009-0002-0685-849X
adiza@ukr.net

ДІАГНОСТИКА СИМБІОТИЧНИХ ВІДНОСИН: ТРАНЗАКЦІЙНО-АНАЛІТИЧНИЙ ПІДХІД ДО РОЗМЕЖУВАННЯ ЗДОРОВИХ ТА ПАТОЛОГІЧНИХ ФОРМ

У статті розглянуто феномен симбіотичних відносин у контексті транзакційного аналізу. Здійснено теоретичний огляд підходів до розуміння симбіозу як структурного порушення взаємодії Его-станів і проаналізовано типи симбіотичних взаємин: здоровий, довготривалий, обернений та функціональний. Наведено критерії діагностики симбіотичних патернів і розглянуто методи психодіагностики, адаптовані до українського контексту. Підкреслено необхідність інтеграції якісних та кількісних методів для виявлення ступеня автономності особистості. Результати дослідження можуть бути використані у психотерапевтичній практиці, освітній та науково-дослідній діяльності.

Ключові слова: симбіоз, транзакційний аналіз, Его-стани, автономність, психодіагностика, емоційна залежність.

Hanna Yavorska,
PhD in Psychology
associate professor of the Department
of Clinical and Rehabilitation Psychology,
Vasyl Stefanyk Carpathian National University,
Ivano-Frankivsk, Ukraine
ORCID: 0009-0002-0685-849X
adiza@ukr.net

DIAGNOSIS OF SYMBIOTIC RELATIONSHIPS: A TRANSACTIONAL-ANALYTIC APPROACH TO DIFFERENTIATING HEALTHY AND PATHOLOGICAL FORMS

The article explores the phenomenon of symbiotic relationships within the framework of Transactional Analysis (TA), emphasizing their diagnostic differentiation into healthy and pathological forms. Symbiosis is interpreted as a structural distortion of ego-state functioning that manifests through the asymmetry of responsibility and the suppression of personal autonomy. Based on the theoretical works of J. Schiff, M. Brown, C. Stewart, and A. Cardon, the paper highlights the duality of “over-responsible” and “under-responsible” positions that form the core of symbiotic interaction. The study provides a comparative analysis of classical and contemporary TA models, including visual schemes of symbiosis developed by the Schiff school, Woollams and Brown, and later integrative modifications. Particular attention is paid to the mother–child relationship as the primary prototype of symbiosis, with its natural (healthy), prolonged, and reversed (parentified) forms. The diagnostic section presents theoretical and clinical criteria for identifying symbiotic patterns, such as restricted ego-state activation, delegation of responsibility, role fixation, and deficit of contractuality. A complex methodological approach is proposed, combining qualitative (clinical interview, observation, projective drawing techniques) and quantitative methods. The applicability of psychodiagnostic instruments-Parent-Adult-Child Inventory (PAC), Inventory of Interpersonal Problems (IIP), and Family Assessment Device (FAD), is analyzed with regard to their psychometric adaptation to the Ukrainian context. Clinical cases demonstrate different manifestations of symbiosis in marital, familial, and therapeutic relationships, confirming the universality of this phenomenon. The results underline the necessity of integrating TA-based diagnostics with culturally validated tools to ensure accurate assessment of autonomy, responsibility,

and emotional dependence in interpersonal systems. The findings can be applied in psychotherapeutic, counseling, and educational practice, contributing to the development of diagnostic models of relational maturity.

Keywords: *symbiosis, Transactional Analysis, ego states, autonomy, psychological diagnostics, interpersonal relations, emotional dependence.*

У сучасній психологічній практиці все частіше постає потреба в чіткому розмежуванні здорової міжособистісної взаємозалежності та патологічних форм симбіотичних відносин. Зростання запитів, пов'язаних із емоційною залежністю, парентифікацією, співзалежністю у подружніх і сімейних системах, зумовлює актуальність проблеми діагностики симбіозу як феномену, що порушує автономність особистості та функціонування її Его-станів. Попри значний теоретичний доробок Транзакційного аналізу (Е. Берн, Дж. Шифф, М. Браун, Я. Стюарт, А. Кардон) [6; 7; 8; 9], питання диференціації здорових і патологічних форм симбіозу залишаються недостатньо розробленими в контексті сучасних психотерапевтичних практик. У клінічній роботі психолог часто стикається з клієнтами, які перебувають у стосунках емоційної або поведінкової залежності, однак не усвідомлюють порушення власних меж та делегування відповідальності іншій особі. Це ускладнює діагностичний процес і вимагає чітких критеріїв для виявлення симбіотичних патернів. Проблема набуває особливої значущості в умовах соціальної нестабільності, воєнних подій та високого рівня стресу, коли тенденція до психологічного злиття може виступати захисним, але дисфункційним механізмом підтримки безпеки. Тому наукове обґрунтування й практична розробка діагностичних критеріїв симбіотичних відносин є важливим завданням для психологічної науки й психотерапевтичної практики, спрямованим на збереження автономності, зрілої відповідальності та емоційної стійкості особистості.

Метою статті є здійснення теоретико-методологічного аналізу феномену симбіотичних відносин у контексті транзакційного аналізу, а також визначення діагностичних критеріїв, які дають змогу розмежувати здорові та патологічні форми симбіозу. Одним із ключових показників психологічної зрілості у міжособистісних стосунках є баланс між автономністю та взаємною відповідальністю. Порушення цієї рівноваги призводить до виникнення симбіотичних відносин – форми взаємодії, у якій партнери функціонують як «єдина система», а їхні Его-стани частково злиті або взаємно обмежені. У транзакційному аналізі (Е. Берн, Дж. Шифф, М. Браун, К. Стюарт) [6; 7; 8; 9] симбіоз трактується як структурне порушення функціонування Его-станів, що виявляється в асиметрії відповідальності: один партнер бере на себе надмірну опіку й контроль, інший – делегує вирішення власних потреб і завдань зовнішнім силам чи значущій особі. Позиція недостатньої відповідальності характеризується передачею контролю за власним життям іншому, тоді як позиція надмірної відповідальності полягає у прагненні задовольняти потреби інших, ігноруючи власні. Обидві є несвідомими установками, що створюють основу для симбіотичної взаємозалежності. Таким чином, симбіоз у транзакційному аналізі описує взаємодію двох осіб із протилежними стилями відповідальності, яка може проявлятися у сімейних, дружніх, професійних або терапевтичних стосунках. Вивчення цього феномену дозволяє глибше зрозуміти механізми психологічної залежності, розвиток автономності особистості та побудову здорових міжособистісних меж.

Дж. Шифф та її колеги, представники школи Шифф, які запровадили поняття симбіозу у транзакційний аналіз, визначали його як стан, за якого «двоє або більше людей поведуться так, ніби вони є однією особою», внаслідок чого «жодна із залучених сторін не активує всі свої Его-стани» (Schiff et al., 1975) [8]. У таких відносинах особа, що бере на себе відповідальність за іншу, зазвичай функціонує переважно з Его-станів Родителя та Дорослого, «вимикаючи» свого Малюка. Натомість партнер, який шукає опіки, діє з Его-стан Малюка, ігноруючи Его-стани Родителя й Дорослого. Таким чином, у їхній взаємодії активними залишаються лише три Его-стани, ніби це поведінка однієї людини, а не двох

окремих особистостей. Така схема демонструє асиметрію автономності та взаємне блокування розвитку обох сторін (Рис.1). У цьому сенсі симбіоз не є лише метафорою емоційної злитості, а вказує на структурне порушення автономії у системі Его-станів. Людина, залучена в симбіотичну динаміку, фактично делегує або придушує частину власних психологічних функцій, що веде до звуження особистісної саморегуляції.

У транзакційному аналізі «симбіотичним» називають будь-який стан незавершеного відокремлення, навіть якщо він не пов'язаний безпосередньо з питаннями відповідальності. Це може проявлятися у відмові визнавати власні межі чи межі іншої людини, у потребі постійного підтвердження значущості або у злитті рішень, емоцій і почуттів. Фактично, поняття «незавершене відокремлення» охоплює ширший спектр феноменів, серед яких симбіоз є лише однією з форм порушення психологічної автономії (Schiff et al., 1975) [8]. Поглиблене розуміння симбіотичних відносин у транзакційному аналізі потребує не лише вербального опису, а й візуалізації структурної динаміки Его-станів. Саме тому різні школи ТА розробили власні графічні моделі, які дозволяють відобразити ступінь злиття або розмежування між партнерами [2]. Ці схеми допомагають побачити, які Его-стани залишаються активними у взаємодії, які «вимикаються», та як розподіляється відповідальність у межах стосунків. Вони є не лише теоретичними ілюстраціями, а й практичними інструментами діагностики симбіозу, що дозволяють точніше виявити рівень автономності учасників взаємодії (див. Рис.1).

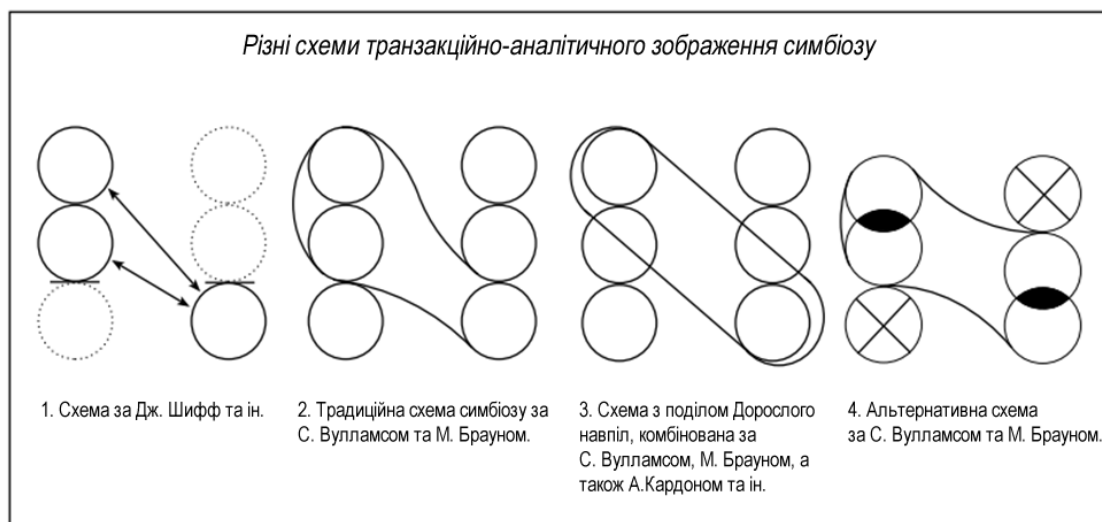


Рис. 1. Різні схеми транзакційно-аналітичного зображення симбіозу

Варіанти графічного представлення симбіотичних відносин, які відображають різний ступінь включення Его-станів партнерів у взаємодію:

1. Схема за Дж. Шифф та колегами. Симбіоз розглядається як ситуація, у якій двоє людей функціонують «як одна особа».
2. Традиційна схема симбіозу за С. Вулламсом і М. Брауном. У цій моделі підкреслюється взаємне злиття Его-станів партнерів: обмеження автономності не лише одного, а обох учасників. Відносини набувають комплементарного характеру – «надмірно відповідальний» і «недостатньо відповідальний» підтримують спільну систему, що зберігає їхній баланс залежності.
3. Комбінована схема з поділом Его-стану Дорослого навпіл (за С. Вулламсом, М. Брауном, А. Кардоном). Дорослий кожного партнера розділений на дві частини: одна з них залучена у симбіоз і діє всередині взаємозалежності, інша – функціонує автономно. Такий підхід відображає можливість часткового симбіозу, коли

взаємодія не повністю позбавляє людину здатності до саморегуляції, але обмежує її в певних сферах (емоційній, поведінковій, прийняття рішень).

4. Альтернативна схема за С. Вулламсом і М. Брауном. У цьому варіанті наголос робиться на динамічності симбіозу: его-стани партнерів можуть змінювати ступінь злиття залежно від контексту стосунків. Така модель пояснює, чому у певних ситуаціях симбіотичні пари демонструють зрілу автономну взаємодію, а в інших – регресують до патернів залежності [2].

Таким чином, різні схеми відображають міру включення Его-станів та рівень психологічної межі між партнерами, що є важливим для клінічної діагностики та планування психотерапевтичної роботи. Бачимо, що концепція симбіозу в транзакційному аналізі ґрунтується на двох базових припущеннях школи Дж. Шиффа: 1) кожна людина несе відповідальність за задоволення власних потреб і розв'язання проблем відповідно до реальності; 2) це найефективніше відбувається за умови автономності, тобто здатності діяти, виходячи з власних міркувань і рішень.

«Недостатньо відповідальна» людина часто не усвідомлює своїх потреб або знецінює їх, натомість орієнтується на проблеми й очікування іншої сторони. Вона легко підпадає під вплив партнера, схильного до контролю, і вважає його рішення «єдино правильними». Натомість «надмірно відповідальний» партнер бере на себе турботу про іншого, позбавляючи його можливості самостійно діяти. Такий взаємозв'язок утворює комплементарну залежність: один підтримує власне почуття значущості через контроль, інший – через безпорадність. Обидві позиції підкріплюють одна одну, створюючи стабільну, але нефункціональну систему. Навіть за наявності конфліктів партнери рідко виходять із симбіозу, оскільки їхня взаємна структура задовольняє несвідомі потреби (безпеки, підтвердженні, ролі «незамінного» або «захищеного»). У працях Дж. Шиффа та її колег поняття «симбіотична позиція» не вживається безпосередньо, однак описується близьке явище, так званий конкурентний симбіоз [8]. Цей стан виникає тоді, коли двоє людей займають подібні симбіотичні позиції й кожен намагається змусити іншого прийняти доповнювальну до своєї роль, щоб зберегти рівновагу взаємозалежності. Такі відносини характеризуються боротьбою за контроль, але при цьому обидві сторони залишаються у психологічному злитті, тобто втрачають здатність діяти автономно. Показовим є приклад, який наводять Дж. і А. Шифф: водій Джо рухається в щільному тумані, каже «Я нічого не бачу», відпускає кермо й не гальмує, що завершується аварією. Дослідники кваліфікують це як пасивність – спосіб реагування, за якого суб'єкт уникає власної відповідальності та «передає» керування ситуацією зовнішнім обставинам. Такий патерн споріднений із симбіотичною установкою, оскільки в обох випадках не задіюється автономний Дорослий, здатний оцінювати ризики й приймати рішення [8].

У практичних спостереженнях за людьми з вираженою схильністю до симбіозу помітно, що вони часто уникають конкретних угод або взагалі не входять у них. Бо усвідомлена домовленість передбачає двох окремих і відповідальних суб'єктів, тоді як симбіотичне мислення опирається на ідею «зливої єдності» з розмитими межами відповідальності. У такій рамці відмінність позицій переживається як небезпека для зв'язку, а конструктивний конфлікт інтерпретується як розрив чи відмову від любові. У термінах М. Бубера, «диво бути іншим» означає здатність витримувати інакшість партнера, зберігаючи власну цілісність. Для осіб із симбіотичними рисами ця інакшість часто неприйнятна: очікується однаковість відчуттів, думок і реакцій усіх учасників стосунку. Це стосується як «недостатньо відповідальних», які шукають злиття, аби уникнути автономії, так і «надмірно відповідальних», що підтримують уявну єдність через контроль і директивність. У другому випадку симбіоз набуває форми прихованого домінування, де ініціатива іншого сприймається як загроза встановленому порядку.

Варто зазначити, що в літературі трапляються автори, які розглядають симбіоз лише з боку залежної позиції, недооцінюючи симбіотичні тенденції контролюючої сторони. Імовірно, це пов'язано з тим, що надмірно відповідальна позиція соціально легітимізована, вона часто маскується під турботу, допомогу чи самопожертву, хоча фактично так само порушує автономність іншого. У цьому сенсі симбіотичні відносини не завжди мають негативний характер. Представники школи Дж. Шифф наголошували, що певні симбіотичні елементи притаманні будь-яким стосункам, вони сприяють близькості, довірі та взаємній підтримці. Проте проблема виникає тоді, коли симбіотична структура стає домінуючою, а прагнення «бути одним цілим» перешкоджає вільному діалогу, самовираженню та автономному розвитку обох партнерів. Розглядаючи симбіоз у контексті дорослих взаємин, не можна оминути його первинні форми, що виникають у ранньому дитинстві. Саме стосунки матері та дитини є першоджерелом досвіду емоційної єдності, на основі якого надалі формуються моделі залежності й автономності. Материнсько-дитячий зв'язок слугує природним прототипом симбіозу, який може мати як здоровий, так і патологічний характер залежно від ступеня емоційного злиття та меж відокремлення.

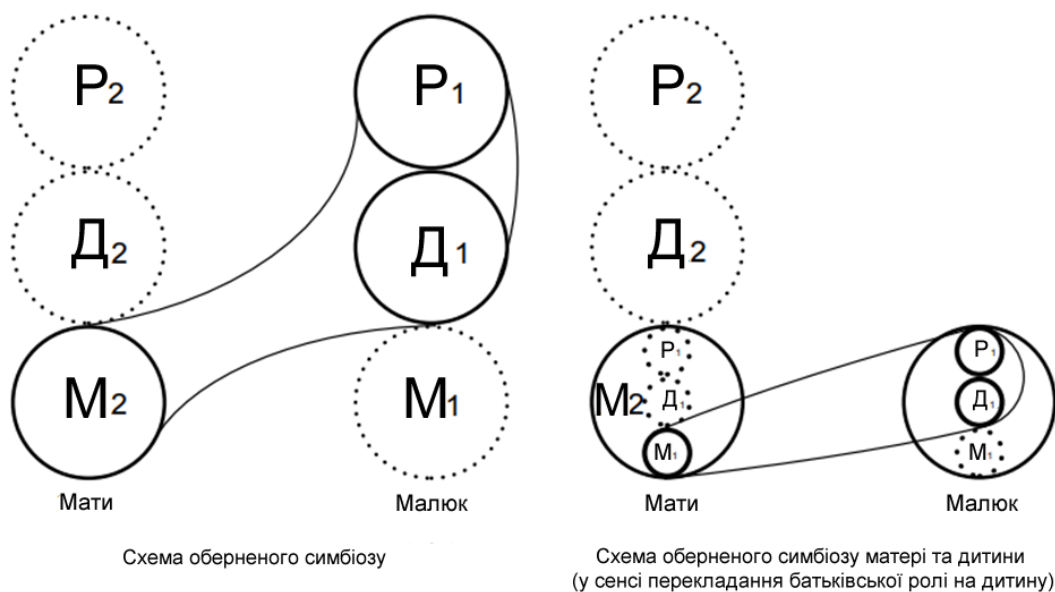


Рис. 2. Схеми симбіозу першого та другого порядку за Дж. Шифф

Здоровий симбіоз матері та дитини. Представники школи Дж. Шифф розглядали зв'язок між матір'ю та немовлям як приклад здорового симбіозу, що має природний і тимчасовий характер. На ранніх етапах розвитку дитина не може самостійно задовольняти власні потреби, тому мати бере на себе регуляцію емоційного стану, забезпечення безпеки та формування первинного досвіду довіри до світу. У таких стосунках обидві сторони перебувають у тісному емоційному контакті: мати задовольняє потреби дитини, водночас активуючи власний Его-стан Малюка – відчуває ніжність, радість, задоволення від близькості. Тому здоровий симбіоз не означає відсутності індивідуальності, а радше тимчасове емоційне єднання, необхідне для розвитку базової безпеки та прив'язаності.

Довготривалий симбіоз матері та дитини. Проблемним стає довготривалий симбіоз, який виходить за межі природного періоду залежності. Такий тип взаємозв'язку формується, коли мати несвідомо перешкоджає процесу психологічного відокремлення дитини, підтримуючи її залежність навіть у дорослому віці. Мати може контролювати поведінку, прийняття рішень і вибір дитини, розглядаючи її автономність як загрозу близькості. Для дитини ж така динаміка породжує почуття провини за спроби самостійності, страх

розчарувати або «покинути» матір. У результаті доросла дитина зберігає роль підлеглого й залежного, а мати – роль контролюючого опікуна. Обернений або зворотний симбіоз спостерігається тоді, коли дитина бере на себе функцію задоволення емоційних потреб матері. Такий зв'язок формується у випадках, коли мати відчуває дефіцит підтримки з боку партнера або власних батьків і несвідомо перекладає роль опікуна на дитину.

Дитина починає розраджувати, заспокоювати, «піклуватися» про матір, що призводить до передчасної активації Его-станів Родителя і раціонального Дорослого. Водночас спонтанний Малюк, який відповідає за здатність до гри, потреби та самовираження, блокується. У дорослому віці це часто проявляється у надмірній відповідальності, схильності до самопожертви та труднощах із прийняттям турботи від інших. Аналізуючи різні типи симбіозу, можна помітити, що всі вони мають спільну основу – порушення процесу психологічного відокремлення. У транзакційному аналізі це явище отримало назву «незавершене відокремлення», яке охоплює ширший спектр залежних форм взаємодії. У практиці транзакційного аналізу термін «симбіоз» часто використовується для позначення будь-якого стану незавершеного відокремлення, коли між людьми зберігається психологічна злитість і відсутність чітких меж. Така динаміка може виявлятися як у сімейних, так і в професійних чи терапевтичних відносинах. Незавершене відокремлення передбачає, що одна або обидві сторони частково утримуються у залежній позиції, відмовляючись від власної автономності заради підтримання емоційного зв'язку. Симбіоз у цьому контексті виступає окремим випадком ширшого феномена недостатньої психологічної диференціації, який перешкоджає зрілому прийняттю рішень і побудові рівноправних стосунків. Окремий різновид симбіотичних взаємин становить так званий функціональний симбіоз, який виявляється не стільки в емоційній, скільки у рольовій залежності. Функціональний симбіоз виникає тоді, коли ролі й відповідальність між членами системи закріплюються настільки жорстко, що втрачається можливість їх змінювати або обговорювати. Класичними прикладами є традиційний поділ гендерних ролей у сім'ї, коли жінка «природно» відповідає за дім і виховання дітей, а чоловік – за заробіток і суспільну активність. Подібна структура може здаватися гармонійною, однак у реальності вона підтримує симбіотичну взаємозалежність, що обмежує розвиток обох партнерів. Члени сім'ї сприймають ці ролі як незмінні, неусвідомлено підтримуючи систему, у якій автономність і гнучкість поступаються стабільності. У психотерапевтичній практиці подібні патерни описують як соціально санкціонований симбіоз, який потребує м'якого перегляду меж і відновлення індивідуальної відповідальності.

Діагностика симбіотичних відносин потребує поєднання кількісних і якісних підходів, адже феномен симбіозу має не лише поведінковий, а й глибинний міжособистісний вимір. Основна мета психодіагностики полягає у виявленні структури Его-станів, ступеня автономності особистості та характеру розподілу відповідальності у стосунках. Для досягнення зазначених цілей у діагностиці симбіотичних відносин застосовується комплекс взаємодоповнювальних методів:

1. Клінічне інтерв'ю. Цей метод залишається базовим у транзакційно-аналітичній практиці. Під час інтерв'ю дослідник оцінює:

- межі між «Я» і «Ти» (як людина говорить про себе і партнера – у формах «я» чи «ми»);
- характер прийняття рішень (самостійне чи делеговане);
- емоційні реакції на автономність і конфлікт;
- рівень дорослої позиції в описі себе («я можу впоратись» / «мені потрібен хтось, щоб вирішив»).

Такий аналіз дозволяє визначити провідну симбіотичну позицію – надмірно або недостатньо відповідальну, а також ступінь включення Его-стану Дорослого.

2. Тестові методики. Психометричні інструменти дають змогу об'єктивізувати структуру Его-станів і міжособистісні патерни, проте їх вибір в Україні потребує особливої обережності через обмежену адаптацію.

- Parent Adult Child Inventory (PAC). Методика створена для вимірювання частоти проявів Его-станів Родителя, Дорослого та Малюка. У транзакційному аналізі PAC застосовується для оцінки внутрішнього балансу між контролем, емоційністю й раціональністю. В українському контексті офіційна стандартизована версія PAC відсутня, однак існують робочі переклади, що використовуються у програмах Української асоціації транзакційного аналізу (УАТА) та в навчальних курсах з психотерапії. Ці варіанти мають орієнтовний характер і можуть застосовуватися для якісної оцінки Его-станів, але не для статистичних порівнянь.
- Опитувальник міжособистісних проблем (Inventory of Interpersonal Problems (IIP-32 / IIP-64) (L. Horowitz та ін., 1988) дозволяє оцінити труднощі у спілкуванні: надконтроль, уникання, залежність, підпорядкування або ворожість. У контексті симбіозу є цінним, оскільки виявляє патерни залежної та домінуючої поведінки, що часто лежать в основі симбіотичних динамік. Українською мовою повна адаптація опитувальника поки що не завершена, однак його короткі перекладені версії (IIP-32) використовуються у дослідженнях студентської та сімейної вибірки в українських університетах (Львів, Київ, Харків). Використання IIP в Україні доцільне у науково-дослідному та консультативному форматі, з позначкою «адаптація в процесі».
- Опитувальник FAD (Family Assessment Device) (Epstein, Baldwin & Bishop, 1983) оцінює сімейне функціонування за шістьма шкалами: комунікація, ролі, емоційна взаємодія, поведінковий контроль, афективна залученість та загальне функціонування сім'ї. В Україні Family Assessment Device (FAD) використовується у перекладених робочих версіях, апробованих у межах окремих наукових і навчальних досліджень (Київ, Львів, Харків). Хоча повної психометричної адаптації українською мовою наразі не проведено, методика демонструє добру культурну придатність для аналізу сімейного функціонування та розподілу ролей.
- Проективні методи – малюнкові тести «Я і моя сім'я», «Я і мій партнер», які дозволяють візуалізувати розподіл ролей та емоційних зв'язків.

3. Спостереження та аналіз поведінки. У процесі консультування або психотерапії фахівець може діагностувати симбіоз через повторювані поведінкові патерни: ініціювання контактів лише однією стороною; уникання конфліктів і надмірне узгодження позицій; злиття в мові («ми думаємо», «ми вирішили»); нерівномірний розподіл ініціативи. Ці спостереження фіксуються у протоколі терапевтичних сесій та інтерпретуються через модель Его-станів (аналіз транзакцій «хто з ким говорить з якого Его-стану»): транзакція з Его-стану Родителя до Его-стану Малюка, або транзакція з Его-стану Дорослого до Его-стану Дорослого, або транзакція з Его-стану Малюка до Его-стану Родителя, тощо).

Діагностика симбіотичних відносин у транзакційному аналізі ґрунтується на визначенні ступеня автономності особистості та характеру взаємодії Его-станів. Основними критеріями є:

- обмежена активність Его-станів: у стосунках один або кілька станів залишаються «вимкненими»;
- перекладання відповідальності: делегування прийняття рішень і задоволення потреб іншій людині;
- фіксованість перебування особистості при певних стосунках в певному Его-стані: стає перебування у позиціях;
- дефіцит контрактності: відсутність рівноправних домовленостей, нечіткі межі відповідальності;

- страх автономії: переживання провини або тривоги при спробі діяти самостійно.

Ці показники дозволяють відрізнити здорову взаємозалежність, що базується на довірі та обміні підтримкою, від патологічного симбіозу, який супроводжується втратою індивідуальності. Отже, діагностика симбіотичних відносин має спиратися на комплексний підхід, що поєднує клінічне інтерв'ю, спостереження, тестові й проєктивні методи. Таке поєднання дозволяє не лише виявити наявність симбіотичних патернів, а й визначити їхню структуру, глибину та функцію у міжособистісній системі. Незважаючи на обмежену кількість стандартизованих україномовних методик, наявні інструменти, за умови критичного й інтегративного використання, забезпечують достатню валідність діагностичного процесу та створюють підґрунтя для подальшої психотерапевтичної корекції.

Виявлені теоретичні критерії та поведінкові маркери симбіозу набувають особливої практичної значущості під час роботи з реальними випадками. Для ілюстрації діагностичних ознак і типових структур Его-станів доцільно розглянути кілька клінічних прикладів, що демонструють різні форми симбіотичних відносин. Випадок 1. Подружня пара з асиметрією відповідальності. Жінка відчуває втому від постійного контролю за чоловіком. Її партнер спокійний, замкнений, часто уникає прийняття рішень, перекладаючи їх на дружину («ти краще знаєш»). У структурі Его-станів домінують Родитель і Дорослий у жінки та Малюк – у чоловіка. Спостерігається класичний симбіоз за моделлю Дж. Шифф. Взаємодія утримує обох у фіксованих Его-станах: жінка почувається незамінною, а чоловік – захищеним, але пасивним. Порушення рівноваги виникає тоді, коли один із партнерів намагається вийти з визначеної ролі, що супроводжується конфліктом і відчуттям втрати безпеки. Діагностичні висновки: класичний симбіоз із надмірною та недостатньою відповідальністю; потреба у відновленні Его-стану Дорослого в обох партнерів.

Випадок 2. Довготривалий симбіоз матері й дорослої доньки. Жінка 28 років описує своє життя як «нерозривно пов'язане з матір'ю». Донька мешкає разом із нею, ухиляється від рішень щодо власного життя (роботи, особистих стосунків), мотивуючи це станом матері: «Вона не впорається без мене». Мати у свою чергу підтримує залежність, апелюючи до емоційної близькості й потреби у «взаємній підтримці». Структурний аналіз виявив симбіотичний патерн: у доньки активні Его-стани Родителя (догляд) та Малюка (залежність), у матері – контролюючий Его-стан Родителя і залежний Его-стан Малюка. Цей взаємозв'язок фіксує обох у циклі турботи й провини, що гальмує відокремлення. Діагностичні висновки: довготривалий симбіоз, що блокує індивідуалізацію; домінування почуття провини та потреби у злитті.

Випадок 3. Обернений симбіоз. Підліток 13 років демонструє підвищену тривожність і гіпервідповідальність. У бесіді зазначає: «Мама часто засмучується, і я повинен її розрадити». Аналіз взаємодії в сім'ї показує, що дитина несвідомо виконує роль емоційного партнера для матері, яка пережила втрату чоловіка. Его-стан Родителя в дитини активізується передчасно, тоді як Его-стан Малюка пригнічується. У результаті формується парентифікація, що зумовлює хронічне відчуття відповідальності за емоційний стан іншого. Діагностичні висновки: інверсія ролей, емоційна парентифікація, ризик розвитку надконтрольної та самопожертвенності поведінки в дорослому віці.

Випадок 4. Функціональний симбіоз. У подружжі 40 і 42 років зберігається традиційний розподіл обов'язків: чоловік забезпечує матеріально, жінка – відповідає за дітей і дім. Обидва описують себе як «команду», але будь-які спроби змінити структуру викликають напругу. Чоловік не бере участі у вихованні, бо «це її територія», дружина не приймає фінансових рішень. Попри зовнішню стабільність, обидва визнають почуття емоційної дистанції. Функціональний симбіоз підтримується соціальними стереотипами і неусвідомленим страхом втрати узгодженості ролей. Діагностичні висновки: рольова

залежність, закріплена соціальними нормами; потреба в гнучкішому розподілі функцій та усвідомленні власних кордонів.

Таким чином, проведене теоретико-методологічне дослідження дало змогу уточнити психологічний зміст поняття симбіотичних відносин у межах транзакційного аналізу та визначити критерії їхньої діагностики. Встановлено, що симбіоз є не лише формою емоційної залежності, а насамперед структурним порушенням функціонування Его-станів, яке виявляється у дисбалансі автономності та відповідальності між партнерами. Виділено основні типи симбіозу – здоровий, довготривалий, обернений та функціональний, що різняться мірою психологічного злиття й особливостями рольової взаємодії. Здоровий симбіоз має тимчасовий адаптивний характер і виконує функцію підтримки емоційної безпеки, тоді як патологічні форми зумовлюють стійке порушення меж і особистісної саморегуляції. Запропоновано систему теоретичних і клінічних критеріїв для діагностики симбіотичних патернів, серед яких: обмежена активність Его-станів, делегування відповідальності, фіксація ролей, дефіцит контрактності та страх автономії. Показано доцільність інтеграції якісних і кількісних методів – клінічного інтерв'ю, спостереження, проєктивних технік і стандартизованих опитувальників (РАС, ІР, FAD), які, попри відсутність повної україномовної стандартизації, продемонстрували високу цінність у практичному застосуванні. Практична цінність дослідження полягає у можливості використання отриманих результатів для діагностики емоційної та рольової залежності, формування індивідуальних програм психотерапевтичної корекції, а також для навчання фахівців у галузі клінічної, консультативної та сімейної психології. Перспективи подальших наукових розвідок убачаються у розробленні національно стандартизованих діагностичних інструментів для оцінки симбіотичних патернів, емпіричному вивченні динаміки автономності в різних типах міжособистісних стосунків (партнерських, сімейних, терапевтичних), а також у дослідженні впливу соціокультурних і воєнних чинників на формування симбіотичних стратегій поведінки в сучасному українському суспільстві.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Стюарт Й., Джойнс В. Основи Транзакційного аналізу. Київ: ФАДА, ЛТД, 2002. 393 с.
2. Шлегель Л. Короткий словник Транзакційного аналізу. Упоряд. Г. Яворська, К. Репетій. Черкаси: ІнтролітаТОР. 2025. 608 с.
3. Яворська Г. Ю. Аутентичні та рекетні почуття: концептуальний аналіз та практичне застосування. *«Наукові інновації та передові технології» (Серія «Управління та адміністрування», Серія «Право», Серія «Економіка», Серія «Психологія», Серія «Педагогіка»): журнал*, 2025. № 4 (44). С. 2109–2019.
4. Яворська Г. Ю., Геляс А. І. Психологічне консультування та психотерапія нарцисичного розладу особистості в методі транзакційного аналізу. *Науковий журнал «Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія»*. Том 36 (75). № 4. 2025. С. 67–73.
5. Яворська Г. Ю. Методика «діагностика аутентичних і сценарних почуттів особистості»: психотерапевтичний інструмент у контексті транзакційного аналізу. *«Наукові перспективи». СЕРІЯ «Психологія»*. № 6 (60) (2025). С. 1642–1653.
6. Berne E. Transactional analysis in psychotherapy. New York: Grove Press, 1961. 320 p.
7. Cardon A., Mermet L. Vocabulaire de l'analyse transactionnelle, les éditions d'organisation, Paris. 1982. 228 p.
8. Schiff A. W., Schiff J. L. Passivity. *Transactional Analysis Journal*, 1 (1). 1971. P. 71–78.
9. Woollams St. Brown M., Transactional Analysis. Huron Valley Institute Press, Dexter (MI, USA). 1978. 295 p.

REFERENCES

6. Stewart, I., & Joines, V. (2002). *Osnovy Tranzaktsiinoho Analizu*. Kyiv: FADA LTD [in Ukrainian].
7. Shlehel, L. (2025). *Korotkyi slovnyk tranzaktsiinoho analizu*. G. Yavorska & K. Repetyi, Eds. Cherkasy: IntrolitaTOR [in Ukrainian].
8. Yavorska, H. Yu. (2025). *Autentychni ta Reketni Pochuttia: Kontseptualnyi Analiz ta Praktychne Zastosuvannia* [Aunthetic and racket feelings: conceptual analysis and practical application]. *Scientific Innovations and Advanced Technologies Journal (Series Psychology)*, 4 (44), 2109–2119 [in Ukrainian].
9. Yavorska, H. Yu., & Helias, A. I. (2025). *Psykhologichne Konsultuvannia ta Psykhoterapiia Nartsysychnoho Rozladu Osobystosti v Metodi Tranzaktsiinoho Analizu* [Psychological counseling and psychotherapy of narcissistic personality disorder in the method of transactional analysis]. *Scientific Notes of V. I. Vernadsky Taurida National University. Series Psychology*, 36 (75) (4), 67–73 [in Ukrainian].
10. Yavorska, H. Yu. (2025). *Metodyka "Diahnostyka Autentychnykh i Stsenarnykh Pochuttiv Osobystosti": Psykhoterapevtychnyi Instrument u Konteksti Tranzaktsiinoho Analizu* [The technique "Diagnosis of authentic and script feelings of personality": a psychotherapeutic instrument in the context of transactional analysis]. *Naukovi Perspektyvy. Series Psychology*, 6 (60), 1642–1653 [in Ukrainian].
11. Berne, E. (1961). *Transactional analysis in psychotherapy*. New York: Grove Press.
12. Cardon, A., & Mermet, L. (1982). *Vocabulaire de l'analyse transactionnelle*. Paris: Les Éditions d'Organisation.
13. Schiff, A. W., & Schiff, J. L. (1971). *Passivity*. *Transactional Analysis Journal*, 1 (1), 71–78.
14. Woollams, S., & Brown, M. (1978). *Transactional Analysis*. Dexter, MI: Huron Valley Institute Press.

Подано до редакції: 23.09.2025.