

МОДЕЛЬ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНОЇ РЕОРГАНІЗАЦІЇ ЕМОЦІЙНОГО ТРАНСГЕНЕРАЦІЙНОГО ДОСВІДУ В ПРОЦЕСІ ПОЗИТИВНОЇ ПСИХОТЕРАПІЇ

Терещенко Ольга Олегівна¹

¹ Аспірантка кафедри загальної та диференціальної психології Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К. Д. Ушинського, м. Одеса (Україна)

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-7421-0890>

UDC: 159.923.2

АНОТАЦІЯ

У статті розглядається проблема психотерапевтичної реорганізації емоційного трансгенераційного досвіду в контексті сучасних уявлень про міжпоколінну передачу досвіду, функціонування пам'яті та механізми психотерапевтичних змін в методи Позитивної та Транскультуральної психотерапії (ППТ за Пезешкіаном, з 1977 р). Обґрунтовано доцільність використання категорії «трансгенераційний досвід», яка дозволяє враховувати поряд із наслідками травматизації міжпоколінні ресурси адаптації й психологічної стійкості. Метою статті є розроблення інтегративної моделі реорганізації емоційного трансгенераційного досвіду в рамках позитивної психотерапії, що ґрунтується на сучасних уявленнях про міжпоколінну передачу досвіду, функціонування пам'яті та механізми психотерапевтичних змін. На основі теоретико-методологічних положень позитивної психотерапії запропоновано модель психотерапевтичної реорганізації емоційного трансгенераційного досвіду, яка описує послідовні етапи психотерапевтичного впливу від актуалізації та усвідомлення імпліцитних міжпоколінних патернів до їх символізації, ресурсного переосмислення та інтеграції у більш адаптивні способи психічної регуляції. Запропонована модель створює теоретичне підґрунтя для подальших емпіричних досліджень психотерапевтичної реорганізації емоційного трансгенераційного досвіду та її практичного застосування в позитивній психотерапії.

Ключові слова: трансгенераційний досвід, позитивна психотерапія, реконсолідація пам'яті, психічна регуляція, психологічна адаптація

Актуальність проблеми

У сучасній психології трансгенераційна проблематика посідає важливе місце у дослідженнях чинників психічного здоров'я, емоційного благополуччя та психологічної адаптації особистості. Численні дослідження підтверджують, що досвід попередніх поколінь може впливати на особливості емоційного реагування, міжособистісної взаємодії, формування ідентичності та способи подолання життєвих труднощів (Bakó & Zana, 2018; Bove et al., 2025; Casace & Summers, 2025).

Проте зосередження досліджень трансгенераційної передачі виключно на впливі травматичних подій створює ризик редукації, коли міжпоколінна передача досвіду інтерпретується лише як передача патології або наслідків дистресу, що обмежує розуміння адаптаційних процесів, оскільки між поколіннями передаються не тільки реакції на загрозу, але й способи подолання труднощів, цінності, моделі взаємодії та ресурси життєстійкості (Békés & Starrs, 2025; Fossion et al., 2015; Oren et al., 2025). Зазначене дає підстави для уточнення понятійного апарату дослідження

Address for correspondence, e-mail: editpsychas@gmail.com
Copyright: © *Olha Tereshchenko*

This is an Open Access journal. This work is licensed under a **Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY 4.0)**.
Link: <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

шляхом використання категорії трансгенераційного досвіду як ширшої щодо поняття трансгенераційної травми. Така категорія охоплює як негативні, так і ресурсні аспекти міжпоколінної взаємодії та формує більш цілісне розуміння психологічної стійкості як результату інтеграції травматичних, так і ресурсних компонентів життєвого досвіду.

Попри наявність емпіричних даних, що підтверджують ефективність різних психотерапевтичних підходів у роботі з трансгенераційною травмою (Connolly, 2011; Praško et al., 2025; Subic-Wrana et al., 2016), недостатньо розробленими залишаються моделі, які б пояснювали, яким чином відбувається трансформація успадкованих емоційних патернів, способів регуляції та систем значень у процесі психотерапії. Водночас розгляд трансгенераційного досвіду як ширшої категорії порівняно з трансгенераційною травмою вимагає психотерапевтичного підходу, здатного працювати не лише з наслідками травматизації, але й з міжпоколінними ресурсами адаптації та психологічної стійкості. У зв'язку з цим особливого значення набувають підходи, які дозволяють поєднувати опрацювання травматичного досвіду з виявленням і актуалізацією ресурсних компонентів сімейної історії.

Аналіз останніх досліджень і публікацій

У сучасних дослідженнях міжпоколінна передача трансгенераційного досвіду розглядається як процес, що реалізується че-

рез взаємодію біологічних, психодинамічних, соціокультурних та сімейно-системних механізмів (Hanna et al., 2012; Kellermann, 2001; Weingarten, 2004). Незалежно від конкретних каналів передачі, їх спільним результатом є формування певних способів переживання, осмислення та регуляції емоційного досвіду.

Відповідно до сучасних конструктивістських підходів до емоцій, представлених у роботах Barrett et al. (2025), Frijda (2009) та Wilson-Mendenhall et al. (2013), емоційний досвід виходить за межі розуміння його як безпосередньої реакції на подію та передбачає динамічну взаємодію афекту, тілесних станів, сприйняття себе і світу, попереднього досвіду, ситуативного контексту, а також концептуальних знань про категорії емоцій і причини їх виникнення. Такий підхід є принципово важливим для розуміння трансгенераційного досвіду, оскільки дозволяє розглядати міжпоколінну передачу не як передачу готових емоційних реакцій, а як передачу способів інтерпретації, категоризації та регуляції афективного досвіду. У цьому контексті трансгенераційний емоційний досвід формується не лише на основі безпосередньо пережитих подій, але й через засвоєння сімейних і культурних моделей емоційного реагування, оцінки подій та стратегій адаптації. Такі моделі можуть проявлятися у вигляді автоматизованих емоційних реакцій, неусвідомлюваних очікувань небезпеки або специфічних способів адаптації, що впливають на психологічну

стійкість особистості в умовах стресу та невизначеності.

Відповідно психотерапевтичні зміни можуть бути пов'язані не лише зі зміною окремих переконань чи поведінкових реакцій, але й з трансформацією способів організації та інтерпретації емоційного досвіду. Оскільки важливою складовою емоційного досвіду виступає попередній досвід особистості, його дослідження неможливе без урахування механізмів пам'яті, через які ці компоненти зберігаються та актуалізуються. У цьому контексті особливого значення набуває розмежування декларативних та недекларативних систем пам'яті. Декларативна пам'ять охоплює семантичний, епізодичний та автобіографічний компоненти: семантична пам'ять забезпечує збереження знань, правил і систем значень; епізодична — збереження досвіду конкретних подій у часовому й просторовому контексті; автобіографічна — інтеграцію пережитого досвіду в особистісний наратив і відчуття безперервності Я (Tulving, 2002). Недекларативна (імпліцитна) пам'ять функціонує поза межами свідомого відтворення та забезпечує вплив попереднього досвіду на актуальні емоційні реакції й поведінку без явного усвідомлення його походження (Schacter et al., 1993). Саме на цьому рівні можуть зберігатися афективні, тілесні та поведінкові компоненти травматичного досвіду, які проявляються у вигляді автоматизованих реакцій, неусвідомлених очікувань небезпеки та стійких поведінкових патернів.

Сучасні уявлення про пам'ять виходять за межі її розуміння як стабільного сховища досвіду та розглядають її як динамічний реконструктивний процес, у межах якого минулі події можуть бути переосмислені й повторно інтерпретовані залежно від актуального контексту (Neisser, 1997). Дослідження демонструють, що на нейропсихологічному рівні така пластичність реалізується через процес реконсолідації пам'яті, під час якого реактивований спогад тимчасово переходить у лабільний стан, стає чутливим до оновлення, що створює можливість послаблення або зміни його емоційного впливу перед повторною стабілізацією (Astill Wright et al., 2021; Chen et al., 2025; Kindt & Van Emmerik, 2016; Nader et al., 2013). Ключовим компонентом такого процесу є розбіжність між очікуваннями щодо події та її фактичним перебігом та наявність коригувального емоційного досвіду (Astill Wright et al., 2021; Lane et al., 2015; Rubinstein et al., 2025). У процесі повторної стабілізації пам'яті відбувається оновлення семантичних структур, способів інтерпретації досвіду та емоційного реагування (Ryan et al., 2008; Soeter & Kindt, 2013).

Попри значний обсяг сучасних досліджень реконсолідації пам'яті, механізми її реалізації в психотерапевтичному процесі залишаються предметом активного наукового обговорення, проте наявні дані дозволяють розглядати цей феномен як перспективну теоретичну основу для пояснення терапевтичних змін.

Таким чином, сучасні уявлення про емоційний досвід, функціонування пам'яті та механізми її реконсолідації створюють теоретичні передумови для розгляду психотерапії як процесу трансформації імпліцитних емоційних патернів, систем значень та способів регуляції, що лежать в основі трансгенераційного досвіду. Це створює підґрунтя для побудови моделі реорганізації емоційного трансгенераційного досвіду в процесі позитивної психотерапії.

Метою статті є розробка моделі реорганізації емоційного трансгенераційного досвіду та визначення психологічних механізмів, що забезпечують відповідні терапевтичні зміни.

Метою статті є теоретичне обґрунтування моделі психотерапевтичної реорганізації емоційного трансгенераційного досвіду, побудованої на основі п'ятистадійної моделі позитивної психотерапії та інтеграції сучасних уявлень про міжпоколінну передачу досвіду, функціонування пам'яті й механізми психотерапевтичних змін.

Виклад основного матеріалу дослідження.

У межах даного дослідження трансгенераційний досвід розглядається як багаторівнева система психічної регуляції індивіда, сформована під впливом досвіду попередніх поколінь у контексті сімейних і соціокультур-

них взаємодій, яка включає тілесні, афективні, когнітивні та семантичні компоненти й проявляється у вигляді очікувань, емоційних патернів та моделей взаємодії зі світом.

Форма передачі трансгенераційного досвіду залежить від ступеня його інтеграції і відбувається як прямим (нарративним) шляхом через мову та сімейні наративи, так і імпліцитно у вигляді неусвідомлюваних очікувань, автоматизованих емоційних реакцій і поведінкових сценаріїв, які не пов'язуються суб'єктом з їхнім міжпоколінним походженням (Арргеу, 2016). У сукупності ці механізми зумовлюють те, що трансгенераційний досвід може зберігатися як у формі експліцитного знання про травматичні події, так і у вигляді імпліцитних форм емоційного та поведінкового реагування, а взаємодія семантичної, імпліцитної та автобіографічної систем пам'яті розглядається як ключовий механізм формування та підтримки трансгенераційного досвіду.

На семантичному рівні пам'яті трансгенераційний досвід проявляється у вигляді правил, концепцій та норм, що передаються через систему виховання, соціальні та сімейні наративи і регулюють способи інтерпретації досвіду та реагування на життєві події. На рівні недекларативної (імпліцитної) пам'яті фіксуються афективні реакції, поведінкові патерни, які формуються у процесі взаємодії з батьківськими фігурами та сімейним середовищем, без необхідності їх усвідомленого вербалізованого відтворення та переважно поза межами свідомого контролю. На епізодично-

му та автобіографічному рівнях забезпечується включення трансгенераційного досвіду в особистий досвід індивіда, зокрема через переживання власних зустрічей із сімейними, культурними та суспільними історіями, їх емоційне осмислення та інтеграцію в власний наратив.

При роботі з трансгенераційним досвідом слід зауважити, що доступ до механізму реконсолідації пам'яті може ускладнюватися через відсутність або недостатню сформованість епізодичного спогаду. За таких умов психотерапевтична робота спрямовується на поступову актуалізацію та осмислення афективних реакцій, тілесних переживань, сімейних наративів і моделей емоційного реагування, пов'язаних із досвідом попередніх поколінь. Це створює умови для формування нових способів інтерпретації й переживання досвіду та подальшого оновлення імпліцитних структур пам'яті.

Вирішуючи завдання пошуку психотерапевтичного підходу, який має потенціал для вирішення проблеми реорганізації емоційного трансгенераційного досвіду, особливу увагу привертає Позитивна та Транскультуральна психотерапія (ППТ за Пезешкіаном, з 1977 р.).

У своїй методології цей психотерапевтичний підхід базується на гуманістичній та психодинамічній теоріях, що дозволило поєднати психодинамічний підхід до конфліктів і глибинних причин їх виникнення з урахуванням впливу соціального та культурального кон-

текстів. Таке поєднання сприяє формуванню цілісного бачення людини, інтеграції особистісного, сімейного та культурного досвіду в психотерапевтичний процес. Це дозволяє комплексно дослідити міжпоколінні патерни та створити умови для розширення способів адаптації.

Позитивна та Транскультуральна психотерапія орієнтована на роботу з різними рівнями досвіду. Зокрема, вона спрямована на імпліцитний рівень, де первинні актуальні здібності відображають глибинні емоційні потреби індивіда, а також на семантичний рівень, на якому відбувається концептуалізація та осмислення вторинних актуальних здібностей як ціннісних орієнтирів. Ці здібності, разом із базовими концепціями та системами актуального, базового й внутрішніх конфліктів, пред'явлені у вигляді семантичних структур пам'яті. Вони виконують функцію узагальнених правил та очікувань, за допомогою яких індивід інтерпретує тілесне збудження, емоційні сигнали та міжособистісні події (Werringloer, 2023). Ці структури значною мірою формуються під впливом сімейного досвіду (Ciesielski et al., 2026; Peseschkian & Remmers, 2020). Додатковим чинником, здатним впливати на формування таких структур, є травматичний досвід. Він може змінювати систему значень, очікувань і способів психічної регуляції, що, своєю чергою, відображається на особливостях міжпоколінної комунікації та формуванні первинно-

го емоційного досвіду дитини на ранніх етапах розвитку (Remmers, 2023).

Практична реалізація психотерапевтичних змін у позитивній психотерапії здійснюється за допомогою напівструктурованої п'ятистадійної моделі терапевтичного процесу, яка включає стадії спостереження, інвентаризації, ситуативного підбадьорення, вербалізації та розширення цілей. Кожна стадія п'ятистадійної моделі має свої специфічні цілі та завдання, послідовно розгортаючи терапевтичний процес. При цьому результати попередньої стадії стають основою для реалізації наступної, завдяки чому створюються умови для послідовних трансформацій (Ciesielski et al., 2026).

Спираючись на сталу структуру терапевтичного процесу в позитивній психотерапії, нами було переосмислено зміст кожної з його стадій через призму реорганізації емоційного трансгенераційного досвіду. На цій основі запропоновано модель, яка інтегрує сучасні уявлення про реконсолідацію пам'яті з механізмами психотерапевтичних змін, описаними в позитивній психотерапії. Психотерапевтична реорганізація трансгенераційного досвіду розглядається нами як послідовність взаємопов'язаних стадій, у межах яких терапевтичні зміни забезпечуються реактивацією емоційно значущих схем, виникненням коригувального емоційного досвіду, переосмисленням систем значень та подальшою інтеграцією оновлених способів переживання і психічної регуляції. Запропонована модель

дозволяє описати психологічні механізми трансформації емоційного трансгенераційного досвіду в процесі позитивної психотерапії.

На стадії спостереження виконується завдання актуалізації імпліцитних емоційних патернів, пов'язаних із трансгенераційним досвідом. У терапевтичному процесі вони можуть проявлятися через повторювані афективні реакції, тілесні переживання, міжособистісні сценарії або фрагментарні сімейні наративи, що не мають достатньої символічної інтеграції. Реактивація такого матеріалу переводить неявні форми емоційного навчання у більш доступний для усвідомлення рівень переживання та створює умови для подальшої роботи (Ecker & Bridges, 2020).

На стадії інвентаризації відбувається систематизація доступної інформації про міжпоколінну історію, формується первинна наративна та емоційна репрезентація цього досвіду. Йдеться не лише про реконструкцію сімейної історії, а й про поступове встановлення зв'язків між актуальними переживаннями клієнта, міжпоколінними моделями реагування та їх особистісним значенням. Це створює передумови для переходу від фрагментованого переживання до більш інтегрованого осмислення і диференціації власного досвіду клієнта від досвіду попередніх поколінь та дозволяє сформулювати базовий трансгенераційний конфлікт (Lytvynenko & Tereshchenko, 2024).

Наступним етапом є стадія ситуативного підбадьорення, на якій відбувається вияв-

лення ресурсних компонентів трансгенераційного досвіду, адаптивних стратегій подолання, культурних цінностей, що передаються між поколіннями. У межах позитивної психотерапії на цьому етапі також здійснюється аналіз актуальних здібностей, залучених до базового трансгенераційного конфлікту, та формування позитивної інтерпретації симптома, що створює умови для появи нової релевантної інформації, яка може змінювати емоційне значення успадкованого досвіду та сприяти його подальшій інтеграції. Це принципово важливо для розгляду трансгенераційного досвіду не лише як джерела дистресу, але і як потенційного ресурсу психологічної стійкості.

Завдання реорганізації емоційних і семантичних структур через новий коригувальний емоційний досвід вирішується на стадії вербалізації. У безпечному терапевтичному контексті клієнт отримує можливість пережити афективні стани, пов'язані з усталеними міжпоколінними моделями реагування, в умовах, які не підтверджують попередніх очікувань небезпеки, відкидання чи безпорадності. Саме така невідповідність між автоматизованими емоційними схемами та новим досвідом створює умови для їх оновлення та формування більш адаптивних способів емоційної регуляції. При цьому афективний досвід набуває символічного оформлення через вербалізацію переживань, що дозволяє інтегрувати раніше неусвідомлювані аспекти сімейної історії в цілісне розуміння власного досвіду. Вер-

балізація сприяє зв'язуванню афективних і когнітивних компонентів досвіду, інтеграції фрагментованих уявлень і фантазій у більш цілісну семантичну структуру. На цій стадії створюються передумови для ослаблення механізмів імпліцитної міжпоколінної передачі досвіду (Huang et al., 2016; Nakamura & Iwakabe, 2018; Whiting et al., 2025).

Стадія розширення цілей є завершальним етапом, який пов'язаний з інтеграцією оновленого досвіду у систему особистісної ідентичності, міжособистісної взаємодії та саморегуляції. Стійкість терапевтичних змін забезпечується не самим фактом нового переживання, а його поступовою стабілізацією через повторюваний досвід застосування нових способів реагування у терапевтичному та повсякденному контексті (Ecker & Vaz, 2022; Isobel et al., 2019).

Таким чином, у межах позитивної психотерапії реорганізація емоційного трансгенераційного досвіду може бути описана як послідовний стадійний процес, результатом якого виступає не лише зниження психологічного дистресу, але й формування більш адаптивних способів емоційної регуляції, саморозуміння та психологічної стійкості особистості.

Висновки і перспективи подальших досліджень.

Проведений теоретичний аналіз засвідчив доцільність розгляду емоційного трансгенераційного досвіду як цілісного психологіч-

ного феномена, що поєднує міжпоколінно передані способи емоційного реагування, осмислення досвіду та психічної регуляції. Показано, що психотерапевтичні зміни при роботі з трансгенераційним досвідом пов'язані не лише з усвідомленням сімейної історії, а й з реорганізацією емоційного досвіду через інтеграцію імпліцитних схем у систему усвідомлених значень та особистісного нарративу.

На основі інтеграції концепції реконсолідації пам'яті та п'ятистадійної моделі позитивної психотерапії запропоновано модель психотерапевтичної реорганізації емоційного трансгенераційного досвіду. У межах запропонованого підходу психотерапевтичні зміни розглядаються як процес трансформації успадкованих способів емоційного реагування, інтерпретації досвіду та психічної регуляції, що забезпечує перехід від неусвідомлюваного відтворення міжпоколінних патернів до їх усвідомленого переосмислення та інтеграції, що дозволяє розглядати трансгенераційний досвід не лише як джерело психологічної вразливості, а й як потенційний ресурс адаптації та психологічної стійкості.

Практичне значення запропонованої моделі полягає у можливості її використання як теоретико-методологічної основи для розроблення психотерапевтичних програм підтримки. Перспективним напрямом подальших досліджень є емпірична перевірка запропонованої моделі та вивчення особливостей реорганізації емоційного трансгенераційного

досвіду в різних психотерапевтичних і культурних контекстах.

References :

- Apprey, M. (2016). Representing, theorizing, and reconfiguring the concept of transgenerational haunting in order to facilitate healing. In S. Grand & J. Salberg (Eds.), *Transgenerational trauma and the other: Dialogues across history and difference* (pp. 16–37). Routledge
- Astill Wright, L., Horstmann, L., Holmes, E. A., & Bisson, J. I. (2021). Consolidation/reconsolidation therapies for the prevention and treatment of PTSD and re-experiencing: A systematic review and meta-analysis. *Translational Psychiatry*, 11(1), Article 453. <https://doi.org/10.1038/s41398-021-01570-w>
- Bakó, T., & Zana, K. (2018). The vehicle of transgenerational trauma: The transgenerational atmosphere. *American Imago*, 75(2), 271–285. <https://doi.org/10.1353/aim.2018.0013>
- Barrett, L. F., Atzil, S., Bliss-Moreau, E., Chanes, L., Gendron, M., Hoemann, K., Katsumi, Y., Kleckner, I. R., Lindquist, K. A., Quigley, K. S., Satpute, A. B., Sennesh, E., Shaffer, C., Theriault, J. E., Tugade, M., & Westlin, C. (2025). The theory of constructed emotion: More than a feeling. *Perspectives on Psychological Science*, 20(3), 392–420. <https://doi.org/10.1177/17456916251319045>
- Békés, V., & Starrs, C. J. (2025). Transgenerational trauma: Perceived parental style, children's adaptational efforts, and mental health outcomes in second generation and third generation Holocaust offspring in Hungary. *American Journal of Orthopsychiatry*, 95(1), 12–22. <https://doi.org/10.1037/ort0000758>
- Bowe, C., Thomas, C., & Mackey, P. (2025). Perspective to practice: Theoretical frameworks explaining intergenerational trauma, violence, and maltreatment and implications for the therapeutic response. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 22(3), Article 321. <https://doi.org/10.3390/ijerph22030321>
- Cacace, A., & Summers, S. J. (2025). Intergenerational trauma in phenomenological research—A systematic review. *Journal of Loss and Trauma*, 30(8), 1134–1169. <https://doi.org/10.1080/15325024.2025.2490917>
- Ciesielski, R., Białek, O., Badecka, P., Ciesielska, Ż. (2026). *Psychotherapy without borders: Positive and transcultural psychotherapy theory and clinical applications* (Vol. 3). WAPP Press.
- Chen, J., Fang, Z., Zhang, X., Zheng, Y., & Chen, Z. (2025). How fear memory is updated: From reconsolidation to extinction? *Neuroscience Bulletin*, 41(7), 1054–1084. <https://doi.org/10.1007/s12264-025-01367-7>
- Connolly, A. (2011). Healing the wounds of our fathers: Intergenerational trauma, memory, symbolization, and narrative. *Journal of Analytical Psychology*, 56(5), 607–626. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9566.2011.01911.x>

- doi.org/10.1111/j.1468-5922.2011.01936.x
- Ecker, B., & Bridges, S. K. (2020). How the science of memory reconsolidation advances the effectiveness and unification of psychotherapy. *Clinical Social Work Journal*, 48(3), 287–300. <https://doi.org/10.1007/s10615-020-00754-z>
- Ecker, B., & Vaz, A. (2022). Memory reconsolidation and the crisis of mechanism in psychotherapy. *New Ideas in Psychology*, 66, Article 100945. <https://doi.org/10.1016/j.newideapsych.2022.100945>
- Fossion, P., Leys, C., Vandeleur, C., Kempenaers, C., Braun, S., Verbanck, P., & Linkowski, P. (2015). Transgenerational transmission of trauma in families of Holocaust survivors: The consequences of extreme family functioning on resilience, sense of coherence, anxiety and depression. *Journal of Affective Disorders*, 171, 48–53. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2014.08.054>
- Frijda, N. H. (2009). Emotion experience and its varieties. *Emotion Review*, 1(3), 264–271. <https://doi.org/10.1177/1754073909103595>
- Hanna, D., Dempster, M., Dyer, K., Lyons, E., & Devaney, L. (2012). *Young people's transgenerational issues in Northern Ireland: A report for the Commission for Victims and Survivors (CVSN)*. School of Psychology, Queen's University Belfast.
- Huang, T., Hill, C. E., Strauss, N., Heyman, M., & Hussain, M. (2016). Corrective relational experiences in psychodynamic-interpersonal psychotherapy: Antecedents, types, and consequences. *Journal of Counseling Psychology*, 63(2), 183–197. <https://doi.org/10.1037/cou0000132>
- Isobel, S., Goodyear, M., Furness, T., & Foster, K. (2019). Preventing intergenerational trauma transmission: A critical interpretive synthesis. *Journal of Clinical Nursing*, 28(7–8), 1100–1113. <https://doi.org/10.1111/jocn.14735>
- Kellermann, N. P. F. (2001). The long-term psychological effects and treatment of Holocaust trauma. *Journal of Loss and Trauma*, 6(3), 197–218. <https://doi.org/10.1080/108114401753201660>
- Kindt, M., & Van Emmerik, A. A. P. (2016). New avenues for treating emotional memory disorders: Towards a reconsolidation intervention for posttraumatic stress disorder. *Therapeutic Advances in Psychopharmacology*, 6(4), 283–295. <https://doi.org/10.1177/2045125316644541>
- Lane, R. D., Ryan, L., Nadel, L., & Greenberg, L. S. (2015). Memory reconsolidation, emotional arousal, and the process of change in psychotherapy: New insights from brain science. *Behavioral and Brain Sciences*, 38, Article e1. <https://doi.org/10.1017/S0140525X14000041>
- Lytvynenko, O., & Tereshchenko, O. (2024). Working with transgenerational trauma in Positive and Transcultural Psychotherapy. *The Global Psychotherapist*, 4(2), 62–67. <https://doi.org/10.52982/lkj234>
- Nader, K., Hardt, O., & Lanius, R. (2013). Memory as a new therapeutic target. *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 15(4), 475–486. <https://doi.org/10.31887/DCNS.2013.15.4/knader>
- Nakamura, K., & Iwakabe, S. (2018). Corrective emotional experience in an integrative affect-focused therapy: Building a preliminary model using task analysis. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 25(2), 322–337. <https://doi.org/10.1002/cpp.2150>
- Neisser, U. (1997). The roots of self: The typical development of autobiographical memory. In U. Neisser & R. Fivush (Eds.), *The remembering self: Construction and accuracy in the self-narrative* (pp. 1–18). Cambridge University Press.
- Oren, G., Shoshani, A., Samra, N., Verbeke, W., Vrticka, P., Aisnberg-Shafran, D., & Ein-Dor, T. (2025). From trauma to resilience: Psychological and epigenetic adaptations in the third generation of Holocaust survivors. *Scientific Reports*, 15, Article 19015. <https://doi.org/10.1038/s41598-025-12085-5>
- Peseschkian, H., & Remmers, A. (2020). Positive psychotherapy: An introduction. In E. Messias, H. Peseschkian, & C. Cagande (Eds.), *Positive psychiatry, psychotherapy and psychology* (pp. 11–32). Springer. <https://doi.org/10.1007/978-3-030-33264-8>
- Praško, J., Vaněk, J., Hodný, F., Krone, I., Burkauskas, J., Gečaitė-Stončienė, J., Ābeltiņa, M., Juškienė, A., Začková, M., Bite, I., Šlepecký, M., Pásztor, J., Doubek, P., & Ocisková, M. (2025). Transgenerational trauma and schema therapy: Imagery re-scripting and chairwork in practice. *Neuroendocrinology Letters*, 46(2), 96–106.
- Remmers, A. (2023). Attachment, trauma, and ways to inner confidence in positive psychodynamic therapy. *The Global Psychotherapist*, 3(2), 70–75. <https://doi.org/10.52982/lkj200>
- Rubinstein, D., Abargil, M., Duck, O., & Harpaz-Rotem, I. (2025). RE-SET post-traumatic stress disorder: Clinical protocol integrating reconsolidation, exposure, short-term emotional transformation. *European Journal of Psychotraumatology*, 16(1), Article 2540141. <https://doi.org/10.1080/20008066.2025.2540141>
- Ryan, L., Cox, C., Hayes, S. M., & Nadel, L. (2008). Hippocampal activation during episodic and semantic memory retrieval: Comparing category production and category cued recall. *Neuropsychologia*, 46(8), 2109–2121. <https://doi.org/10.1016/j.neuropsychologia.2008.02.030>
- Schacter, D. L., Chiu, C. Y. P., & Ochsner, K. N. (1993). Implicit memory: A selective review. *Annual Review of Neuroscience*, 16, 159–182. <https://doi.org/10.1146/annurev.ne.16.030193.001111>
- Soeter, M., & Kindt, M. (2013). High trait anxiety: A challenge for disrupting fear memory reconsolidation. *PLoS ONE*, 8(11), Article e75239. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0075239>
- Starrs, C. J., & Békés, V. (2025). Historical intergenerational trauma transmission model: A comprehensive framework of family and

- offspring processes of transgenerational trauma. *Traumatology*, 31(2), 243–251. <https://doi.org/10.1037/trm0000505>
- Subic-Wrana, C., Greenberg, L. S., Lane, R. D., Michal, M., Wiltink, J., & Beutel, M. E. (2016). Affective change in psychodynamic psychotherapy: Theoretical models and clinical approaches to changing emotions. *Zeitschrift für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie*, 62(3), 207–223. <https://doi.org/10.13109/zptm.2016.62.3.207>
- Tulving, E. (2002). Episodic memory: From mind to brain. *Annual Review of Psychology*, 53, 1–25. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.53.100901.135114>
- Weingarten, K. (2004). Witnessing the effects of political violence in families: Mechanisms of intergenerational transmission and clinical interventions. *Journal of Marital and Family Therapy*, 30(1), 45–59. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2004.tb01221.x>
- Werringloer, R.-C. (2023). Operationalizing and visualizing psychodynamics in Positive Psychotherapy (PPT). *The Global Psychotherapist*, 3(2), 76–88. <https://doi.org/10.52982/lkj201>
- Whiting, J. B., Fife, S. T., Davis, S. D., Ogles, B. M., & Bailey, R. J. (2025). Corrective experiencing as a common factor in couple therapy: Creating new and positive emotions in relationships. *Family Process*, 64(4), Article e70087. <https://doi.org/10.1111/famp.70087>
- Wilson-Mendenhall, C. D., Barrett, L. F., & Barsalou, L. W. (2013). Situating emotional experience. *Frontiers in Human Neuroscience*, 7, Article 764. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2013.00764>

Olha Tereshchenko

PhD Student, Department of General and Differential Psychology, South Ukrainian National Pedagogical University named after K. D. Ushynsky, Odesa, Ukraine

A MODEL OF PSYCHOTHERAPEUTIC REORGANIZATION OF EMOTIONAL TRANSGENERATIONAL EXPERIENCE IN THE PROCESS OF POSITIVE AND TRANSCULTURAL PSYCHOTHERAPY

ABSTRACT

Background. Contemporary research on transgenerational transmission increasingly demonstrates that emotional experiences inherited across generations influence emotion regulation, identity formation, interpersonal functioning, and psychological adaptation. However, most theoretical and empirical studies primarily conceptualize transgenerational transmission through the lens of trauma, emphasizing psychopathology and vulnerability. Such an approach overlooks the adaptive and resilience-promoting

resources embedded within family and cultural histories. At the same time, advances in memory reconsolidation theory and contemporary models of emotional processing provide new opportunities for explaining psychotherapeutic change. Despite these developments, an integrative theoretical model describing how emotional transgenerational experience can be reorganized during psychotherapy remains insufficiently developed.

Objective. The study aimed to develop a theoretical model of the psychotherapeutic reorganization of emotional transgenerational experience within the framework of Positive and Transcultural Psychotherapy by integrating contemporary concepts of intergenerational transmission, memory functioning, and memory reconsolidation mechanisms.

Methods. The study employed a theoretical and methodological design based on integrative conceptual analysis. Contemporary literature on transgenerational transmission, constructive theories of emotion, declarative and implicit memory systems, memory reconsolidation, and Positive and Transcultural Psychotherapy was systematically synthesized. Conceptual modeling was applied to integrate these theoretical perspectives into a unified psychotherapeutic framework. The proposed model was constructed around the five-stage therapeutic process of Positive Psychotherapy and interpreted through the mechanisms of emotional memory updating and psychological regulation.

Results. An integrative model of psychotherapeutic reorganization of emotional transgenerational experience was developed. The model conceptualizes psychotherapy as a sequential process involving activation of implicit intergenerational emotional patterns, narrative reconstruction of family experience, identification of adaptive transgenerational resources, corrective emotional experience, symbolic integration, and consolidation of more adaptive forms of emotional self-regulation. The proposed framework explains psychotherapeutic change as the interaction between implicit emotional memory, autobiographical integration, semantic restructuring, and memory reconsolidation. Unlike trauma-centered approaches, the model conceptualizes transgenerational experience as a multidimensional construct incorporating both inherited vulnerabilities and resilience resources, thereby expanding theoretical

cal understanding of psychological adaptation across generations.

Conclusions. The proposed model provides a theoretically grounded explanation of the psychological mechanisms underlying the transformation of emotional transgenerational experience during psychotherapy. Integrating Positive and Transcultural Psychotherapy with contemporary memory reconsolidation theory broadens existing conceptualizations of psychotherapeutic change by emphasizing both the reduction of maladaptive emotional patterns and the activation of intergenerational adaptive resources. The model establishes a theoretical foundation for future empirical investigations and may facilitate the development of evidence-informed psychotherapeutic interventions aimed at enhancing emotional regulation, psychological resilience, and long-term psychological adaptation among individuals experiencing transgenerational emotional difficulties.

Keywords: transgenerational experience; Positive and Transcultural Psychotherapy; memory reconsolidation; emotional regulation; intergenerational transmission; psychological adaptation; resilience; psychotherapeutic change.

Терещенко Ольга Олегівна

Аспірантка кафедри загальної та диференціальної психології Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К. Д. Ушинського, м. Одеса (Україна)

МОДЕЛЬ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНОЇ РЕОРГАНІЗАЦІЇ ЕМОЦІЙНОГО ТРАНСГЕНЕРАЦІЙНОГО ДОСВІДУ В ПРОЦЕСІ ПОЗИТИВНОЇ ПСИХОТЕРАПІЇ

АНОТАЦІЯ

Актуальність. Сучасні дослідження трансгенераційної передачі дедалі частіше засвідчують, що емоційний досвід, успадкований між поколіннями, впливає на емоційну регуляцію, формування ідентичності, міжособистісне функціонування та психологічну адаптацію особистості. Водночас більшість теоретичних і емпіричних праць розглядає трансгенераційну передачу переважно крізь призму травми, акцентуючи увагу на психопатології та вразливості. Такий підхід недостатньо враховує адаптаційні ресурси та чинники життєстійкості, закладені в сімейній і культурній історії. Од-

ночасно розвиток теорії реконсолідації пам'яті та сучасних моделей емоційного опрацювання створює нові можливості для пояснення психотерапевтичних змін. Попри це, інтегративна теоретична модель, яка б описувала, яким чином емоційний трансгенераційний досвід може бути реорганізований у процесі психотерапії, залишається недостатньо розробленою.

Мета. Розробити теоретичну модель психотерапевтичної реорганізації емоційного трансгенераційного досвіду в межах Позитивної та Транскультуральної психотерапії шляхом інтеграції сучасних уявлень про міжпоколінну передачу досвіду, функціонування пам'яті та механізми реконсолідації пам'яті.

Методи. Дослідження виконано в межах теоретико-методологічного дизайну на основі інтегративного концептуального аналізу. Було систематизовано сучасні наукові підходи до трансгенераційної передачі досвіду, конструктивістських теорій емоцій, декларативних та імпліцитних систем пам'яті, реконсолідації пам'яті, а також теоретичних положень Позитивної та Транскультуральної психотерапії. Для поєднання цих підходів у єдину психотерапевтичну рамку застосовано концептуальне моделювання. Запропонована модель побудована навколо п'ятистадійного терапевтичного процесу Позитивної психотерапії та інтерпретована крізь механізми оновлення емоційної пам'яті й психічної регуляції.

Результати. Розроблено інтегративну модель психотерапевтичної реорганізації емоційного трансгенераційного досвіду. У моделі психотерапія розглядається як послідовний процес, що включає актуалізацію імпліцитних міжпоколінних емоційних патернів, нарративну реконструкцію сімейного досвіду, виявлення адаптивних трансгенераційних ресурсів, коригувальний емоційний досвід, символічну інтеграцію та закріплення більш адаптивних форм емоційної саморегуляції. Запропонований підхід пояснює психотерапевтичні зміни як взаємодію імпліцитної емоційної пам'яті, автобіографічної інтеграції, семантичної реструктуризації та реконсолідації пам'яті. На відміну від травмоцентричних підходів, модель розглядає трансгенераційний досвід як багатовимірний конструкт, що включає не лише успадковані вразливості, а й ресурси життєстійко-

сті, розширюючи тим самим теоретичне розуміння психологічної адаптації між поколіннями.

Висновки. Запропонована модель надає теоретично обґрунтоване пояснення психологічних механізмів трансформації емоційного трансгенераційного досвіду в процесі психотерапії. Інтеграція Позитивної та Транскультуральної психотерапії із сучасною теорією реконсолідації пам'яті розширює наявні уявлення про психотерапевтичні зміни, акцентуючи не лише зниження дезадаптивних емоційних патернів, а й актуалізацію міжпоколінних адаптаційних ресурсів. Модель створює теоретичне підґрунтя для подальших емпіричних досліджень і може бути використана для розроблення психотерапевтичних інтервенцій, спрямованих на покращення емоційної регуляції, психологічної стійкості та довготривалої психологічної адаптації осіб із трансгенераційними емоційними труднощами.

Ключові слова: трансгенераційний досвід; Позитивна та Транскультуральна психотерапія; реконсолідація пам'яті; емоційна регуляція; міжпоколінна передача; психологічна адаптація; життєстійкість; психотерапевтичні зміни.

How to cite (як цитувати):

Tereshchenko , O. A MODEL OF PSYCHOTHERAPEUTIC REORGANIZATION OF EMOTIONAL TRANSGENERATIONAL EXPERIENCE IN THE PROCESS OF POSITIVE AND TRANSCULTURAL PSYCHOTHERAPY. *PSYCHOLOGICAL JOURNAL*, 12(4), 75–85. <https://doi.org/10.31108/1.2026.12.4.6> [in Ukrainian]

Терещенко , О. МОДЕЛЬ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНОЇ РЕОРГАНІЗАЦІЇ ЕМОЦІЙНОГО ТРАНСГЕНЕРАЦІЙНОГО ДОСВІДУ В ПРОЦЕСІ ПОЗИТИВНОЇ ПСИХОТЕРАПІЇ . *ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЧАСОПИС*, 12(4), 75–85. <https://doi.org/10.31108/1.2026.12.4.6>

Дата отримання статті: 07.02.2026

Дата рекомендації до друку: 21.04.2026

Дата оприлюднення: 30.04.2026