

ЧОМУ ЛЮДИ ОБИРАЮТЬ АСТРОЛОГІВ ЗАМІСТЬ ПСИХОЛОГІВ І ЧОМУ ЦЕРКВА, ОБРЯДИ, ЗАБОБОНИ, ТАРО, АСТРОЛОГІЯ ТА ІНШІ ПРАКТИКИ НЕ ПРАЦЮЮТЬ

WHY PEOPLE CHOOSE ASTROLOGERS INSTEAD OF PSYCHOLOGISTS AND WHY CHURCH, RITUALS, SUPERSTITIONS, TAROT, ASTROLOGY, AND OTHER PRACTICES DO NOT WORK

Стаття присвячена дослідженню причин, чому люди обирають астрологів замість психологів та чому альтернативні практики, такі як церква, обряди, суєвіря, таро та астрологія, не дають сталих результатів у вирішенні життєвих проблем. В роботі розглянуто соціально-психологічні аспекти вибору людей на користь астрологічних та езотеричних практик, навіть коли є доступ до більш науково обґрунтованих методів, таких як психологічна допомога.

У статті аналізуються фактори, які ведуть до популяризації астрології та подібних практик, серед яких – пошук швидких рішень, потреба в підтвердженні своїх переконань і страх перед непередбачуваністю майбутнього. Окремо розглядається роль медіа та соціальних мереж у поширенні таких практик серед широких мас. Автор досліджує, чому для багатьох людей звернення до астрологів або до релігійних та езотеричних практик здається легшим варіантом, ніж звернення до психологів, незважаючи на науково доведену ефективність психотерапії.

Особлива увага приділяється аналізу психологічних аспектів, зокрема тому, що люди часто шукають “швидкі” та “прості” способи вирішення проблем, не усвідомлюючи складність і багатогранність людської психіки. В статті також розглядаються обмеження та недоліки альтернативних практик, таких як астрологія та таро, в контексті їх здатності реально впливати на внутрішній стан людини або на зміни в її житті.

У статті також розглядається проблема спрощення людських проблем та емоційного стану через альтернативні практики. Астрологія, таро та інші езотеричні методи часто дають дуже загальні або універсальні поради, які можуть здаватися правильними або підходити на перший погляд, але не допомагають людині знайти реальне рішення для своїх проблем. Це стає особливо очевидним, коли люди повертаються до тих самих практик знову і знову, не отримуючи довготривалих змін або результатів.

Ключові слова: астрологія, психологія, особистість, самопізнання, мотивація, пове-

дінка, науковий підхід, езотерика, ефект плацебо.

The article is dedicated to exploring the reasons why people choose astrologers over psychologists and why alternative practices such as church rituals, superstitions, tarot, and astrology do not provide sustainable results in solving life problems. The paper examines the socio-psychological aspects of people's choice in favor of astrological and esoteric practices, even when more scientifically grounded methods, such as psychological help, are available.

The article analyzes the factors leading to the popularization of astrology and similar practices, including the search for quick solutions, the need for confirmation of personal beliefs, and the fear of an unpredictable future. The role of media and social networks in spreading these practices among the masses is also discussed. The author investigates why many people find turning to astrologers or religious and esoteric practices easier than seeking help from psychologists, despite the scientifically proven effectiveness of psychotherapy.

Particular attention is paid to analyzing psychological aspects, especially the tendency of people to seek “quick” and “simple” solutions to problems, without understanding the complexity and multi-dimensionality of the human psyche. The article also addresses the limitations and drawbacks of alternative practices, such as astrology and tarot, in terms of their ability to genuinely influence an individual's inner state or bring about lasting change in their life.

Furthermore, the article explores the issue of oversimplifying human problems and emotional states through alternative practices. Astrology, tarot, and other esoteric methods often provide general or universal advice that may seem correct or suitable at first glance but fails to help individuals find real solutions to their issues. This becomes especially evident when people repeatedly turn to the same practices, not achieving long-term changes or results.

Key words: astrology, psychology, personality, self-awareness, motivation, behavior, scientific approach, esotericism, placebo effect.

УДК 159.937:94:246.3:159.91
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2025.72.2.19>

Коляса К.В.

студентка

Одеський інститут Приватного акціонерного товариства «Вищий навчальний заклад «Міжрегіональна Академія управління персоналом»

Крюкова М.А.

к.психол.н., доцент,

доцент кафедри загальнонаукових, соціальних та поведінкових дисциплін
Одеський інститут Приватного акціонерного товариства «Вищий навчальний заклад «Міжрегіональна Академія управління персоналом»

Актуальність дослідження практик, які допомагають людині у вирішенні життєвих проблем, є надзвичайно високою в умовах сучасного суспільства. В умовах швидких змін і глобалізації, коли люди стикаються з різноманітними життєвими труднощами, все більше людей звертаються до нетрадиційних методів допомоги, таких як астрологія, таро, релігійні обряди та інші езотеричні практики. Це явище набуває все більшої популярності, оскільки люди шукають швидкі рішення своїх

проблем, іноді віддаючи перевагу таким методам замість науково обґрунтованих підходів, зокрема психологічної допомоги. Водночас, незважаючи на їх популярність, ці практики не дають стабільних і довгострокових результатів.

Згідно з дослідженнями сучасних психологів, доведено, що на мотивацію і вибір методів допомоги значною мірою впливають соціально-психологічні фактори, які впливають на життя особистості. Такими факторами є: економічна

нестабільність, проблеми зі здоров'ям, особистісні кризи, сімейні проблеми і тд.

Також ще однією важливою причиною популярності нетрадиційних шляхів вирішення проблем є соціальний та культурний вплив на суспільну думку. У багатьох культурах астрологія та релігійні обряди мають глибоке коріння і є частиною національних традицій. Люди часто звертаються до цих практик через соціальний тиск або сімейні традиції, не розуміючи, що вони не є дієвими інструментами для вирішення глибоких психічних або емоційних проблем. Це також підкріплюється тим, що серед певних соціальних груп існує популяризація астрології і таро через медіа та популярні культури, що формує позитивне ставлення до цих методів.

Тому сьогодні найбільшу роль в так званому просуванні таких шляхів вирішення проблем є соціальні мережі та інтернет, які сприяють поширенню езотеричних практик. Багато людей отримують інформацію про астрологію або ворожіння з Інтернету, навіть не обробляючи, не перевіряючи її достовірність та ефективність. Це створює своєрідну ілюзію доступності та ефективності цих практик, навіть якщо вони не мають наукового підґрунтя. І якщо про ці практики говорять лідери думок, до яких є певний рівень довіри, то це ще має вищу цінність. Це є ще однією важливою причиною, чому люди обирають ці методи замість звернення до професійних психологів.

Проте, незважаючи на популярність цих практик, вони не дають довгострокових результатів у вирішенні глибоких психологічних проблем. Наприклад, астрологія та таро не враховують індивідуальних особливостей людини, її особистісних проблем чи психічних розладів, що є вкрай важливим. Вони не дають можливості здійснити зміни в шаблонах мислення або поведінки, які можуть бути джерелом стресу чи тривоги. Ці практики можуть надати тимчасове полегшення, але не є ефективними в лікуванні психічних розладів або в роботі з емоціями.

Іншим важливим аспектом є соціальна стигматизація психологічної допомоги. У багатьох культурах існують стереотипи, які асоціюють психологів із негативними соціальними явищами, такими як психічні розлади або слабкість особистості. Люди часто бояться звертатися до психологів через можливість бути осудженими або неправильно зрозумілими оточуючими. Тому вони обирають альтернативні методи, які не пов'язані з соціальними стигмами, навіть якщо ці методи є менш ефективними.

Астрологія вже давно стала популярною серед широкого кола людей, які шукають відповіді на питання, що стосуються їхнього майбутнього, взаємин чи кар'єри. Зі зростанням економічної нестабільності, соціальних і політичних змін, астрологія набула нової популярності як спосіб забезпечення психологічного комфорту. Вона дає людям ілюзію контролю над ситуацією, пропонуючи відчуття,

що їхні проблеми можна вирішити через «вплив зірок».

Важливим аспектом є те, що астрологія спрощує світ, переводячи складні життєві питання в прості категорії «чорне/біле», «треба/не треба», «щасливий/нещасливий». Це дуже приваблює людей, які не готові до глибоких самопізнань або до того, щоб поринути у психологічні практики, що вимагають часу та зусиль [1, с. 86-90].

У сучасному західному світі, зокрема в європейських країнах та Сполучених Штатах Америки, астрологія продовжує залишатися надзвичайно популярним інструментом для прогнозування майбутнього. Вона набула статусу одного з найпоширеніших методів ворожіння в сучасну епоху. Попри те, що переважна частина населення цих країн ідентифікує себе з християнською традицією, велика кількість людей одночасно дотримується астрологічних переконань. Згідно з соціологічними даними, у США приблизно 40% громадян висловлюють віру в астрологію, у Франції – 53%, у Німеччині – 63%, а у Великій Британії – до 66%.

Астрологічна діяльність у США представлена великою кількістю практиків – понад 200 тисяч осіб, з яких близько 12 тисяч вважаються професіоналами. Щорічний фінансовий обіг цієї індустрії сягає сотень мільйонів доларів. Подібні тенденції спостерігаються й у Канаді, Великій Британії, Франції, Німеччині та ряді інших країн, де астрологічні послуги користуються сталим попитом серед населення (рис. 1) [2].

Сучасна практика астрології здебільшого зосереджена на складанні та інтерпретації гороскопів, що мають на меті передбачення подій у житті окремої особи. Основними структурними елементами гороскопу є знаки зодіаку та небесні тіла, зокрема планети, включаючи Сонце та Місяць, які також класифікуються як «планетарні впливи» у межах астрологічної традиції. Положення цих об'єктів у відповідних зодіакальних секторах визначається за допомогою спеціальних таблиць – ефемерид, які фіксують астрономічні координати небесних тіл на певну дату та час.

Особливе значення в астрологічному аналізі надається розташуванню Сонця у момент народження, що вважається головним чинником, який визначає зодіакальний знак індивіда. Застосування астрологічних методів не обмежується лише аналізом індивідуальних гороскопів. Астрологи також здійснюють спроби інтерпретувати «долю» цілих країн і народів, прогнозувати сприятливі періоди для ухвалення важливих рішень – зокрема у сфері подорожей, фінансових операцій, укладання шлюбів тощо.

Окремим напрямом є натальна астрологія, яка передбачає побудову індивідуальної карти народження з метою аналізу особистісних характеристик, потенціалу розвитку особи, імовірних життєвих подій та навіть гіпотетичного моменту смерті. Варто зазначити, що ці твердження не мають емпіричного підтвердження з боку наукової спільноти,

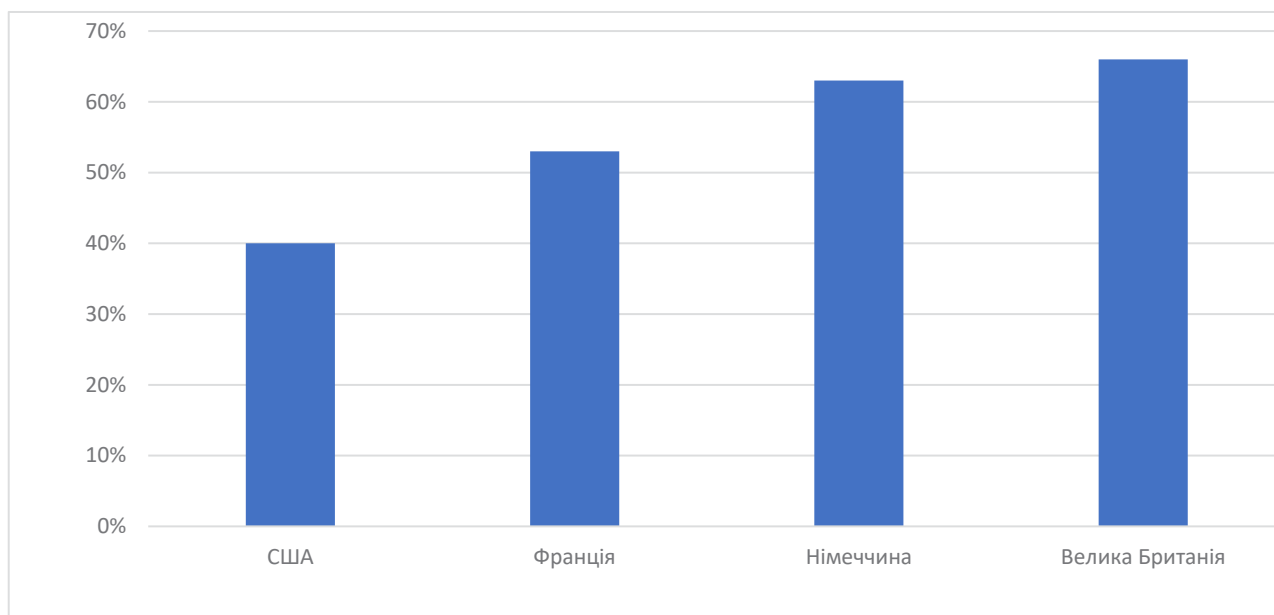


Рис. 1. Популярність астрології в різних країнах

однак зберігають популярність у певних культурних та соціальних контекстах [3, с. 112-114].

Психологічно астрологія дозволяє людині знизити рівень невизначеності та відчуття певної стабільності у своєму житті, оскільки надає ясність у питаннях, які можуть здаватися невизначеними або заплутаними.

Сучасна наука розглядає астрологію як псевдонауку, оскільки її принципи не мають наукового обґрунтування. Важливим аспектом наукового підходу є необхідність перевірки теорій на основі емпіричних даних. У випадку з астрологією, немає жодних доказів, що положення небесних тіл можуть безпосередньо впливати на події на Землі чи на психічний розвиток людини. Більш того, дослідження, що намагалися встановити кореляцію між астрологічними прогнозами та реальними подіями, не дали достовірних результатів. Різні наукові дослідження показали, що прогнози астрологів не мають кращої точності, ніж випадкові припущення.

З точки зору соціальної психології, астрологія також може бути пов'язана з бажанням людини знайти підтримку у складних життєвих ситуаціях або ж подолати відчуття безпорадності та тривоги, що виникають у періоди змін або невизначеності. Відомо, що люди, які перебувають у стресових ситуаціях, можуть бути більш схильні звертатися до астрології, оскільки вона обіцяє стабільність і передбачуваність.

Водночас, традиційна психологія, яка пропонує більш глибоке розуміння психічних процесів, здатна допомогти людині не лише знайти тимчасове полегшення, але й здійснити довготривалі зміни у психічному стані. Психотерапевтичні методи працюють на розпізнаванні і зміні деструктивних патернів поведінки, аналізі минулого дос-

віду та розвитку внутрішніх ресурсів людини. Проте, через необхідність часу та ресурсів, психологічна допомога інколи не є настільки популярною серед широкого загалу, особливо в порівнянні з альтернативними практиками, які здаються простими та доступними.

Звернення до релігійних обрядів і забобонів – це ще один важливий аспект, який суттєво впливає на вибір людиною способу вирішення своїх проблем. Багато людей, коли стикаються з труднощами в особистому житті або кризовими ситуаціями, шукають підтримки в релігійних практиках. Вони звертаються до церкви, проводять обряди або здійснюють молитви, сподіваючись на духовне очищення чи допомогу в подоланні труднощів.

Релігійні обряди часто дають людині відчуття безпеки, адже вони пропонують певний ритуал чи обов'язковий порядок, за яким потрібно діяти. Віра в надприродні сили може стати для людини своєрідним захистом від невизначеності та тривоги. Проте, попри свої позитивні емоційні ефекти, ці практики не вирішують реальних психологічних проблем. Вони можуть бути тимчасовим полегшенням, але не сприяють внутрішній трансформації особистості. Людина може залишатися в межах комфортних і знайомих обрядів, уникаючи реального вирішення своїх внутрішніх конфліктів, що є необхідним для психологічного зростання.

Крім того, релігійні практики часто не враховують індивідуальні особливості людини, що теж обмежує їхню ефективність. Вони можуть бути важливим інструментом для підтримки, однак для глибшої зміни ставлення до життя необхідно звертатися до професійної психологічної допомоги [4, с. 197-201].

Таро, ворожіння та інші езотеричні практики мають величезну популярність серед людей, які

шукають швидке вирішення своїх проблем. Особливо в ситуаціях, коли людині важко прийняти рішення або коли вона стикається з психологічними труднощами, практики, що обіцяють «відкриття правди» або «відгадування майбутнього», здаються чудовим способом отримати відповіді.

Психологічні причини звернення до ворожіння варто шукати в базових потребах людини – потребі в безпеці, передбачуваності, контролі над власною долею. Люди, які опиняються у кризових ситуаціях, часто шукають опору, відповіді або надію. В цьому контексті ворожіння пропонує символічну структуру, яка може створити ілюзію впорядкованого світу, де все має причину, наслідок і сенс. Відомий психолог Джером Брунер [5] зазначав, що наративна структура розповіді – зокрема тієї, яку формують ворожіння – допомагає людині осмислювати досвід і вписувати події у зрозумілий контекст.

Важливо розуміти, що ворожіння може виконувати функцію своєрідної психотерапевтичної підтримки, хоча й не має жодної методологічної основи, властивості професійній психології. Під час «сеансів» клієнт отримує можливість проговорити свої страхи, надії, бажання – що само по собі може мати тимчасовий заспокійливий ефект. Часто ті, хто практикує езотерику, неусвідомлено використовують психологічні техніки: активне слухання, рефреймінг, позитивне підкріплення. Саме це дозволяє їм утримувати довіру клієнтів і викликати відчуття допомоги.

Попри свою популярність, таро та подібні практики працюють на поверхневому рівні. Вони дають людині тимчасовий психологічний комфорт, але не надають реальних інструментів для вирішення глибоких емоційних чи життєвих труднощів. Ці методи можуть допомогти людині відволіктись від тривоги і зняти напругу, але вони не допомагають змінити внутрішні установки чи розуміння ситуації.

Таро та інші практики працюють за принципом ефекту плацебо, коли людина отримує тимчасове полегшення від хвилювань, але не вирішує глибоких причин своїх переживань.

Соціологічні дослідження демонструють, що зростання популярності езотеричних практик пов'язане також із розчаруванням у традиційних релігійних системах та наукових інституціях. У секуляризованому світі, де багато людей відірвані від релігійних структур, а медична й психологічна допомога залишається малодоступною або дороговартісною, езотерика здається «доступною альтернативою». Слід також зазначити значний вплив масової культури та соціальних мереж, де популяризуються астрологічні прогнози, таро-розклади, езотеричні поради, які приваблюють широкі аудиторії, особливо молодь.

У цьому контексті важливо підкреслити, що звернення до ворожіння та езотеричних практик не є свідченням «забобонності», а радше сигналом про потребу в емоційній підтримці, пошуку сенсу чи ідентичності. Проте такі підходи не здатні забезпечити стійке вирішення внутрішніх конфлік-

тів чи складних життєвих ситуацій. Ба більше, у деяких випадках надмірне захоплення ворожінням може призводити до формування залежної поведінки, уникнення відповідальності та перекладання важливих рішень на «вищі сили», що має деструктивний вплив на психічне здоров'я.

Психологія, на відміну від астрології чи релігійних обрядів, надає реальні інструменти для роботи з емоціями та зміни поведінки. Психологи допомагають людям зрозуміти, чому вони відчувають певні емоції, які чинники призводять до негативних реакцій та як можна змінити ці реакції. Процес психологічного самопізнання і трансформації є складним і тривалим, але саме він дає людині глибоке усвідомлення своїх проблем та шляхи їх подолання [6].

Психологія працює з реальними фактами та доказами, аналізуючи особистісні, соціальні й емоційні аспекти життя людини. Це дозволяє отримати стійкі та довгострокові результати. Крім того, психологія також враховує індивідуальні особливості людини, що є важливим аспектом для забезпечення ефективної допомоги.

Тому, попри те, що нетрадиційні практики можуть бути привабливими через їх швидкий ефект або ілюзію контролю, лише психологія дає людині можливість зробити глибокі зміни у своїй свідомості та поведінці. Психологічні методи сприяють не тільки усуненню симптомів, а й розвитку особистості, її здатності до адаптації в складних життєвих ситуаціях.

Сьогодні важливо усвідомлювати, що будь-яка проблема, з якою людина звертається до астролога чи іншого нетрадиційного практику, може бути вирішена лише через глибоку внутрішню роботу та зміну ставлення до життя. Психологія дає змогу вийти на новий рівень самопізнання та розвитку, на відміну від тимчасових ілюзій, які пропонують езотеричні практики.

Для ще більш детальнішого вивчення цього питання було проведено емпіричне дослідження, яке включало два основні етапи: опитування в соціальних мережах, де взяло участь 150 підписників, серед осіб віком від 18 до 45 років (різні соціальні групи, рівень освіти та професійна діяльність) і статистичний аналіз отриманих результатів.

Опитування містило 15 запитань, спрямованих на вивчення ставлення до астрології, релігійних обрядів і таро, а також на з'ясування причин звернення до цих практик замість психологічної допомоги. Запитання стосувались наступних аспектів – частота звернень, причини звернень, присутність звернень до психолога, причини відсутності психолога, ефективність астрології на життя, частота звернень до нетрадиційних практик під час стресу.

За результатами опитування, 63% респондентів вказали, що звертаються до астрологів або ворожок через відчуття невизначеності в житті та потребу отримати конкретні рекомендації щодо майбутнього. 27% респондентів зазначили, що

використовують астрологію як засіб зниження тривожності та стресу, у той час як 10% відповіли, що вони звертаються до цих практик через культурні традиції чи соціальний тиск (рис. 2).

Цікаво, що лише 37% респондентів коли-небудь зверталися до психолога, і з цієї кількості 42% зазначили, що не продовжили роботу з психологом через відсутність відчутного результату або довіри. Водночас 56% зізналися, що психологічна допомога їм не підходила через відсутність «швидких» результатів, тоді як астрологія чи релігійні обряди дають відчуття миттєвого полегшення.

Згідно з дослідженням, близько 45% респондентів вказали, що вони вірять у можливість астрології і навіть регулярно перевіряють свої гороскопи, що свідчить про глибокий інтерес до цієї практики. З релігійних обрядів найпопулярнішими є молитви (63%), обряди очищення (47%) і використання різноманітних амулетів та талісманів (35%).

Результати опитування та статистичні дані свідчать про те, що більшість людей використовує альтернативні практики через бажання отримати швидкі та зрозумілі рішення для своїх проблем. Психологія, у свою чергу, часто асоціюється з більш тривалим процесом, який потребує зусиль, а тому не є таким популярним вибором для тих, хто хоче миттєвих результатів.

Ці результати підтверджують гіпотезу, що популярність астрології та релігійних практик у сучасному суспільстві може бути пов'язана з бажанням людини отримати швидке полегшення без необхідності глибокого самопізнання або психотерапевтичної роботи. Однак ці практики не можуть дати людині необхідні інструменти для реального вирішення її проблем або розвитку особистісної стабільності. Психологія ж, у свою чергу, дає можливість для глибших змін і самопізнання, хоча і потребує більше часу та зусиль.

За результатами проведеного дослідження можна зробити кілька важливих висновків.

По-перше, більшість респондентів звертається до астрології, таро та релігійних обрядів через потребу отримати швидкі та конкретні відповіді на свої питання. 63% опитуваних зазначили, що використовують ці практики через невизначеність у житті та бажання отримати рекомендації щодо майбутнього. Така популярність нетрадиційних практик пояснюється тим, що вони дають миттєве полегшення, що вимагає меншого зусилля, ніж психологічна допомога.

З іншого боку, психологічна допомога виявляється менш популярною через тривалість і складність процесу. Лише 37% респондентів зверталися до психолога, з яких значна частина відмовилася від подальших консультацій через відсутність відчутного результату або довіри до процесу. Психологічна терапія часто асоціюється з довготривалим процесом, що потребує значних зусиль і самопізнання, що може відлякувати тих, хто шукає миттєвих результатів.

Ці результати підтверджують гіпотезу, що вибір на користь астрології та релігійних обрядів у сучасному суспільстві частково зумовлений прагненням до швидкого полегшення стресу або вирішення проблем. Водночас ці практики не здатні надати глибоких змін або тривалих рішень для внутрішніх проблем людини. Астрологія та таро можуть давати ілюзію контролю, але не забезпечують реального інструменту для самопізнання чи розвитку особистісної стабільності.

Отже, хоча нетрадиційні практики можуть приносити тимчасове полегшення, психологічна допомога є більш ефективним інструментом для досягнення тривалих змін і психологічного благополуччя. Вони дають можливість людині краще зрозуміти себе, свої переживання та проблеми, що веде до реального вирішення труднощів. Враховуючи ці висновки, перспективи подальших наукових пошуків можуть бути зосереджені на вивченні зв'язку між психологіч-



Рис. 2. Результати дослідження

ною допомогою і альтернативними практиками, а також на розробці ефективних стратегій для популяризації психологічної допомоги серед населення.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Гребенюк М. П., Шевчук Г. З. Астрологія як один із прикладів псевдонауки. Пошук. 2023. № 4 (120). С. 88–92.
2. Астрологія як одна з найпоширеніших псевдонаук. URL: <http://hram.in.ua/biblioteka/apolohetyka/154-book154/2086-title2504>
3. Найдьонов О. Г. Езотеричні знання – один з головних резервів розвитку інформаційного суспільства. *Соціально-гуманітарні науки*. Польсько-український науковий журнал, 2016, № 2.10. С. 112–120.
4. Духовність. Культура. Виклики сьогодення. Матеріали Всеукраїнської наукової конференції з міжнародною участю (м. Львів, 21-22 квітня 2017р.). Львів : Львівський національний університет імені Івана Франка, 2017. 218 с.
5. Астрологія та її зв'язок з психологією. Сайт astrology.com.au. URL: <https://astrology.com.au/uk/astrology-and-its-relationship-to-psychology>.
6. Когнітивна психологія: значення та ментальність. Сайт stud.com.ua. URL: https://stud.com.ua/48150/psihologiya/kognitivna_psihologiya_znachennya_mentalnosti.